

МГППУ



МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет «Экстремальная психология»

БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ имени М. ТАНКА

Кафедра социальной и семейной психологии
(Республика Беларусь)

ВОСТОЧНО-КАЗАХСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ имени С. АМАНЖОЛОВА

Кафедра психологии и коррекционной педагогики
(Республика Казахстан)

IV научный форум
с международным участием

**ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ
В ЭКСТРЕМАЛЬНОМ МИРЕ**

27 ноября 2025 года





**МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ**
Факультет «Экстремальная психология»



**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени М. ТАНКА**
Кафедра социальной и семейной психологии
(*Республика Беларусь*)

**ВОСТОЧНО-КАЗАХСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени С. АМАНЖОЛОВА**
Кафедра психологии и коррекционной педагогики
(*Республика Казахстан*)

IV научный форум с международным участием

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНОМ МИРЕ

27 ноября 2025 года

Москва
2025

**УДК 159.9
ББК 88.4
Э41**

Рецензенты:

Орлова Елена Александровна, доктор психологических наук,
профессор, профессор кафедры общей психологии
Московского института психоанализа

Ефимкина Надежда Владимировна, кандидат психологических наук,
доцент кафедры юридической психологии учебно-научного комплекса
психологии служебной деятельности Московского ордена
Почёта университета МВД России имени В.Я. Кикотя

Э41 Экстремальная психология в экстремальном мире.
Материалы IV научного форума с международным участием / под
ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. – Москва : ФГБОУ ВО
«Московский государственный психолого-педагогический
университет», 2025. – 320 с.

ISBN 987-5-94051-387-2

В настоящем издании представлены материалы выступлений участников IV научного форума с международным участием «Экстремальная психология в экстремальном мире», проведённого 27 ноября 2025 года на базе факультета «Экстремальная психология» ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».

В сборник включены статьи и тезисы выступлений участников, посвящённые наиболее актуальным проблемам экстремальной психологии в условиях современных вызовов обществу и государству, психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов экстремального профиля, а также проблемам оказания психологической помощи различным субъектам в кризисных и трудных жизненных ситуациях.

Материалы предназначены для научных сотрудников, преподавателей, аспирантов, магистрантов и студентов вузов, специалистов органов управления образованием, руководителей и психологов силовых ведомств.

ББК 88.4

ISBN 987-5-94051-387-2

© ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет», 2025
© Коллектив авторов, 2025

Поздняков Вячеслав Михайлович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», доктор психологических наук, профессор, e-mail: pozdnyakov53@mail.ru

Pozdnyakov Vyacheslav Mikhaylovich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), professor of the department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of Extreme Psychology, doctor of psychological sciences, professor

Петров Владислав Евгеньевич

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), доцент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», кандидат психологических наук, доцент, e-mail: v.e.petrov@yandex.ru

Petrov Vladislav Evgenievich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), associate professor of the department of scientific foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology, candidate of psychological sciences, associate professor

**ВЫЗОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ В ЭКСТРЕМАЛЬНОМ МИРЕ:
ПРЕДИСЛОВИЕ К СБОРНИКУ**

**CHALLENGES TO PSYCHOLOGICAL SCIENCE IN AN EXTREME WORLD:
PREFACE TO THE COLLECTION**

Аннотация. В Предисловии к издаваемому Сборнику сделан обзор актуальных проблем психологической науки, представленных в выступлениях участников IV научного форума с международным участием «Экстремальная психология в экстремальном мире», проведенного 27 ноября 2025 г., а также осуществлена рефлексия по трендам в публикациях учёных в последнее пятилетие. Отмечается, что в Сборнике содержатся 47 публикаций, которые включены в следующие его разделы: «Экстремальная психология в условиях современных вызовов личности, обществу и государству» (раздел I), «Прикладные аспекты психологического обеспечения профессий особого риска» (раздел II), «Теория и практика экстременной и кризисной психологической помощи» (раздел III). Содержание статей и библиография по ним формирует общее представление о тенденциях в исследованиях последних лет и, прежде всего, в областях юридической и экстремальной психологии, психологии безопасности и по психотехнологиям оказания экстременной и кризисной психологической помощи.

Abstract. The Preface to the published Collection provides an overview of the current problems of psychological science presented in the speeches of the participants of the IV scientific forum with international participation «Extreme Psychology in an extreme world», held on November 27, 2025, as well as a reflection on trends in the publications of scientists in the last five years. It is noted that the Collection contains 47 publications, which are included in the following sections: «Extreme psychology in the context of modern challenges to the individual, society and the state» (section I), «Applied aspects of psychological support for high-risk professions» (section II), «Theory and practice of emergency and crisis psychological care» (section III). The content of the articles and the bibliography on them form a general idea of the trends in research in recent years and, above all, in the fields of legal and extreme psychology, security psychology and on psychotechnologies of providing emergency and crisis psychological assistance.

Ключевые слова: безопасность личности и общества, виктимизация, девиантное поведение, информационно-психологические угрозы, психологическая помощь, военная психология, юридическая психология, экстремальная психология.

Keywords: security of the individual and society, victimization, deviant behavior, informational and psychological threats, psychological assistance, military psychology, legal psychology, extreme psychology.

Факультет «Экстремальная психология» Московского государственного психолого-педагогического университета (далее – МГППУ) постоянно выступает дискуссионной площадкой для обсуждения актуальных вопросов безопасности личности и общества, экстремальной, военной и юридической психологии, обеспечения служебной деятельности в особых условиях. Материалы участников научных дискуссий периодически публикуются в сборниках, издаваемых МГППУ [2; 3, 4 и др.], а также в выпусках нового журнала «Экстремальная психология и безопасность личности», представленных в электронном виде на Портале психологических изданий PsyJournals.ru. Кроме того, с учётом большого ежегодного выпуска факультетом «Экстремальная психология» МГППУ специалистов по профилю «Психология служебной деятельности в экстремальных условиях», а также магистрантов по профилям «Психология профессий особого риска» и «Экстренная психологическая помощь детям и подросткам, пострадавшим в экстремальных ситуациях», на факультете создан депозитарий, имеющий значительное число выпускных квалификационных работ и иных авторских материалов.

Проведение факультетом «Экстремальная психология» Московского государственного психолого-педагогического университета совместно с Белорусским государственным педагогическим университетом им. М. Танка (Республика Беларусь) и Восточно-Казахстанским государственным университетом им. С. Аманжолова (Республика Казахстан) IV научного форума с международным участием «Экстремальная психология в экстремальном мире» показало растущий интерес психологов, педагогов и учёных по гуманитарным наукам, а также психологов-практиков и социальных работников к изучению и обсуждению разноплановых проблем экстремальности, решение которых имеет значение для современного общества, его институтов и конкретных категорий людей.

В настоящий Сборник, являющийся составной частью материалов IV научного форума (часть II) вошли доклады, которые вызвали интерес и широкую дискуссию среди участников секционных заседаний, но не представлены в первой части Сборника по Форуму [1], вышедшей до начала его проведения. При этом Сборник представлен тремя разделами, которые соответствуют проблематике секционных заседаний.

В раздел I «*Экстремальная психология в условиях современных вызовов личности, обществу и государству*» вошло 10 статей. Внимание их авторов обращено на анализ современных зарубежных подходов в изучении проблемы деструктивных влияний в цифровой среде (В.М. Поздняков, А.В. Кокурин), современных девиантных форм поведения молодежи (Д.В. Деулин, Е.М. Карпова, М.И. Маркова, А.А. Ордина), на психологическую поддержку различных субъектов труда в экстремальных условиях деятельности (М.А. Абрамова, И.Н. Елисеева, Д.Л. Тарасов, О.А. Ульянина, Е.И. Степанюк,

Т.А. Финогенова, Л.И. Хамидуллина). Позитивным в представленных публикациях является то, что акцент делался на методолого-теоретических подходах и раскрытии причин растущих вызовов и угроз, а также по возможностям реализации комплексных мер при обеспечении безопасности личности, общества и государства.

Раздел II «*Прикладные аспекты психологического обеспечения профессий особого риска*» представлен 17 статьями. Их авторами вынесены на обсуждение такие актуальные для практики направления работы с представителями силовых ведомств и правоохранительных органов, как: профилактика профессионального выгорания сотрудников ОВД (Л.Л. Грищенко, О.И. Матюхин, А.С. Жигайлова), реабилитация участников боевых действий (Е.В. Гакова), экстремально-психологическая подготовка специалистов (Т.И. Кузьмина, Г.И. Алекберова, А.П. Назриева). Прикладное значение имеют отраженные в статьях вопросы совершенствования диагностической оценки степени выраженности моральной травматизации у представителей силовых ведомств (В.Е. Петров, А.А. Соколова), психологической поддержки экстремальных видов спорта (Д.Д. Верховская, К.О. Галин, В.Е. Петров, В.С. Курских), психографии по специалистам экстремальных видов деятельности (А.С. Агафонова, А.В. Хадду, А.А. Жезлова, У.А. Голованова), а также информационно-психологической безопасности личности (А.А. Колпашникова, В.М. Поздняков). Идеи и методический инструментарий, раскрытые авторами в публикациях, можно признать инновационными, привносящими в экстремальную психологию неординарный взгляд на решение актуальных проблем.

В разделе III «*Теория и практика экстренной и кризисной психологической помощи*» содержится 19 статей. Особое место отведено психологической помощи при деструктивных формах поведения детей и взрослых (А.-М.И. Авилова, Т.В. Брагина, О.А. Борисова, Д.А. Заленская, В.М. Поздняков, И.Е. Корнеева, В.С. Крылова, Е.А. Миронова), в ситуациях воздействия на личность интенсивного стресса (Т.А. Евменкова, А.В. Ермолаева, К.С. Лаас, А.В. Коростылева, Н.В. Мельникова, А.Ф. Никитина), помощи в кризисных ситуациях (П.М. Кравченко, М.Р. Фишман и др.). Рассмотрены также проблемы виктимного поведения, психологической безопасности, адаптации и благополучия личности (Г.В. Гуськова, Н.Г. Дергачева, Е.В. Кузьмина, О.В. Малышева, и др.). Конструктивно, что исследования, представленные в публикуемых статьях, ориентированы на оптимизацию среды в образовательных учреждениях и помочь семье.

В целом, резюмируя по содержанию материалов представляемого Сборника, отметим, что участники Форума осуществили попытки доказательно ответить на современные вызовы и угрозы, стоящие перед Россией, а также предприняли усилия отразить и достижения зарубежных учёных в области экстремальной психологии. Отрадно, что факультет «Экстремальная психология» снова подтвердил статус ведущей научной площадки, на базе которой обсуждаются как фундаментальные, так и прикладные исследования в

области экстремальной психологии и психологии безопасности, психологического обеспечения служебной деятельности в экстремальных условиях и оказания психологической помощи детям и подросткам, находящихся в кризисной и экстремальной ситуациях.

Список литературы:

1. Экстремальная психология в экстремальном мире: проблемы и решения: Материалы IV научного форума с международным участием (27 ноября 2025 года) / Под ред. М.И. Марьина и В.Е. Петрова. М.: Издательство «Спутник +», 2025. 250 с.
2. Экстремальная психология: интеграция науки и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (19 декабря 2024 года) / Под ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2025. 295 с.
3. Экстремальная психология в экстремальном мире: Материалы III научного форума с международным участием (24-25 ноября 2023 года) / Под ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. М.: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2024. 279 с.
4. Профессионализм и безопасность: состояние и перспективы востребованности достижений психологии. Материалы Международной научно-практической конференции / Под ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2023. 221 с.

References:

1. Extreme psychology in an extreme world: problems and solutions: Proceedings of the IV Scientific Forum with international participation (November 27, 2025) / Edited by M.I. Maryin and V.E. Petrov. Moscow: Sputnik + Publishing House, 2025. 250 p.
2. Extreme psychology: integration of science and practice: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation (December 19, 2024) / Edited by M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: Moscow State Psychological and Pedagogical University, 2025. 295 p.
3. Extreme psychology in an extreme world: Proceedings of the III Scientific Forum with international participation (November 24-25, 2023) / Edited by V.M. Pozdnyakov, V.E. Petrov. Moscow: Moscow State Psychological and Pedagogical University, 2024. 279 p.
4. Professionalism and safety: the state and prospects of relevance of achievements of psychology. Materials of the International scientific and practical Conference / Edited by V.M. Pozdnyakov, V.E. Petrov. Moscow: FSBEI HE MGPPU, 2023. 221 p.

Раздел I. Экстремальная психология в условиях современных вызовов личности, обществу и государству

Поздняков Вячеслав Михайлович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология» доктор психологических наук, профессор, e-mail: pozdnyakov53@mail.ru

Pozdnyakov Vyacheslav Mikhaylovich

Moscow State Psychological and Pedagogical University (Moscow, Russia), Professor of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, faculty of extreme psychology, doctor of psychological sciences, professor

Кокурин Алексей Владимирович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология»; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (г. Москва, Россия), доцент кафедры криминологии и уголовно-исполнительного права им. Б.Е. Эминова, кандидат психологических наук, доцент, e-mail: kokurin1@bk.ru

Kokurin Alexey Vladimirovich

Moscow State Psychological and Pedagogical University (Moscow, Russia), professor of the department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of extreme psychology; Kutafin Moscow State Law University (Moscow, Russia), associate professor of V.E. Eminov department of criminology and penal enforcement law, candidate of psychological sciences, associate professor

О ТЕНДЕНЦИЯХ В ИЗУЧЕНИИ СОВРЕМЕННЫМИ ЗАРУБЕЖНЫМИ ПСИХОЛОГАМИ ДЕСТРУКТИВНЫХ ВЛИЯНИЙ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ

TRENDS IN THE STUDY OF DESTRUCTIVE INFLUENCES IN THE DIGITAL ENVIRONMENT BY MODERN FOREIGN PSYCHOLOGISTS

Аннотация. В публикации представлены результаты компаративного анализа по 67 зарубежным исследованиям проблематики деструктивных влияний цифровой среды на личность и общество, которые были проведены учёными из 23 стран в период с 2020 по 2025 годы. Были выявлены тенденции в зарубежных исследованиях, отражающие сложившиеся традиции и современные подходы по следующим направлениям: использование психотехнологий в гибридных войнах; влияние негативной информации, распространяемой через СМИ и социальные сети, на общественное восприятие, эмоции и поведение; обеспечение информационной безопасности сотрудников на рабочих местах и психологические методы ее повышения; деструктивное воздействие на сотрудников силовых структур и правоохранительных органов; процессы радикализации молодежи под влиянием контента социальных сетей; а также влияние цифровой среды на девиантное и противоправное поведение. В обобщениях, сделанных в рамках компаративного анализа, отмечены имеющиеся проблемные вопросы, а в заключении публикации обозначены пути перспективных исследований по деструктивным воздействиям в цифровом среде и по разработке методов противодействия им.

Abstract. The publication presents the results of a comparative analysis of 67 foreign studies on the destructive effects of the digital environment on individuals and society, which were conducted by scientists from 23 countries in the period from 2020 to 2025. The trends in foreign research have been identified, reflecting established traditions and modern approaches in the following areas: the use of psychotechnologies in hybrid wars; the impact of negative information disseminated through the media and social networks on public perception, emotions and behavior.; ensuring information security of employees in the workplace and psychological methods of improving it; destructive effects on employees of law enforcement agencies and law enforcement agencies; processes of radicalization of young people under the influence of social media content; as well as the influence of the digital environment on deviant and illegal behavior. The generalizations made as part of the comparative analysis highlight the existing problematic issues, and the conclusion of the publication outlines promising research on destructive influences in the digital environment and the development of methods to counter them.

Ключевые слова: агрессия, безопасность, девиантность, деструктивные воздействия в цифровой среде, диджитал-уязвимость, информационно-психологическая война, киберпреступность, радикализация молодежи.

Keywords: aggression, security, deviance, destructive influences in the digital environment, digital vulnerability, information and psychological warfare, cybercrime, radicalization of youth.

В ходе реализованного компаративного анализа [1] растущего массива зарубежных публикаций о деструктивных воздействиях в цифровой среде (изучено 67 публикаций учёных из 23 стран, вышедших в 2020-2025 гг.) внимание было уделено, с одной стороны, определению взаимосвязи спектра традиционных и новых проблем в исследованиях. С другой стороны, акцент делался на выявлении психотехнических новаций, которые можно использовать для профилактики деструктивных воздействий. В рамках компаративного анализа удалось определить тенденции по 7 ключевым направлениям, причем в ракурсе базовых ориентиров изучения учёными негативных влияний цифровой среды – персональных и массовых деструкций.

Рост персонализированных деструктивных воздействий в социальных сетях Интернет, наносящих человеку ущерб психике и в отдельных областях жизнедеятельности, зарубежные учёные связывают с тем, что в онлайн-пространстве стали присутствовать все ранее изучавшиеся виды агрессии (прямая, косвенная, инструментальная, враждебная), но отмечается специфика по таким деструктивным явлениям, как флейминг, хейтинг, троллинг, киберсталкинг, кибербуллинг, кибермоббинг. Учитывая, что в современной практике коммуникации в соцсетях они часто реализуются одновременно, учёные [15] считают значимым изучать закономерности, возникающие при их сочетании, в контексте более масштабного явления «цифровое насилие».

Информационные деструктивные акции через зарубежные электронные СМИ, мессенджеры и иные средства цифровой среды стали чаще координироваться и реализовываться с целью изменения взглядов и мировоззрения людей из стран противников, а также для создания напряженности и конфликтов в социуме (межконфессиональных, этнических и др.). Учёные отмечают [12], что усилившиеся деструктивные воздействия реализуются в двух целевых ракурсах: аффективная агрессия, направленная на конкретного референта влияния (реального оппонента); когнитивная агрессия, адресованная целевой аудитории.

Зарубежные учёные [19] считают, что дезинформационные кампании, осуществляемые через СМИ и Интернет в рамках информационной войны, в отличие от «фейк-новостей» в контексте постправды», эффективней воздействуют на общественное сознание и способствуют духовной дезинтеграции людей страны противника. Итальянскими учёными Роберто Ди Пьетро, Симоной Рапони, Мауритонио Капролу, Стефано Кресци в книге «Новые измерения информационной войны» [4] в контексте трендов цифровой эпохи подчеркивается, что стратегические цели и методы данного вида войны реализуются через сценарии многослойного воздействия на людей и на критически важные объекты. Как следствие, «ткань общества может быть изменена современными когнитивными технологиями», в том числе с рисками для финансов, для демократических выборов, для безопасности в социуме.

В публикациях зарубежных учёных [2; 3; 7; 9] доказывается, что использование в современной гибридной войне когнитивных смарт-технологий повышает уязвимость людей. Однако следует критично отметить, что по конкретике все шире реализуемых специальных информационно-психологических операций в открытых зарубежных публикациях речь практически не идет. А ведь психотехнические возможности ненасильственной смены власти были обоснованы еще в 1990-х годах, в том числе Стивеном Манном в монографии «Теория хаоса и стратегическая мысль» (1992), а также Джимом Шарпом в книге «От диктатуры к демократии. Стратегия и тактика освобождения» (1993). В современной ситуации ведения информационной войны Запада против России действующая сила зарубежных СМИ и социальных сетей считается главной, причем с преднамеренным введением россиян в заблуждение и внушением определенных ценностных ориентиров с целью идеологического подчинения и проигрыша нашей страны в прокси-войне, ведущейся НАТО.

Интерес представляют зарубежные исследования, посвященные проблеме информационной уязвимости разных категорий людей, приводящей к снижению критичности восприятия негативной информации и нарушениям поведения. Так, учёные из Германии [17] установили, что эффект деструктивного влияния был сильнее у женщин и у людей с нейропсихиатрическими расстройствами, особенно с депрессией. В исследованиях учёных из Израиля [6] и Польши [14], а также в рамках метаанализа китайских исследователей [22] аргументировано, что мультимедийная многозадачность в мессенджерах деструктивно может вести к снижению самоконтроля и блокированию развития просоциальных характеристик личности у подрастающего поколения. По данным исследования белорусского ученого В.П. Шейнова, у подростков со смартфоном-зависимостью существует взаимосвязь проблемного использования социальных сетей с виктимизацией, кибербуллингом и незащищенностью от манипуляций [16].

Анализ зарубежных публикаций свидетельствует, что в последние 6 лет активно разрабатывалась проблематика информационной безопасности сотрудников на рабочем месте и обосновывались меры по ее повышению. В публикации нидерландского исследователя Расела Спирса [18] представлен

метаанализ о современных влияниях на безопасность организаций, в том числе на развитие в них негативных групповых и межгрупповых процессов. Финские учёные [13] выявили, что использование социальных сетей на работе может вести к кибербуллингу, а также виктимизации. Разработанную учёными Шкалу укрепления «пузырей идентичности» (IBRS), состоящую из подшкал «социальной идентификации», «гомофилии» и «информационной предвзятости», представляется важным продолжить кроскультурно адаптировать, в том числе на российской выборке.

Китайскими учёными [21] многопланово изучено влияние эмоций из Интернета и ИнTRANета организаций на информационную безопасность и эффективность в труде, а также обоснована важность внедрения психотехнологий позитивной психологии в сферу управления. В обзорной статье американских психологов Эми С. Эдмондсон и Деррик П. Брэнсби из Гарвардского университета [5] констатируется, что наиболее разрабатываемыми организационными психологами являются следующие четыре темы, связанные с повышением безопасности в организациях: выполнение задач, обучающее поведение, улучшение опыта работы и лидерство при работе в динамичной среде. Согласно учёным, создание климата психологической безопасности должно учитывать реалии разрастающейся цифровой среды, а инновации здесь должны стать одним из приоритетов руководства организаций.

Зарубежные учёные актуальным считают расширение исследований по разработке мер противодействия деструктивным влияниям из СМИ и соцсетей на сотрудников правоохранительных органов и силовых структур. Американские учёные Кэри Митчелл и Эдрик Х. Дориан опубликовали главу «Консультации по психологии в полиции и службах общественной безопасности» в книге «Консультации в психологии» (2020), где раскрыли возможности организации консультаций по проблеме превенции негативного информационного воздействия стрессового характера на сотрудников.

Во время современных войн, как свидетельствуют зарубежные исследования [8; 10], усилились воздействия на военнослужащих в рамках специальных информационно-психологических операций. Нами поддерживается позиция зарубежных учёных, что для «людей в погонах» важны не только компетентность в методах негативного информационно-психологического воздействия и понимание путей противодействия им, но и знания в области самообеспечения безопасности личности при нелояльности и конфликтах в служебных коллективах.

В особой мере за рубежом изучалось влияние средств цифровой среды на девиантное и преступное поведение подрастающего поколения. Так, в книге «Понимание вербовки в организованную преступность и терроризм» [20] представлено обобщение международного опыта превенции и аргументировано доказано: хотя сети организованной преступности и террористические сети могут различаться по своим основным целям и мотивам, но имеются и общие факторы вербовки. Американский учёный Синтия Миллер-Идрисс – директор Лаборатории исследований и инноваций в области поляризации и экстремизма

(PERIL, USA) считает, что сегодня важно изучить новый контекст крайне правого экстремизма и тенденции этого движения в мире, а также психологам участвовать в выработке соответствующих мер по его предотвращению среди молодежи [11].

Анализ зарубежных публикаций свидетельствует, что были продолжены углубленные исследования по проблематике интернет-зависимости и влиянию образов насилия из онлайн-сериалов на агрессивное поведение молодежи, по кибербуллингу как постоянно модифицирующему средству агрессии в цифровой среде, по связи технологической зависимости и развивающихся деструкций личности. По мнению учёных, необходима разработка диагностико-коррекционных комплексов, обеспечивающих многоуровневое вмешательство и превенцию деструктивных влияний цифровой среды.

В заключении публикации сделаем ряд выводов и обозначим перспективы по дальнейшим исследованиям.

В период с 2020 по 2025 год наибольшее количество исследований и метаанализов по проблеме деструктивных воздействий в цифровой среде было проведено учёными из США, Китая, Германии, Великобритании, Финляндии и Турции. В содержательном плане приоритетными направлениями научного интереса стали: использование психотехнологий в рамках гибридных войн; влияние негативной информации из электронных медиа и социальных сетей на когнитивные процессы, эмоциональное состояние и поведение индивидов; обеспечение информационной безопасности сотрудников на рабочих местах и разработка психологически обоснованных методов её повышения; деструктивное воздействие на сотрудников силовых структур и правоохранительных органов; радикализация молодёжи под влиянием контента социальных сетей; роль цифровой среды в формировании девиантного и преступного поведения.

В концептуально-методологическом аспекте зарубежные исследователи подчеркивают, что традиционные теории агрессии оказываются недостаточными для адекватного объяснения эскалации информационных деструктивных процессов в цифровой среде. Это связано с растущим использованием искусственного интеллекта, а также с усилением интернет- и смартфоно-зависимости среди молодёжи – факторами, кардинально меняющими природу, масштабы и механизмы деструктивного воздействия.

Методический арсенал у зарубежных исследователей существенно расширился: наряду с традиционными подходами всё чаще применяются нейросетевые технологии для метаанализа данных и квазиэкспериментальные методы. В эмпирических работах активно используются такие целевые методики, как: анализ взаимосвязей между деструктивными цифровыми воздействиями и виктимными личностными характеристиками; профилирование агрессивных коммуникаций и поведенческих паттернов в социальных сетях при кибербуллинге (кибермоббинге); оценка эффективности различных социально-психологических средств контрвоздействия, направленных на нейтрализацию цифровых угроз.

В качестве перспективных направлений психологических исследований обосновываются следующие приоритеты: разработка современной модели цифровой безопасности, основанной на синтезе методологических и теоретических подходов, позволяющем системно учитывать специфику и динамику деструктивных процессов в онлайн-среде; идентификация ключевых детерминант и механизмов информационной агрессии и других форм цифровых деструкций с целью разработки целенаправленных интервенций, снижающих психологическую уязвимость различных групп населения – от подростков до уязвимых социальных групп; активное вовлечение психологов в создание ИИ-ориентированных систем мониторинга проблемного поведения в социальных сетях, с последующим использованием полученных данных для обоснования и корректировки законодательных и нормативных актов, направленных на реализацию индивидуально-дифференциированной профилактики деструктивных воздействий в цифровой среде. На наш взгляд, указанные направления открывают путь к переходу от реактивных мер к проактивным в условиях ускоряющейся цифровой трансформации.

Список литературы:

1. Котенко В.П. Компаративистика – новое направление методологии анализа научной деятельности и развития науки // Библиосфера: журнал. 2007. № 3. С. 21-27.
2. Crilley R., Chatterje-Doody P.N. Government disinformation in war and conflict // Routledge EBooks. 2021. P. 242-252. DOI: 10.4324/9781003004431-27.
3. Deppe C. Disinformation in Cognitive Warfare, Foreign Information Manipulation And Inter-fERENCE, And Hybrid Threats // The Defence Horizon Journal. 2023. October 17. DOI: 10.5281/zenodo.10005172.
4. Di Pietro R., Raponi S., Caprolu M., Cresci S. New Dimensions of Information Warfare. Switzerland: Springer, 2021. 251 p.
5. Edmondson A., Bransby D. Psychological Safety Comes of Age: Observed Themes in an Established Literature // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. 2022. № 10. DOI: 10.1146/annurev-orgpsych-120920-055217.
6. Ettinger K., Cohen A. Patterns of multitasking behaviours of adolescents in digital environments // Education and Information Technologies. 2020. № 25. DOI: 10.1007/s10639-019-09982-4.
7. Hung Tzu-Chieh, Hung Tzu-Wei. How China's Cognitive Warfare Works: A Frontline Perspective of Taiwan's Anti-Disinformation Wars // Journal of Global Security Studies. 2022. № 7. DOI: 10.1093/jogss/ogac016.
8. MacDonald A., Ratcliffe R. Cognitive Warfare: Maneuvering in the Human Dimension // Proceedings. 2023. Vol. 149/4/1. P. 442.
9. Maftei A., Danila O., Mairean C. The war next-door – A pilot study on Romanian adolescents' psychological reactions to potentially traumatic experiences generated by the Russian invasion of Ukraine // Frontiers in Psychology. 2022. № 13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1051152.
10. Miller S. Cognitive warfare: an ethical analysis. Ethics and Information Technology. 2023. № 25. DOI: 10.1007/s10676-023-09717-7.
11. Miller-Idriss C. Extremist Recruitment and Extremist Sentiment Normalization // The Journal of Intelligence, Conflict, and Warfare. 2023. № 5. P. 164-168. DOI: 10.21810/jicw.v5i3.5190.
12. Odigie I., Irenoa K., Sawyerr-George O. Identifying Digital Aggression in Information Dissemination on Social Media: A Network Analytical Study // Information Impact Journal of Information and Knowledge Management. 2022. № 13. P. 98-112. DOI: 10.4314/iijkm.v13i2.8.

13. Oksanen A., Oksa R., Savela N., Kaakinen M., Ellonen N. Cyberbullying victimization at work: Social media identity bubble approach // Computers in Human Behavior. 2020. № 109. P. 106363. DOI: 10.1016/j.chb.2020.106363.
14. Popławska A., Szumowska E., Kuś J. Why Do We Need Media Multitasking? A Self-Regulatory Perspective // Frontiers in Psychology. 2021. № 12. P. 624649. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.624649.
15. Quansah J.E, Gagnon J. Toward an Integrative Approach to the Study of Positive-Affect-Related Aggression // Perspect Psychol Sci. 2025. № 20 (2). P. 357-370. DOI: 10.1177/17456916231200421.
16. Sheinov V. Social Media Addiction and Personality: A Review of Research // RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2021. № 18. P. 607-630. DOI: 10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630.
17. Simoes E., Sokolov A.N., Hahn M., Fallgatter A.J., Brucker S.Y., Wallwiener D., Pavlova M.A. How Negative Is Negative Information // Frontiers in Neuroscience. 2021. Vol. 15. DOI: 10.3389/fnins.2021.742576.
18. Spears R. Social Influence and Group Identity // Annual review of psychology. 2020. № 72. DOI: 10.1146/annurev-psych-070620-111818.
19. Steinfeld N. The disinformation warfare: how users use every means possible in the political battlefield on social media // Online Information Review. ahead-of-print. 2022. DOI: 10.1108/OIR-05-2020-0197.
20. Weisburd D., Savona E.U., Hasisi B., Calderoni F. Understanding Recruitment to Organized Crime and Terrorism. 2020. DOI: 10.1007/978-3-030-36639-1.
21. Zhen J., Xie Z., Dong K. Positive emotions and employees' protection-motivated behaviours: A moderated mediation model // Journal of Business Economics and Management. 2020. № 21. P. 1466-1485. DOI: 10.3846/jbem.2020.13169.
22. Zhou Y., Deng L. A systematic review of media multitasking in educational contexts: trends, gaps, and antecedents // Interactive Learning Environments. 2022. № 31 (10). P. 6279-6294. DOI: 10.1080/10494820.2022.2032760.

References:

1. Kotenko V.P. Comparative studies – a new direction of methodology for the analysis of scientific activity and the development of science // Bibliosphere: journal. 2007. № 3. P. 21-27.
2. Crilley R., Chatterje-Doody P.N. Government disinformation in war and conflict // Routledge EBooks. 2021. P. 242-252. DOI: 10.4324/9781003004431-27.
3. Deppe C. Disinformation in Cognitive Warfare, Foreign Information Manipulation And Inter-fERENCE, And Hybrid Threats // The Defence Horizon Journal. 2023. October 17. DOI: 10.5281/zenodo.10005172.
4. Di Pietro R., Raponi S., Caprolu M., Cresci S. New Dimensions of Information Warfare. Switzerland: Springer, 2021. 251 p.
5. Edmondson A., Bransby D. Psychological Safety Comes of Age: Observed Themes in an Established Literature // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. 2022. № 10. DOI: 10.1146/annurev-orgpsych-120920-055217.
6. Ettinger K., Cohen A. Patterns of multitasking behaviours of adolescents in digital environments // Education and Information Technologies. 2020. № 25. DOI: 10.1007/s10639-019-09982-4.
7. Hung Tzu-Chieh, Hung Tzu-Wei. How China's Cognitive Warfare Works: A Frontline Perspective of Taiwan's Anti-Disinformation Wars // Journal of Global Security Studies. 2022. № 7. DOI: 10.1093/jogss/ogac016.
8. MacDonald A., Ratcliffe R. Cognitive Warfare: Maneuvering in the Human Dimension // Proceedings. 2023. Vol. 149/4/1. P. 442.
9. Maftei A., Danila O., Mairean C. The war next-door – A pilot study on Romanian adolescents' psychological reactions to potentially traumatic experiences generated by the Russian invasion of Ukraine // Frontiers in Psychology. 2022. № 13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1051152.

10. Miller S. Cognitive warfare: an ethical analysis. *Ethics and Information Technology*. 2023. № 25. DOI: 10.1007/s10676-023-09717-7.
11. Miller-Idriss C. Extremist Recruitment and Extremist Sentiment Normalization // *The Journal of Intelligence, Conflict, and Warfare*. 2023. № 5. P. 164-168. DOI: 10.21810/jicw.v5i3.5190.
12. Odigie I., Irenoa K., Sawyerr-George O. Identifying Digital Aggression in Information Dissemination on Social Media: A Network Analytical Study // *Information Impact Journal of Information and Knowledge Management*. 2022. № 13. P. 98-112. DOI: 10.4314/ijikm.v13i2.8.
13. Oksanen A., Oksa R., Savela N., Kaakinen M., Ellonen N. Cyberbullying victimization at work: Social media identity bubble approach // *Computers in Human Behavior*. 2020. № 109. P. 106363. DOI: 10.1016/j.chb.2020.106363.
14. Popławska A., Szumowska E., Kuś J. Why Do We Need Media Multitasking? A Self-Regulatory Perspective // *Frontiers in Psychology*. 2021. № 12. P. 624649. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.624649.
15. Quansah J.E, Gagnon J. Toward an Integrative Approach to the Study of Positive-Affect-Related Aggression // *Perspect Psychol Sci*. 2025. № 20 (2). P. 357-370. DOI: 10.1177/17456916231200421.
16. Sheinov V. Social Media Addiction and Personality: A Review of Research // *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*. 2021. № 18. P. 607-630. DOI: 10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630.
17. Simoes E., Sokolov A.N., Hahn M., Fallgatter A.J., Brucker S.Y., Wallwiener D., Pavlova M.A. How Negative Is Negative Information // *Frontiers in Neuroscience*. 2021. Vol. 15. DOI: 10.3389/fnins.2021.742576.
18. Spears R. Social Influence and Group Identity // *Annual review of psychology*. 2020. № 72. DOI: 10.1146/annurev-psych-070620-111818.
19. Steinfeld N. The disinformation warfare: how users use every means possible in the political battlefield on social media // *Online Information Review*. ahead-of-print. 2022. DOI: 10.1108/OIR-05-2020-0197.
20. Weisburd D., Savona E.U., Hasisi B., Calderoni F. Understanding Recruitment to Organized Crime and Terrorism. 2020. DOI: 10.1007/978-3-030-36639-1.
21. Zhen J., Xie Z., Dong K. Positive emotions and employees' protection-motivated behaviours: A moderated mediation model // *Journal of Business Economics and Management*. 2020. № 21. P. 1466-1485. DOI: 10.3846/jbem.2020.13169.
22. Zhou Y., Deng L. A systematic review of media multitasking in educational contexts: trends, gaps, and antecedents // *Interactive Learning Environments*. 2022. № 31 (10). P. 6279-6294. DOI: 10.1080/10494820.2022.2032760.

Абрамова Маргарита Айдаровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: fortuna1686@gmail.com

Abramova Margarita Aidarovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛОНТЁРОВ
РОССИЙСКОГО КРАСНОГО КРЕСТА****PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF THE RUSSIAN RED CROSS VOLUNTEERS'
ACTIVITIES**

Аннотация. Статья посвящена исследованию психологических трудностей, с которыми сталкиваются волонтёры, оказывающие помощь на горячей линии Красного Креста. В условиях повышенной эмоциональной нагрузки, связанной с выслушиванием историй страданий и переживаний кризисов, волонтёры подвержены риску развития профессионального выгорания, тревожных и депрессивных состояний. Анализируются основные факторы, способствующие возникновению психологических проблем у данной категории волонтёров.

Abstract. The article is devoted to the study of psychological difficulties faced by volunteers who provide assistance on the Red Cross hotline. In conditions of increased emotional stress associated with listening to stories of suffering and experiencing crises, volunteers are at risk of developing professional burnout, anxiety and depression. The main factors contributing to the emergence of psychological problems in this category of volunteers are analyzed.

Ключевые слова: волонтёры, психологические трудности, профессиональное выгорание, стресс, проблемы коммуникации.

Keywords: volunteers, psychological difficulties, professional burnout, stress, communication problems.

За последнее десятилетие наш мир сильно поменялся. Covid-19, специальная военная операция, санкции, экономические скачки и многое другое, повлияло на мироощущение жителей страны. Человек уязвим и нуждается в помощи. Во многих случаях на выручку приходят волонтёры. Люди, которые добровольно посвящают своё время, знания и энергию для помощи другим [3; 4; 5 и др.]. Несмотря на благородство деятельности, не стоит забывать о том, что волонтёр не волшебник, а живой человек и может точно так же, как и все мы, испытывать затруднения.

Российский Красный Крест (далее РКК) – старейшая гуманитарная организация России, основанная в 1867 году указом императора Александра II. Миссия организации – предотвращать и облегчать страдания людей повсюду и для всех, бескорыстно и не жалея сил, отвечая на любые вызовы времени [2]. РКК – одна из крупнейших, благотворительных организаций на территории Российской Федерации.

В 2020 году, во время распространения коронавирусной инфекции, волонтёры доставляли продукты, гигиенические наборы в лечебные учреждения, а также пожилым людям на самоизоляции. Помимо этого, была открыта межрегиональная горячая линия, где каждый может получить

психологическую поддержку, и нужную информацию. По официальным данным от 26.02.2024, за 2023 год на горячую линию РКК обратилось 17404 человек, с запросом на получение психологической помощи из-за стресса и адаптации к нему. Для сравнения, ещё в 2022 году было зафиксировано 5987 обращений [7]. Цифры наглядно демонстрируют увеличение нагрузки на волонтеров.

При выполнении работы волонтёр может испытывать ряд психологических трудностей. Рассмотрим некоторые из них более подробно.

Профессиональное выгорание. Существуют различные определения выгорания. В соответствии с моделью Маслач и Джексон, оно рассматривается, как ответная реакция на длительный профессиональный стресс межличностных коммуникаций, включая в себя три компонента: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.

Эмоциональное истощение проявляется в ощущениях эмоционального перенапряжения, чувстве опустошенности, исчерпанности собственных ресурсов, уменьшения регистра эмоций в ответ на происходящие вокруг события.

Деперсонализация представляет собой тенденцию развивать негативное, бездушное, циничное отношение к благополучателю. Контакты становятся обезличенными и формальными.

Редуцирование персональных достижений проявляется как снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональном плане.

Замечая за собой негативные чувства или проявления, человек винит себя, у него снижается как профессиональная, так и личная самооценка, появляется чувство собственной несостоятельности, безразличие к работе [1].

Подобные психологические трудности не только способствуют некачественному оказанию помощи, но и отталкивают от деятельности в целом. Влекут за собой конфликтные ситуации и могут негативно сказаться не только на волонтёре, испытывающем профессиональное выгорание, но и на климате коллектива, что может стать причиной более масштабных проблем.

Поэтому очень важно своевременно обратить внимание на эмоциональное состояние добровольца и «предупредить» выгорание [5; 6].

Отнести к психологическим трудностям в деятельности волонтёра, можно тот факт, что волонтеру часто приходится сталкиваться с тяжелыми жизненными ситуациями требующих личного вклада и обладающими когнитивной сложностью межличностного общения – невосполнимые потери, неизлечимые болезни, страхи, физическое или сексуальное насилие, переживание результатов геополитических кризисов, суицидальные мысли благополучателей.

Волонтёры, начинающие свой путь добровольчества, могут испытать стресс от несоответствия ожиданий с реальностью. В силу малого трудового и жизненного опыта, начинающие работники часто заблуждаются в своих представлениях о добровольческой деятельности.

Способствовать стрессу, так же могут – отсутствие возможности оперативно разрешить проблему, ощущение несправедливости и недостатка собственной компетентности и образ самого благополучателя.

Жалобы жителей больших городов на какие-то бытовые неурядицы могут показать несерьёзными и капризными для волонтёра из глубинки, что в свою очередь повлечет ощущение бессмысленности проделываемой работы. Юный доброволец из семьи со скромным достатком может быть шокирован жалобами представителей золотой молодёжи. Подобная специфика негативно влияет на психическое здоровье и рабочий процесс. Доброволец может дистанцироваться от труда и коллег, замкнуться в себе, начать испытывать периодические вспышки гнева, проявлять придирчивость.

На фоне переживания эмоций у него могут появиться коммуникативные, межличностные проблемы.

Процессу коммуникации в волонтёрской деятельности отводится большая роль. Поиск подхода, нужных слов, а иногда простая вежливость и терпеливость волонтёра необходимы для достижения благополучного разрешения ситуации. К сожалению, ментальность нашего общества такова, что люди склонны с недоверием относиться к волонтёрам, усугубляя общую картину.

Проблема недоверия граждан к добровольческой деятельности является участившееся так называемое «лжеволонтерство». На улицах города, в общественном транспорте, у магазинов, станций метро можно встретить людей, которые призывают помочь больному ребенку, бездомным животным, пожилым людям, беженцам. С виду они действительно похожи на представителей благотворительных организаций: они одеты в форму волонтерской организации, которая действительно существует, предлагают ознакомиться с различными подтверждающими документами [9; 10].

Не желая вникать в нюансы, из чувства страха, граждане стараются уличить волонтера в недобросовестности, чем могут ухудшать взаимодействие и ограничивать возможности предоставления помощи.

На препятствие получению оказываемой помощи может влиять и гордость благополучателя. Когда человек, попавший в сложную жизненную ситуацию, испытывающий необходимость в помощи, имеет четкое представление о том, что помогать ему должно исключительно государство. Старшее поколение, вложившее много жизненных ресурсов для развития страны, склонно препятствовать получению помощи от добровольца, узнав, что он не является представителем государственной структуры. Подобные ситуации также усложняют взаимодействие и создают дополнительные трудности.

В результате устанавливаются неравноценные отношения. Доброволец испытывает ощущение несправедливости, ведь ему необходимо оказывать внимание, проявлять заботу и «вкладывать» больше, чем благополучатель, несмотря на предвзятое отношение.

Последствия испытания психологических трудностей, могут быть очень тяжелыми: физическими, психологическими и профессиональными.

При встрече с психотравмирующим воздействием профессиональной среды на физиологическом уровне происходит выброс адреналина и кортизола, увеличивается сердечный ритм, повышается кровяное давление и уровень сахара в крови [8].

В проведённом нами исследовании были выявлены некоторые трудности, подтверждающие актуальность проблемы. В пилотажном исследовании приняло участие 20 волонтёров Горячей линии Российского Красного креста, в возрасте от 24 до 63 лет. Участвовали, как молодые специалисты, так и добровольцы, работающие на линии с самого открытия. Отмечен ряд проблемных моментов волонтёрства (табл. 1).

Таблица 1 – Результаты анкетирования о психологических трудностях волонтерской деятельности

Проблема / частота проявления, %	Часто	Иногда	Редко
Испытывают чувство страха и стресса от произошедшего с благополучателей	40	40	20
Сталкиваются с недоверием благополучателей	35	55	10
Испытывали коммуникативные сложности с благополучателем по причине четкой установки «Государство мне должно»	50	25	25

Результаты пилотажного исследования показывают наличие проблемы и необходимость дальнейшего изучения с расширением круга научного поиска. Имея огромный опыт, Российский Красный Крест формирует рабочий процесс волонтёров таким образом, чтобы минимизировать негативные последствия добровольческой деятельности. Он своевременно оказывает помощь для преодоления психологических трудностей волонтёров, заботясь о психологическом здоровье. Таким образом, при опросе, 95% волонтёров сообщили о регулярном участии в мероприятиях помогающих преодолеть психологические трудности, 85% из них, отметили ощутимый эффект от участия в них. Проведённое нами исследование позволяет оптимизировать меры психологической поддержки волонтёров.

Список литературы:

1. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 336 с.
2. Красный Крест [Электронный ресурс]. URL: <https://www.redcross.ru/about/> (дата обращения – 26.02.2024).
3. Петров В.Е. Личностный выбор соучастия в экстремальном добровольчестве: монография. М.: Издательство «Спутник+», 2025. 454 с.
4. Петров В.Е. Психология экстремального волонтёрства: субъектная модель, диагностика и подготовка: монография. М.: ООО «Русайнс», 2024. 118 с.
5. Петров В.Е. Сравнительный анализ представлений о личностных особенностях волонтёров и добровольцев // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация: Материалы V Международной научно-практической конференции / под общ. ред. А.В. Черной; Южный федеральный университет. Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2024. С. 166-171.
6. Поздняков В.М., Петров В.Е., Кокурин А.В. Личностные предикторы волонтёрства в повседневных и экстремальных условиях // Психология и право. 2023. Т. 4. № 13. С. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.

7. РБК [Электронный ресурс]. URL: <https://www.rbc.ru/society/26/02/2024/65d4708e9a7947d890d87507> (дата обращения: 26.02.2024).

8. Сечко А.В., Леонгардт О.Р. Профессиональная вовлеченность педагогов в системе психологических взглядов // Психология обучения. 2018. № 5. С. 104-113.

9. Социально-психологическая технология профилактики и преодоления профессионального выгорания у педагогов общеобразовательных организаций: монография; под общей редакцией А.В. Сечко / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, В.М. Поздняков [и др.]. М.: Общество с ограниченной ответственностью «Русайнс», 2023. 268 с.

10. Синяева М.И., Калужских Д.П. Проблема недоверия граждан к волонтерской деятельности // Коллекция гуманитарных исследований. 2017. № 4. С. 12-25.

References:

1. Vodopyanova N., Starchenkova E. Burnout syndrome. 2nd ed. St. Petersburg: Peter, 2008. 336 p.

2. Red Cross [Electronic resource]. URL: <https://www.redcross.ru/about/> (accessed 26.02.2024).

3. Petrov V.E. Personal choice of participation in extreme volunteerism: a monograph. Moscow: Sputnik+ Publishing House, 2025. 454 p.

4. Petrov V.E. Psychology of extreme volunteerism: a subjective model, diagnosis and training: monograph. Moscow: Rusains LLC, 2024. 118 p.

5. Petrov V.E. Comparative analysis of ideas about the personal characteristics of volunteers and volunteers // Personality in culture and education: psychological support, development, socialization: Materials of the V International Scientific and Practical Conference / under the general editorship of A.V. Chernaya; Southern Federal University. Rostov-on-Don; Taganrog: Southern Federal University Press, 2024. P. 166-171.

6. Pozdnyakov V.M., Petrov V.E., Kokurin A.V. Personal predictors of volunteerism in everyday and extreme conditions // Psychology and Law. 2023. Vol. 4. № 13. P. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.

7. RBC [Electronic resource]. URL: <https://www.rbc.ru/society/26/02/2024/65d4708e9a7947d890d87507> (accessed 26.02.2024).

8. Sechko A.V., Leonhardt O.R. Professional involvement of teachers in the system of psychological views // Psychology of learning. 2018. № 5. P. 104-113.

9. Socio-psychological technology of prevention and overcoming of professional burnout among teachers of educational institutions: a monograph; edited by A.V. Sechko / T.N. Berezina, D.V. Deulin, V.M. Pozdnyakov [et al.]. Moscow: Rusains Limited Liability Company, 2023. 268 p.

10. Sinyaeva M.I., Kaluzhskikh D.P. The problem of citizens' distrust of volunteer activity // Collection of humanitarian studies. 2017. № 4. P. 12-25.

Деулин Дмитрий Владимирович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), декан факультета «Экстремальная психология», кандидат психологических наук, доцент, e-mail: ddeulin@yandex.ru

Deulin Dmitry Vladimirovich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Dean of faculty of Extreme Psychology, candidate of psychological sciences, associate professor

ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СО СКЛОННОСТЬЮ К ЭКСТРЕМИЗМУ У СТУДЕНТОВ**STUDYING THE RELATIONSHIP BETWEEN DEVIANT BEHAVIOR AND EXTREMISM IN STUDENTS**

Аннотация. Рассматривается проблема обусловленности вовлеченности подростков и юношей в занятия экстремальными (рискованными) видами деятельности и вредных привычек через взаимосвязь девиантного поведения с предрасположенностью к экстремизму. Анализируется феномен «экстремальной игры», причины, факторы, модели поведения. Предполагается, что экстремальные увлечения как разновидность девиантных форм поведения связаны с профилем «экстремиста», вредными привычками и половой принадлежностью. Основными методами в работе выступают: методика «Шкалы склонности к экстремизму» (Д.Г. Давыдов, К.Д. Хломов); методика «Склонность к девиантному поведению» (Э.В. Леус); анкетирование; методы математической статистики (критерии Спирмена, Манна-Уитни). Основный вывод работы сводится к взаимообусловленности делинквентности, аддикции и обесцениванию гуманистических идеалов (дружба, брак, любовь, семья и т.п.). Результаты исследования также демонстрируют, что вредные привычки взаимосвязаны с выраженным архетипом формами поведения и низкой склонностью к социально одобряемым моделям поведения.

Abstract. The article examines the problem of the involvement of teenagers and young men in extreme (risky) activities and bad habits through the relationship between deviant behavior and predisposition to extremism. The article analyzes the phenomenon of «extreme gaming», its causes, factors, and behavioral patterns. It is suggested that extreme hobbies, as a type of deviant behavior, are associated with the profile of an «extremist», bad habits, and gender. The main methods used in the study are the «Scale of Propensity to Extremism» (D.G. Davydov, K.D. Khlomov), the «Scale of Propensity to Deviant Behavior» (E.V. Leus), questionnaires, and mathematical statistics (Spearman and Mann-Whitney criteria). The main conclusion of the work is that delinquency, addiction, and the devaluation of humanistic ideals (friendship, marriage, love, family, etc.) are interconnected. The results of the study also demonstrate that harmful habits are associated with pronounced addictive behaviors.

Ключевые слова: девиантное поведение, экстремальные увлечения, делинквентное поведение.

Keywords: deviant behavior, extreme hobbies, delinquent behavior.

В настоящее время можно наблюдать «радикализацию» игровой деятельности среди молодёжи, выход ее за рамки установленных возрастных периодизаций. Игра, с точки зрения А.Н. Леонтьева, представляет свободу личности в воображении, «иллюзорную реализацию нереализуемых интересов» [5]. Экстремальная же игра дополняется условиями, которые создают потенциальные риски для жизни и здоровья ее участников. Появление «опасных игр» связано с глобальной неблагоприятной ситуацией развития

человечества. В предыдущем исследовании мы представляли краткий обзор подходов к оценке экстремальных увлечений, их причин и последствий [1].

Безусловно, в большей степени к таким формам увлечений предрасположен возраст в диапазоне от 10 до 19 лет (подростки в соответствии с новой возрастной периодизацией ООН). Это объясняется их социально-психологическими (возрастными), физиологическими особенностями, а также сензитивным периодом, связанным с чрезмерной вовлеченностью в цифровое пространство, медиаресурсами, где и происходит вербовка и активная пропаганда «экстремальных увлечений».

Американский психолог С. Холл полагал, что подросток в своем развитии повторяет «эпоху романтизма» в истории человечества, где «бунтующее отчество» наполняется конфликтами, ссорами, повышенной тревожностью. В целом рассматриваемая историческая эпоха характеризуется оформлением образа романтического героя, а также некоторыми ритуалами современной жизни: склонностью к экстремальным путешествиям, пикниками, туризмом, скалолазанием и др. [8].

Работа А.С. Шульгина показала, что современный уровень информационного обмена определяет массовый характер информационных воздействий, связанных с экстремальной сферой. С этим связано как распространение социальных стереотипов, связанных с экстремальными видами деятельности, так и широкое вовлечение членов общества непосредственно в саму экстремальную деятельность [7]. Такие членджи как «беги или умри», «группы смерти», колумбайн, «зацепинг» и многие другое является социальной психотехнологией, подхлестывающей интерес подростка, спекулирующей на его уязвимостях. Все это способствует небезопасному поведению, такому как самоповреждение или причинение вреда окружающим людям. В многочисленных исследованиях показано, что психологическими факторами вовлечённости являются следующие фрустрированные потребности: в новых впечатлениях и острых ощущениях, самовыражении, активности и в поиске чувств; признании и взрослости; самостоятельности и принятии борьбы, склонности к риску и привлечению внимания, самоутверждении и др. [3; 4; 7; 9].

Гипотеза: низкий уровень склонности к девиантному поведению связан с низким уровнем склонности к экстремизму, вредным привычкам, гендером (женским полом) и отсутствием увлеченностью «экстремальными играми» среди студентов. Выборка: 28 студентов (18 девушек и 10 юношей) государственного вуза, средний возраст 18 лет. Методы исследования: методика «Шкалы склонности к экстремизму» (Д.Г. Давыдов, К.Д. Хломов); методика «Склонность к девиантному поведению» (Э.В. Леус); анкетирование (пол, регистр «экстремальных увлечений», вредные привычки); методы математической статистики (критерии Спирмена, Манна-Уитни).

Исследование осуществлялось путем предъявления испытуемым «батареи тестов» в бланковом формате и авторской анкеты, направленной на определение возраста, половой принадлежности, вредных привычек и «экстремальных интересов».

Поскольку выборка состояла в большей степени из «нормотипичных» обследуемых, получить диагностический показатель сформированной модели девиантного поведения не получилось. Вместе с тем, была представлена ситуативная расположность шкал «агрессивное поведение» (27%); аддиктивное поведение (19,2%) и делинквентное поведение (19,2%, рис. 1).



Рисунок 1. Распределение видов девиантного поведения¹ (%)

Отметим, что по агрессивной модели деструктивного поведения отсутствуют корреляционные связи, что может свидетельствовать о некоторой типичности для выборки такой формы девиантного поведения, то есть об «узаконивании» ее в современном обществе (табл. 1). Таким образом, данное проявление деструктивного поведения (в академическом значении) в дальнейшем не изучалось.

Таблица 1 – Результаты корреляционного анализа

Шкалы	Rs	Уровень значимости
Делинквентное поведение		
Культ силы	0,48	0,01
Деструктивность и цинизм	0,57	0,01
Нормативный нигилизм	0,44	0,05
Аддиктивное поведение		
Деструктивность и цинизм	0,54	0,01
Нормативный нигилизм	0,44	0,05
Агрессивное поведение		
статистически достоверные корреляционные связи отсутствуют		
Суицидальное поведение		
Мистичность	0,56	0,01
Деструктивность и цинизм	0,47	0,01
Протестная активность	0,40	0,05
Нормативный нигилизм	0,52	<0,01

При этом, аддиктивное поведение личности в структуре девиантного поведения занимает центральное место (табл. 2). Стоит отметить, что подробный анализ корреляционных зависимостей данных исследования позволил обнаружить интересную закономерность – сквозным признаком,

¹ Диагностический показатель «сформированная модель девиантного поведения» в выборке отсутствует.

характерным и объединяющим все три первостепенные девиации (делинквентность, аддикция и суицид), является «деструктивность и цинизм», проявляющиеся в пренебрежительном отношении к людям, очернении различных человеческих проявлений (дружба, брак, любовь, семья и т. п.).

Таблица 2 – Взаимосвязи видов девиантного поведения (r Спирмен, $p < 0,01$)

Шкалы	Шкала ДП	Шкала АП	Шкала СП
Шкала Делинквентное поведение			
Шкала Аддиктивное поведение	0,69		
Шкала Суицидальное поведение	0,51	0,53	

Во многом, модель «демонстративного цинизма», которая преподносится в современных масс-медиа, особенно в юмористских передачах, субъективно воспринимается молодым поколением как показатель: 1) независимости и власти, 2) умственного превосходства и 3) социального успеха и благополучия.

Если говорить о тренде циничности в современной субкультуре, стоит сказать, что он опирается на «мистичность мировоззрения» молодых людей, то есть иррациональный взгляд на жизнь и сопутствующие ей сложности, проблемы, кризисы, предстающие, в свою очередь, в рациональном поле абсолютно рядовыми и решаемыми трудностями (бытовыми задачами). В основе «мистичности» заложена диффузия ответственности и потребность в защите от страха перед реальностью, стремление к объяснению явлений окружающего мира простыми, но эмоционально яркими схемами.

Анализ данных исследования показал, что фактор пола и увлеченности экстремальными видами спорта не играют решающей роли в проявлении изучаемых нами признаков деструкции личности. Эта часть гипотезы не нашла подтверждение в нашем исследовании. Только критерий «наличия вредных привычек» показывает значимые отличия по некоторым шкалам исследования (табл. 3). Так было установлено, что в группе испытуемых с вредными привычками слабее проявления «конвенционального принуждения» к социально ободряемым формам поведения (что вполне логично) и сильнее склонность к аддикциям (что тоже является объяснимой закономерностью).

Таблица 3 – Особенности деструкции в зависимости от вредных привычек (U , Манна-Уитни)

Шкалы	Отсутствие вредных привычек	Наличие вредных привычек	$U_{\text{эмп.}}$	Z^*	p
Конвенциональное принуждение	306	45	24	2,19	<0,05
Аддиктивное поведение	238	113	28	-1,95	<0,05

*положительные значения Z свидетельствуют о выраженности показателя сравнения у испытуемых без вредных привычек, отрицательные – с вредными.

Выходы. Отмечена взаимосвязь делинквентности, аддикция и суицида со шкалой «деструктивность и цинизм», которая раскрывается в пренебрежительном отношении к людям, обесцениванию различных человеческих проявлений (дружба, брак, любовь, семья и т.п.). Вредные привычки коррелируют с выраженным аддиктивными формами поведения и низкой склонностью к социально одобряемым моделям поведения.

Список литературы:

1. Деулин Д.В. Психологическое содержание современных экстремальных видов увлечений молодежи // Экстремальная психология: интеграция науки и практики: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Москва: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2025. С. 7-11.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия. 2005. 352 с.
3. Пушкина В.Н., Зелянина А.Н., Оляшев Н.В., Размахова С.Ю., Цинис А.В. Индивидуально-психологические характеристики лиц, занимающихся экстремальными видами спорта // Интернет-журнал «Мир науки» 2016. Т. 4. № 3. Р. 50.
4. Силкин Р.А., Юшкова Л.А. Тревожность и склонность к экстремально рискованному поведению у подростков // Развитие человека в современном мире. 2022. № 2. С. 54-62.
5. Холл С. История одной кучи песку // Холл С. Очерки по изучению ребенка. М.: Пuchina, 1925. С. 125-141.
6. Шульгин А.С. Субкультура экстрема в социологическом измерении: диссертация на соискание ученой степени кандидата социологических наук. 2021. 180 с.
7. Brymer E., Feletti F., Monasterio E., Schweitzer R. Understanding Extreme Sports: A Psychological Perspective // Front Psychol. 2020 Jan 31; 10:3029. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.03029.
8. Martinho D.V., Gouveia E.R., Field A., Ribeiro A.S. Psychological traits of extreme sport participants: a scoping review // October 2024 BMC Psychology. 12 (1): 544 DOI: 10.1186/s40359-024-02047-3.
9. Raggiotto F., Scarpi D. Living on the edge: Psychological drivers of athletes' intention to re-patronage extreme sporting events Author links open overlay panel // Sport Management Review. Vol. 23, Issue 2, April 2020. P. 229-241. DOI: 10.1016/j.smr.2018.12.005.

References:

1. Deulin D.V. The psychological content of modern extreme types of youth hobbies // Extreme psychology: the integration of science and practice: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation. Moscow: Moscow State Psychological and Pedagogical University, 2025. P. 7-11.
2. Leontiev A.N. Activity. Conscience. Personality. M.: Academy. 2005. 352 p.
3. Pushkina V.N., Zelyanina A.N., Olyashev N.V., Razmakhova S.Yu., Tsinis A.V. Individual psychological characteristics of people involved in extreme sports // Mir Nauki Online Journal 2016. Vol. 4. № 3. P. 50.
4. Silkin R.A., Yushkova L.A. Anxiety and propensity to extremely risky behavior in adolescents // Human development in the modern world. 2022. № 2. P. 54-62.
5. Hall S. The story of a pile of sand // Hall S. Essays on the study of the child. Moscow: Puchina, 1925. P. 125-141.
6. Shulgin A.S. Subculture of extreme in the sociological dimension: dissertation for the degree of candidate of sociological sciences. 2021. 180 p.
7. Brymer E., Feletti F., Monasterio E., Schweitzer R. Understanding Extreme Sports: A Psychological Perspective // Front Psychol. 2020 Jan 31; 10:3029. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.03029.
8. Martinho D.V., Gouveia E.R., Field A., Ribeiro A.S. Psychological traits of extreme sport participants: a scoping review // October 2024 BMC Psychology. 12 (1): 544 DOI: 10.1186/s40359-024-02047-3.
9. Raggiotto F., Scarpi D. Living on the edge: Psychological drivers of athletes' intention to re-patronage extreme sporting events Author links open overlay panel // Sport Management Review. Vol. 23, Issue 2, April 2020. P. 229-241. DOI: 10.1016/j.smr.2018.12.005.

Елисеева Ирина Николаевна

Военная академия Генерального штаба Вооруженных Сил Российской Федерации (г. Москва, Россия), старший научный сотрудник, кандидат психологических наук, e-mail: eliseevain2018@mail.ru

Yeliseyeva Irina Nikolaevna

Military Academy of the General Staff of the Armed Forces of the Russian Federation (Moscow, Russia), senior researcher, candidate of psychological sciences

Тарасов Денис Леонидович

Военная академия Генерального штаба Вооруженных Сил Российской Федерации (г. Москва, Россия), старший научный сотрудник, кандидат психологических наук, e-mail: tarasov.denis.rus@yandex.ru

Tarasov Denis Leonidovich

Military Academy of the General Staff of the Armed Forces of the Russian Federation (Moscow, Russia), senior researcher, candidate of psychological sciences

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

SOME FEATURES OF COMBAT PARTICIPANTS WORLDVIEWS

Аннотация. Приведены результаты исследований, проведенных с участием военнослужащих, в том числе – участников боевых действий. Сравнительный анализ частот ответов показал, что участники боевых действий чаще соглашаются с несправедливостью устройства мира, возможностью восстановления справедливости с помощью насилия, чаще допускают возможность применения любых средств для достижения целей, признают значимость «человеческого» фактора в военной службе. Проведено сопоставление полученных данных с результатами исследования ветеранов-афганцев 1989 года.

Abstract. The results of studies conducted with military personnel, including combat veterans, are presented. A comparative analysis of response rates revealed that combatants are more likely to agree with the injustice of the world order and the possibility of restoring justice through violence, and are more likely to accept the possibility of using any leverage to achieve goals and to recognize the importance of the human factor in military service. The obtained data are compared with the results of studies of Afghan war veterans in 1989.

Ключевые слова: мировоззрение, представление, боевые действия, экстремальные условия, психологическое исследование

Keywords: worldview, representation, combat operations, extreme conditions, psychological research

Выделение феномена экстремальности из бесконечного множества условий жизни человека является одним из достижений культуры. Условия, которые традиционно описывают как экстремальные, всегда являлись неотъемлемой частью жизни, в то время как отделение экстремальности от повседневности жизни произошло относительно недавно. Несмотря на короткий по историческим меркам период научного изучения экстремальности в жизни людей, накоплен значительный объем знаний, в том числе, в области психологии.

К настоящему времени понятия «экстремальные условия деятельности» и «экстремальные ситуации» являются достаточно размытыми и объединяют широкий континуум контекстов, в которых может существовать и действовать

человек. В тоже время, значительная часть исследователей, прежде всего – военные психологи, принимает положение о том, что в боевых действиях в наибольшей степени выражен экстремальный характер условий [3, С. 7; 4, С. 8]. Следовательно, исследование психологических последствий участия в боевых действиях можно отнести к области экстремальной психологии.

В этом контексте представляется уместным обращение к некоторым результатам локальных психологических исследований, проведенных научно-практическим центром ВАГШ ВС России в 2022-2025 годах и направленных на изучение различных психологических особенностей военнослужащих. В исследованиях применялись опросники, в основном разработанные для военнослужащих, обследование проводилось в групповой форме.

Необходимо отметить, что все эти исследования не имели целью изучение влияния боевой обстановки на военнослужащих. Однако, в качестве респондентов выступали военнослужащие, как имеющие, так и не имеющие опыт участия в боевых действиях (имеющие и не имеющие ранения), что позволяло провести сопоставительный анализ в подгруппах одной категории и возраста военнослужащих в рамках одного исследования. Все респонденты были признаны по состоянию здоровья годными к военной службе, в том числе, у них не была выявлена клиническая картина ПТСР. Так, в 2025 году было проведено исследование, направленное на изучение некоторых особенностей картины мира у разных категорий военнослужащих, в том числе имеющих опыт участия в боевых действиях.

У военнослужащих, проходящих военную службу на одинаковых правовых основаниях (одна категория военнослужащих), имеющих ($n=101$, возраст от 19 лет до 29 лет) и не имеющих опыта ($n=337$, возраст от 18 лет до 30 лет) участия в боевых действиях лет, выявлены статистически достоверные различия по шкале «Возможность убивать» опросника «Комплекс воина» ($U=17994,00$; $p<0,05$) [5]. Надёжность этой шкалы по критерию ω МакДональда= $0,82$, что свидетельствуют о высокой внутренней одномоментной надёжности.

Распределение ответов респондентов, имеющих боевой опыт, достоверно отличается не только по пунктам, включенными в эту шкалу. Достоверные различия выявлены по 23 пунктам опросника, отражающим не только представления о допустимости открытой агрессии и физического насилия (вплоть до убийства), возможности причинения боли другому, но и возможности жертвовать своей жизнью и жизнью других людей ради значимых целей, применения любых средств для достижения целей ($U=17409,00$ – $26906,50$; $p<0,05$).

Кроме того, выявлены более радикальные установки респондентов с боевым опытом в отношении несправедливости устройства мира и возможности насилиственного восстановления справедливости. Однако признаки выраженных националистических или расистских представлений не обнаружены. Более того, утверждения, с которыми чаще соглашались участники боевых действий, свидетельствуют о большем уважении к любым

религиозным и национальным традициям при условии отсутствия признаков радикализма в их проявлениях.

В исследованиях других категорий военнослужащих выявлено, что некоторым группам старших офицеров – участников боевых действий присуща более тонкая дифференциация психологических явлений, что неоднократно подтверждалось достоверно более высокими оценками значимости психологических аспектов военной службы для успешного выполнения боевых задач [9].

Представляет интерес, что в тех исследованиях, где использовались опросники со шкалами «Неискренность» или «Достоверность», были выявлены статистически достоверные различия распределения искренности ответов участников боевых действий и респондентов, не имевших боевого опыта. Так, участники боевых действий достоверно реже пытались искажать ответы на пункты опросников (2,2% от общего числа недостоверных результатов), по сравнению с респондентами, не участвовавшими в боевых действиях (97,8% соответственно). Также участники боевых действий допускали достоверно меньшее число пропусков ответов на пункты опросников.

Несколько иная картина мировоззренческих представлений была выявлена у военнослужащих, участвовавших в боевых действиях и получивших ранения. В 2022 году было проведено сравнение частот выборов военнослужащих, получивших и не получивших ранения на пункты опросника, направленного на выявление уровня психологической готовности к выполнению боевых задач. Респонденты, получившие ранения, достоверно чаще выбирали следующие описания состояний и условий при выполнении боевых задач: страх, растерянность, непонятность, усталость, уязвимость, сомнение, живучесть, враждебность, хаотичность событий жизни, одиночество, смерть, как уничтожение всего, обособленность. И реже – смелость, собранность, целеустремленность, ясность, работоспособность, расторопность, способность влиять на события жизни, естественность смерти, упорство в достижении целей в условиях противоборства.

Выборы, наиболее часто сделанные военнослужащими, получившими ранения, описывали основные компоненты переживания субъективной безвыходности ситуации: непонятность ситуации, в которой они находились; ее неподконтрольность; негативные эмоциональные переживания; невозможность обратиться к социальной поддержке; оценка собственных ресурсов как недостаточных, чтобы справиться с ситуацией [1].

Исследование не позволило ответить на вопрос о причинах формирования у респондентов этой группы таких представлений о себе и окружающем мире. Можно предположить, что это стало результатом сочетания нескольких групп факторов: личностных, социальных, а также ситуативно-средовых, в том числе: процесс восстановления после ранения; неопределенность относительно будущего предназначения; пребывание в среде случайно собранной группы военнослужащих и т.д.

Соотнося указанные результаты с проведенными ранее исследованиями, представляется уместным обратиться к статье В.В. Знакова «Понимание

воинами-интернационалистами ситуаций насилия и человеческого достоинства», опубликованной в 1989 году. На примере ветеранов-афганцев автор показал, что мировозренческие представления о социальной справедливости, искренности и честности в межличностном взаимодействии представляли большую значимость для участников боевых действий, что отличало их от невоевавших сверстников [2]. Как правило, ветераны испытывали выраженные негативные эмоции, если в мирной жизни сталкивались с игнорированием тех ценных для них представлений о мире и о себе, которые они осознали и приняли в боевых условиях [2, С. 118]. Эти выводы, как нам представляется, согласуются с некоторыми полученными нами результатами. Также можно предположить, что описанное В.В. Знаковым более глубокое понимание ветеранами-афганцами побудительных мотивов и психологических особенностей людей, совершивших насилие, можно соотнести с более высокой значимостью психологических факторов в боевой деятельности для офицеров – участников боевых действий.

Негативное отношение к физическому насилию выявленное В.В. Знаковым у ветеранов-афганцев и не зафиксированное в наших исследованиях может быть связано со статусом респондентов и периодом нахождения в мирных условиях. В исследовании 1989 года большая часть респондентов покинула зону боевых действий не менее чем за два года до встречи с В.В. Знаковым, а в исследованиях 2022-2025 годов респонденты участвовали в боевых действиях за несколько недель до проведения обследований.

Соответствие выявленных нами у участников боевых действий представлений о возможности жертвовать собой и жизнями других людей ради высоких целей, применения любых средств для достижения целей и представлений ветеранов-афганцев не в прямой постановке также не обнаружено.

В свою очередь данные об особенностях мировоззренческих представлений военнослужащих, получивших ранения и после излечения ожидающих направления в воинские части, согласуются с результатами многочисленных трудов, посвященных психологическим последствиям психической травмы.

В целом, описанные результаты исследований фиксируют некоторые особенности мировоззренческих представлений участников боевых действий различных категорий. Однако, они не позволяют ответить на вопрос о непосредственном влиянии участия в боевых действиях на мировоззренческие представления. Также остается без ответа вопрос о стабильности–изменчивости выявленных различий.

Обратившись к литературе, посвященной проблемам трансформации картины мира человека, можно найти подтверждение тому, что экстремальные ситуации, в частности – участие в боевых действиях инициируют работу по трансформации мировоззренческих представлений и убеждений, переопределению смыслов и т.д.: «...человек будет действовать в экстремальной ситуации, в условиях проблематичности собственного

выживания, в соответствии с экзистенциальной работой личности, направленной на определение смыслов своего существования» [8, С. 81].

Очевидно, что участие в боевых действиях, предполагающее включенность военнослужащего «...в ситуации насилия и агрессии со стороны окружающего мира» [6, С. 120], вызывает трансформацию мировозрительных представлений, придавая картине мира черты враждебности: представления о мире как пространстве постоянной борьбы, негативном отношении мира к себе и его разделение на «черное и белое».

В ряде исследований допускается, что при успешной адаптации к изменившимся условиям, могут наблюдаться позитивные изменения в части касающейся «...силы собственного Я и убеждения в доброжелательности окружающего мира ...» [6, С. 109].

Таким образом, можно предположить, что зафиксированные нами особенности мировозрительных представлений участников боевых действий отражают некоторые результаты их адаптации к различным, в том числе боевым условиям.

Допущение о влиянии экстремальных условий, сопровождающих выполнение боевых задач, на мировозрительные представления военнослужащих, предполагает и другое допущение: об изменении этих представлений в ходе адаптации к мирным условиям. Учитывая место мировозрительных представлений в регуляции деятельности человека, условия мирной жизни могут выступить фактором, определяющим характер адаптации [7]. Вместе с тем, поскольку участие в боевых действиях способствует трансформации мировозрительных представлений, придавая им черты враждебности, условия адаптации к мирной жизни, по всей видимости, должны способствовать не подкреплению, а трансформации наиболее радикальных представлений ветеранов о несправедливости мира и насилии как средстве восстановления справедливости, допустимости открытой агрессии и физического насилия, возможности применения любых средств для достижения целей.

В заключении полагаем важным отметить, что с практической точки зрения широкое обобщение результатов различных исследований психологических последствий участия в боевых действиях целесообразно направить на обоснование организации системной общественной поддержки ветеранов боевых действий в нашей стране с опорой на конструктивный потенциал их мировозрительных представлений.

Список литературы:

1. Битюцкая Е.В., Баханова Е.А., Корнеев А.А. Моделирование процесса совладания с трудной жизненной ситуацией // Национальный психологический журнал. 2015. № 2. С. 41-55. DOI: 10.11621/npj.2015.0205.
2. Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и человеческого достоинства // Психологический журнал. 1989. № 4. С. 113-124.
3. Кааяни А.Г. Психология боевого стресса и стресс-менеджмента: учебник для вузов. 2-е изд. М.: Издательство Юрайт, 2025. 145 с.

4. Маклаков А.Г., Чермянин С.В. Психологические детерминанты эффективности профессиональной деятельности в экстремальных условиях // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2013. Т. 5. № 4. С. 5-18.
5. Мильчарек Т.П., Мильчарек Н.А. Психологическая диагностика экстремизма, терроризма и скульптуризма: учеб. пособие. Омск. Изд-во ОмГУ, 2021. 236 с.
6. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: теория, эмпирия, практика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. 206 с.
7. Петров В.Е. Целостность мировоззрения как предиктор личностного выбора соучастия в экстремальном добровольчестве // Юридическая психология. 2024. № 3. С. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
8. Приходько И.П. Два аспекта экстремальной ситуации // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2014. № 12. С. 75-83. DOI: 10.12731/2218-7405-2014-12-22.
9. Шогорева Е.Ю., Елисеева И.Н. Психологическая готовность военнослужащих и подразделений в представлениях командиров // Научный сборник ВАГШ. 2023. № 95 (202). С. 191-204.

References:

1. Bityutskaya E.V., Bakhanova E.A., Korneev A.A. Modeling the process of coping with a difficult life situation // National Psychological Journal. 2015. № 2. P. 41-55. DOI: 10.11621/npj.2015.0205.
2. Znakov V.V. Understanding by internationalist soldiers of situations of violence and human dignity // Psychological Journal. 1989. № 4. P. 113-124.
3. Karayani A.G. Psychology of combat stress and stress management: textbook for universities. 2nd ed. Moscow: Yurayt Publishing House, 2025. 145 p.
4. Maklakov A.G., Chernyain S.V. Psychological determinants of professional activity effectiveness in extreme conditions // Bulletin of the Leningrad State University named after A.S. Pushkin. 2013. Vol. 5. № 4. P. 5-18.
5. Milcharek T.P., Milcharek N.A. Psychological diagnostics of extremism, terrorism and schoolshooting: textbook. stipend. Omsk. Publishing house of OmTSU, 2021. 236 p.
6. Padun M.A., Kotelnikova A.V. Mental trauma and the picture of the world: theory, empiricism, practice. Moscow: Publishing house «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences», 2012. 206 p.
7. Petrov V.E. The integrity of the worldview as a predictor of personal choice of participation in extreme volunteerism // Legal psychology. 2024. № 3. P. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
8. Prikhodko I.P. Two aspects of an extreme situation // Modern studies of social problems (electronic scientific journal). 2014. № 12. P. 75-83. DOI: 10.12731/2218-7405-2014-12-22.
9. Shogoreva E.Yu., Eliseeva I.N. Psychological readiness of military personnel and units in the representations of commanders // Scientific collection VAGSH. 2023. № 95 (202). P. 191-204.

Карпова Екатерина Михайловна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: k1342375@yandex.ru

Karpova Ekaterina Mikhailovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ****SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF AGGRESSIVE BEHAVIOR IN
ADOLESCENTS**

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление ключевых социально-психологических предикторов агрессивного поведения подростков. Особое внимание уделяется анализу влияния дисфункциональных стилей семейного воспитания. В исследовании приняли участие 25 подростков в возрасте 13-14 лет. Статистический анализ выявил, что подростки с повышенным уровнем агрессивности достоверно чаще характеризуются такими стилями родительского отношения, как гиперпротекция, гипопротекция, потворствование, игнорирование потребностей ребенка и чрезмерность требований-запретов. Результаты подчеркивают ведущую роль семейного фактора и позволяют наметить конкретные перспективы для разработки профилактических программ, направленных на оптимизацию детско-родительских отношений.

Abstract. The article presents the results of an empirical study aimed at identifying key socio-psychological predictors of aggressive behavior in adolescents. Special attention is paid to the analysis of the influence of dysfunctional family upbringing styles. The study involved 25 adolescents aged 13-14. Statistical analysis revealed that adolescents with an increased level of aggressiveness are significantly more likely to be characterized by such parental attitudes as hyperprotection, hypoprotection, indulgence, ignoring the child's needs, and excessive demands and prohibitions. No direct significant correlations between indicators of aggressiveness and school anxiety were found. The results emphasize the leading role of the family factor and make it possible to outline specific prospects for the development of preventive programs aimed at optimizing parent-child relationships.

Ключевые слова: агрессивное поведение, подростки, семейное воспитание, школьная тревожность, социально-психологические факторы, опросник Басса-Дарки.

Keywords: aggressive behavior, adolescents, family upbringing, school anxiety, socio-psychological factors, Buss-Durkee Hostility Inventory.

Актуальность исследования факторов агрессивного поведения подростков обусловлена необходимостью создания безопасной образовательной среды, включающей как физическую, так и психологическую безопасность обучающихся [1; 7; 10]. Агрессивное поведение несет высокие риски для всех участников образовательного процесса: провоцирует рост тревожности, снижает успеваемость, дестабилизирует межличностные отношения [2]. Для самого подростка-агрессора характерна прогрессирующая дезадаптация, проявляющаяся в нарушении межличностных отношений, снижении значимости коллективных целей, усилении депрессивной и психосоматической симптоматики [4].

Современные исследования показывают, что агрессивное поведение подростков является многофакторным феноменом. В зарубежной и отечественной психологии выделяют личностные, ситуационные и семейные факторы его развития [11]. Работы зарубежных авторов подчеркивают роль нарушения родительских границ и семейной враждебности как предикторов агрессии у подростков [11; 12].

В отечественных исследованиях акцент делается на комплексном влиянии микросоциального окружения, особенностей межличностного взаимодействия в коллективе [1], влияния личности педагога [8], а также индивидуально-психологических особенностей, таких как уровень саморегуляции [4], специфика самоотношения [5] и целеполагания [9].

Проведенный анализ литературы выявил необходимость дальнейшего эмпирического изучения взаимосвязей между социально-психологическими факторами, в частности, стилями семейного воспитания, школьной тревожностью и агрессивным поведением в подростковом возрасте. Целью настоящего исследования явилось изучение влияния стилей семейного воспитания и показателей школьной тревожности на уровень агрессивности обучающихся. Гипотеза исследования: агрессивное поведение подростков детерминировано спецификой семейного воспитания и психоэмоционального состояния (школьной тревожности).

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 25 учащихся 7-х классов (возраст 13-14 лет) средней общеобразовательной школы г.о. Жуковский Московской области. Методики: 1) опросник Басса-Дарки (в адаптации А.А. Хвана, Ю.А. Зайцевой, Ю.А. Кузнецовой) для диагностики показателей и видов агрессии и враждебности; 2) тест школьной тревожности Филипса (на русском языке стандартизирован Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко) для оценки уровня и компонентов школьной тревожности; 3) опросник «Анализ семейного воспитания» (авторы И.А. Фурманов, А.А. Аладьин, модификация «РОД») для выявления дисфункциональных стилей родительского воспитания. Методы статистической обработки. Для проверки значимости различий между группами использовался U-критерий Манна-Уитни. Для выявления взаимосвязей между параметрами применялся коэффициент линейной корреляции Спирмена. Обработка данных проводилась с использованием программного пакета IBM SPSS Statistics 23.

На основании медианного значения индекса агрессивности (4.5 балла) по опроснику Басса-Дарки выборка была разделена на две группы: группа 1 ($n=14$): учащиеся с нормальным уровнем агрессивности; группа 2 ($n=11$): учащиеся с повышенным и высоким уровнем агрессивности.

Результаты и обсуждение. Статистический анализ подтвердил исходную гипотезу о ведущей роли семейного фактора. Подростки с повышенным уровнем агрессивности (группа 2) достоверно чаще воспитывались в условиях дисфункциональных стилей родительского отношения. Для них были характерны статистически значимо более высокие показатели по шкалам ACB, отражающим гиперпротекцию (чрезмерный контроль), гипопротекцию (эмоциональная дистанция и недостаток внимания), потворствование

(непоследовательное удовлетворение всех желаний ребенка), игнорирование его потребностей и чрезмерность требований-запретов.

Полученные данные хорошо согласуются с результатами современных исследований. Так, М.С. Голубь и Д.А. Кураева [3] указывают, что непоследовательное и противоречивое воспитание, при котором ребенок вынужден адаптироваться к постоянно меняющимся требованиям, формирует слабые личностные установки и провоцирует агрессивные реакции как способ психологической защиты. Выявленное в нашем исследовании сочетание гипер- и гипопротекции создает у подростка двойную связь: он одновременно испытывает давление чрезмерного контроля и чувствует эмоциональную покинутость, что является мощным источником фruстрации и внутреннего конфликта, находящего разрядку в агрессии.

Корреляционный анализ выявил сложную картину взаимосвязей между индексами агрессивности, враждебности и параметрами семейного воспитания (табл. 1).

Таблица 1 – Значимые корреляционные связи между параметрами агрессивности и семейного воспитания

Параметр	Группа	Rs	p
Индекс враждебности - Гипопротекция	1	0,949	0,000
Индекс враждебности - Потворствование	1	-0,852	0,000
Индекс враждебности - Игнорирование потребностей	1	-0,700	0,005
Индекс агрессивности - Игнорирование потребностей	1	0,603	0,022
Индекс агрессивности - Чрезмерность санкций	1	0,774	0,001
Индекс агрессивности - Гиперпротекция	2	0,621	0,041
Индекс агрессивности - Гипопротекция	2	0,798	0,003

В группе с нормальной агрессивностью (группа 1) индекс враждебности положительно коррелировал с гипопротекцией и отрицательно – с потворствованием и игнорированием потребностей. Это позволяет предположить, что в данной группе враждебность формируется прежде всего на фоне дефицита родительского внимания и тепла. В тоже время, индекс агрессивности в этой группе положительно коррелировал с игнорированием потребностей и отрицательно – с гиперпротекцией и гипопротекцией. Это может указывать на то, что при нормальном уровне агрессии ее проявления носят скорее ситуативный, реактивный характер в ответ на эмоциональную депривацию, в то время как высокий контроль (гиперпротекция) может выступать сдерживающим фактором.

В группе с высокой агрессивностью (группа 2) картина иная. Индекс агрессивности положительно коррелировал с целым комплексом дисфункциональных стилей: гиперпротекцией, гипопротекцией, потворствованием, игнорированием потребностей и чрезмерностью требований-запретов. Этот «клубок» противоречий в воспитании, выявленный в нашем исследовании, напрямую перекликается с моделью «Обоюдной враждебности между родителями и детьми», описанной в работах G.M. Fosco

[12] и М.Е. Feinberg [11]. Авторы показывают, что именно такой профиль, характеризующийся непоследовательностью, высокими взаимными претензиями и нарушением личных границ, является наиболее деструктивным и ведет к экстернализации проблем у подростков, в том числе к открытой агрессии.

Важным результатом является отсутствие прямых значимых корреляций между показателями агрессивности и параметрами школьной тревожности. Это позволяет предположить, что школьная тревожность, хотя и может быть повышенной у агрессивных подростков (особенно в сфере социальных контактов и отношений с учителями), не является их прямой причиной. Скорее, и агрессия, и школьная тревожность выступают маркерами общего эмоционального неблагополучия, источник которого кроется в семейной системе. Этот вывод согласуется с позицией О.В. Колотовой [6], которая рассматривает враждебность и связанные с ней формы поведения (например, эскапизм) как реакции подростка на фрустрирующую среду, в которой нарушены процессы его самоопределения. Таким образом, школа может выступать «сценой» для проявления агрессии, но «репетиции» этого поведения чаще всего происходят в семье.

Перспективы разработки профилактических программ. Полученные результаты позволяют наметить конкретные мишени для профилактической работы. Учитывая ведущую роль семейных факторов, программы должны быть ориентированы в первую очередь на повышение родительской грамотности. Эффективными форматами могут стать:

1. Тематические родительские клубы и тренинги, направленные на формирование последовательного воспитательного стиля, обучение навыкам контейнирования эмоций ребенка и установления четких и понятных границ без применения гиперконтроля или эмоциональной холодности.

2. Психологическое просвещение, разъясняющее последствия таких стилей воспитания, как гипо-/гиперпротекция и потворствование, и их связь с агрессивным поведением.

3. Создание служб ранней помощи семьям, где специалисты (психологи, социальные педагоги) могли бы проводить диагностику детско-родительских отношений и оказывать адресную поддержку.

Параллельно с работой с семьей необходима деятельность в школьной среде, направленная на создание поддерживающего социального окружения. Это включает в себя развитие школьных служб медиации, проведение тренингов коммуникативных навыков и ассертивного поведения для подростков, а также работу с педагогическим коллективом по созданию психологически безопасного климата, снижающего уровень ситуационной тревожности. Комплексный подход, объединяющий усилия семьи и школы, представляется наиболее перспективным путем снижения уровня агрессии в подростковой среде.

Выводы. Подтверждена гипотеза о том, что агрессивное поведение подростков детерминировано спецификой семейного воспитания. Ключевыми

предикторами выступают дисфункциональные стили, характеризующиеся непоследовательностью, противоречивостью и эмоциональной депривацией.

Результаты исследования подчеркивают необходимость разработки и внедрения комплексных программ психолого-педагогического сопровождения, направленных в первую очередь на коррекцию детско-родительских отношений и оптимизацию стиля семейного воспитания как ключевого фактора профилактики агрессивного поведения в подростковой среде.

Список литературы:

1. Бадиев И.В. Агрессивность участников образовательных отношений и психологическая безопасность школьной среды // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2021. № 4. С. 708-730.
2. Блохинова Е.А. К вопросу о домашнем насилии как факторе агрессивного поведения подростков // Криминологический журнал. 2023. № 1. С. 12-15. DOI: 10.24412/2687-0185-2023-1-12-15.
3. Голубь М.С., Кураева Д.А. Микросреда семьи как фактор возникновения агрессивного поведения у детей // Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches. 2022. Vol. 11. Is. 2 A.
4. Джереджа А.Н., Махрина Е.А. К проблеме изучения социально-психологических факторов, влияющих на развитие агрессивного поведения девиантных подростков // Актуальные проблемы профилактики аддиктивного поведения: сб. материалов IV Всерос. науч.-практ. конф. Таганрогского ин-та имени А.П. Чехова. Ростов-на-Дону: Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ), 2021. С. 75-80.
5. Екимова В.И., Голик Т.Ю., Левченко А.В. Агрессия и аутоагgressия в зеркале самоотношения подростков // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 2. С. 170-189. DOI: 10.17759/epps.2025020210.
6. Колотова О.В. Вклад враждебности и референтности в зарождение подросткового эскапизма как процесса самоопределения личности // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 12. С. 101-110.
7. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
8. Литвинова А.В., Корякина Т.А., Котенев И.О. Особенности преодолевающего поведения у подростков, склонных к аутодеструкции // Прикладная юридическая психология. 2024. № 3 (68). С. 68-78. DOI: 10.33463/2072-8336.2024.3(68).068-078.
9. Литвинова А.В., Корнеева И.А., Котенев И.О. Целеполагание как ресурс психологической безопасности личности обучающихся // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 2. С. 23-43. DOI: 10.17759/epps.2025020202.
10. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
11. Feinberg M.E., Fosco G.M., Glatz T., Lippold M., Jensen T.M. Hostile interactions in the family: Patterns and links to youth externalizing problems // Journal of Early Adolescence. 2020. Vol. 40. № 1. P. 56-82.
12. Fosco G.M., Lippold M., Feinberg M.E. Interparental Boundary Problems, Parent-Adolescent Hostility, and Adolescent-Parent Hostility: A Family Process Model for Adolescent Aggression Problems // Couple and Family Psychology: Research and Practice. 2014. Vol. 3. № 3. P. 141-155.

References:

1. Badiev I.V. Aggressiveness of the participants in educational and psychological safety of the school among the Apostille // RUDN newspaper. Series: psychology and pedagogy. 2021. № 4. P. 708-730.

2. Blokhinova. A.K inoprosu O domestic violence as a factor of aggressive behavior subrostkov // Criminological Journal. 2023. № 1. P. 12-15. DOI: 10.24412/2687-0185-2023-1-12-15.
3. Golub M.S., Kurayeva D.A. Microenvironment how to factor in aggressive behavior in a child // Urgant. Historical-critical Reviews and Current Researches. 2022. Vol. 11. Is. 2 A.
4. Gereja A.N., Mahrina E.A. The problem is the studied social-psychological factorov, influencing the development of aggressive behavior deviant deviant subrostkov // Up-to-date. material in the VSEROS. learned.- practical. conf. Taganrog in-Ta names A.P. Chekhova. Rostov-on-Donu: publishing house-polygraph complex RG Urga (RINH), 2021. P. 75-80.
5. Ekimova V.I., Golik T.Yu., Levchenko A.V. Aggression and autoaggression in zerkale self-relations subrostkov // Extravextreme psychology and safety personalities. 2025. T. 2. № 2. P. 170-189. DOI: 10.17759/epps.2025020210.
6. Kolotova O.V. How the process of self-determination of individuals // society: sociology, psychology, pedagogy. 2019. № 12. P. 101-110.
7. Kostina L.N. Psychological aspects of the study of group crimes of adults // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
8. Litvinova A.V., Koryakina T.A. Kotenev I.O. Features overcoming behaviors in subrostkov, prone to Vagabond to autodestructions // behind-the-scenes legal psychology. 2024. № 3 (68). P. 68-78. DOI: 10.33463/2072-8336.2024.3(68).068-078.
9. Litvinova A.V., Korneeva I.A. Kotenev I.O. Purpose how to resource psychological safety personalities training // Crimestoppers psychology and safety personalities. 2025. T. 2. № 2. P. 23-43. DOI: 10.17759/epps.2025020202.
10. Psychological subderzhka participant vooruzhennn wawatov: educational toolkit / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Diachuk [etc.]; under general. red. M.I. Mariina, V.E. Petrova. M.: Knorus, 2025. 308 p.
11. Feinberg M.E., Fosco G.M., Glatz T., Lippold M., Jensen T.M. Hostile interactions in the family: Patterns and links to youth externalizing problems // Journal of Early Adolescence. 2020. Vol. 40. № 1. P. 56-82.
12. Fosco G.M., Lippold M., Feinberg M.E. Interparental Boundary Problems, Parent-Adolescent Hostility, and Adolescent-Parent Hostility: A Family Process Model for Adolescent Aggression Problems // Couple and Family Psychology: Research and Practice. 2014. Vol. 3. № 3. P. 141-155.

Маркова Марина Игоревна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: marina.kisil2012@yandex.ru

Markova Marina Igorevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ПАТРИОТИЗМ В СИСТЕМЕ ЦЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ – БУДУЩИХ
ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА**

**PATRIOTISM IN THE VALUE SYSTEM OF ADOLESCENTS – FUTURE DEFENDERS
OF THE FATHERLAND**

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на изучение особенностей патриотизма и его взаимосвязи с системой ценностных ориентаций у воспитанников суворовского училища. Выборку составили 83 суворовца 1-го курса в возрасте 14-16 лет. Использовался комплекс психодиагностических методик: опросник конструктивного и слепого патриотизма (С.В. Васильева, А.В. Микляева), опросник типов патриотического поведения (О.В. Гордякова, А.Н. Лебедев), анкета ценностных ориентаций (адаптация методики М. Рокича), ценностный опросник Ш. Шварца. Результаты показали преобладание конструктивного патриотизма над слепым и доминирование в ценностной иерархии терминальных ценностей «жизнь», «безопасность близких», «счастливая семейная жизнь». Методами математической статистики (корреляционный анализ Спирмена, U-критерий Манна-Уитни) выявлены значимые связи между типами патриотизма и конкретными ценностями. На основе результатов разработаны практические рекомендации по развитию патриотизма в образовательной среде.

Abstract. The article presents the results of an empirical study aimed at studying the features of patriotism and its relationship with the system of value orientations among students of a Suvorov military school. The sample consisted of 83 first-year students aged 14-16. A complex of psychodiagnostic methods was used: the questionnaire of constructive and blind patriotism (S.V. Vasilyeva, A.V. Miklyeva), the questionnaire of types of patriotic behavior (O.V. Gordyakova, A.N. Lebedev), the value orientations questionnaire (adaptation of M. Rokeach's method), Sh. Schwartz's Value Survey. The results showed the predominance of constructive patriotism over blind patriotism and the dominance of the terminal values «life», «safety of loved ones», «happy family life» in the value hierarchy. Methods of mathematical statistics (Spearman's correlation analysis, Mann-Whitney U-test) revealed significant relationships between types of patriotism and specific values. Based on the results, practical recommendations for the development of patriotism in the educational environment have been developed.

Ключевые слова: патриотизм, ценностные ориентации, подростки, суворовское училище, конструктивный патриотизм, слепой патриотизм.

Keywords: patriotism, value orientations, adolescents, Suvorov military school, constructive patriotism, blind patriotism.

Актуальность исследования патриотизма в подростковой среде обусловлена его ключевой ролью в формировании гражданской идентичности и личностном становлении будущих защитников Отечества. В современном обществе, характеризующемся процессами глобализации и трансформацией традиционных ценностных систем, проблема патриотического воспитания молодежи приобретает особую значимость [1, С. 192]. Особую важность этот процесс приобретает в условиях закрытых образовательных учреждений

военно-патриотической направленности, каковыми являются суворовские училища, где воспитание патриотизма является одной из приоритетных задач образовательного процесса [11, С. 147].

Под патриотизмом в современной психолого-педагогической науке понимается сложное системное образование, включающее когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты [9, С. 55]. Конструктивный патриотизм, в отличие от слепого, предполагает критическое осмысление действительности, активную гражданскую позицию и стремление к позитивным изменениям в обществе при сохранении любви к Родине. Патриотизм составляет основу экстремального добровольчества [7; 8]. Формирование именно такой формы патриотизма является наиболее продуктивной задачей воспитательной работы в образовательных учреждениях [4, С. 3].

Подростковый возраст представляет собой сензитивный период для формирования ценностно-смысловой сферы личности [2, С. 6]. В это время происходит активное становление мировоззрения, определение жизненных приоритетов и ориентаций [10, С. 459]. Для воспитанников суворовских училищ этот процесс имеет особую специфику, обусловленную особенностями образовательной среды, которая сочетает общее образование с военно-профессиональной подготовкой и патриотическим воспитанием [3, С. 170].

Целью нашего исследования явилось комплексное изучение патриотизма в системе ценностей подростков – будущих защитников Отечества на базе ФГКОУ «Астраханское суворовское военное училище МВД России». В задачи исследования входило: выявление доминирующего типа патриотизма у суворовцев; анализ структуры их ценностных ориентаций; установление взаимосвязей между типами патриотизма и ценностными предпочтениями; разработка практических рекомендаций по оптимизации патриотического воспитания.

В исследовании приняли участие 83 суворовца 1-го курса в возрасте от 14 до 16 лет (средний возраст 15 лет). Все участники – юноши, что обусловлено спецификой учебного заведения. Исследование проводилось в период с января по февраль 2025 года и включало три этапа: подготовительный (разработка программы исследования, подбор методик), основной (проведение диагностики) и аналитический (обработка и интерпретация результатов).

Для комплексной диагностики использовался набор валидных и надежных психодиагностических методик, апробированных в отечественной психологической практике:

1. Опросник конструктивного и слепого патриотизма (С.В. Васильева, А.В. Микляева) предназначен для оценки содержательных аспектов патриотических установок у подростков 14-18 лет. Состоит из 12 утверждений, оцениваемых по 7-балльной шкале Лайкерта, и включает две шкалы: слепой патриотизм (вопросы 1-6) и конструктивный патриотизм (вопросы 7-12). Методика имеет удовлетворительные показатели валидности и надёжности.

2. Опросник для оценки типов патриотического поведения (О.В. Гордякова, А.Н. Лебедев) направлен на изучение трех типов

патриотического поведения: идеологического, проблемного и конформного. Позволяет выявить особенности поведенческого компонента патриотизма.

3. Анкета ценностных ориентаций (адаптация методики М. Рокича) используется для изучения иерархии терминальных ценностей. Респонденты ранжируют 20 ценностей по степени значимости, что позволяет выявить доминирующие и отвергаемые ценностные приоритеты.

4. Ценностный опросник Ш. Шварца направлен на изучение десяти типов ценностей, объединенных в четыре высших порядка: «Открытость изменениям», «Сохранение», «Самопреодоление» и «Самовозышение». Состоит из двух частей: обзора ценностей (57 позиций) и профиля личности (40 позиций).

5. Опросник оценки личностного выбора соучаствия в экстремальном добровольчестве (В.Е. Петров [5; 6]) предназначен для оценки готовности к деятельности в критических ситуациях, связанных с риском для жизни и здоровья. Содержит 228 вопросов с тремя вариантами ответов.

Обработка данных проводилась с использованием методов математической статистики в программе IBM SPSS Statistics 23. Для установления взаимосвязей между показателями применялся корреляционный анализ Спирмена. Для сравнения двух независимых групп использовался U-критерий Манна-Уитни. Статистическая значимость определялась при $p \leq 0,05$.

Результаты исследования показали выраженное преобладание конструктивного патриотизма (среднее значение $36,28 \pm 4,53$) над слепым ($28,04 \pm 7,06$) у суворовцев. Это свидетельствует о способности к критическому осмыслению действительности при сохранении любви к Родине, что является позитивным показателем сформированности патриотического сознания. Такая картина отражает эффективность воспитательной работы, проводимой в училище, и соответствует современным представлениям о желательном характере патриотизма как сознательной и рефлексивной позиции.

Среди типов патриотического поведения доминирует идеологический тип ($9,89 \pm 3,19$), что характеризуется активной и осознанной демонстрацией патриотических чувств, стремлением транслировать патриотические ценности окружающим. Проблемный ($5,60 \pm 1,53$) и конформный ($5,58 \pm 1,98$) типы выражены значительно слабее, что указывает на недостаточную развитость критического отношения к действиям власти и преобладание внешней мотивации в патриотическом поведении у части воспитанников.

В структуре ценностных ориентаций, по методике Рокича, ведущие позиции занимают терминальные ценности: «жизнь» (ранг 1), «безопасность родных» (ранг 2), «счастливая семейная жизнь» (ранг 3). Это отражает обще возрастные тенденции подросткового периода, для которого характерна ориентация на базовые жизненные ценности и благополучие близких. Наименее значимыми оказались «идентичность со значимыми» (ранг 20), «общественное признание» (ранг 19), «религия, вера» (ранг 18). Такая иерархия может свидетельствовать о снижении значимости внешних авторитетов и социального одобрения в пользу личностно значимых ценностей.

По методике Ш. Шварца в числе приоритетных ценностей выделены: универсализм ($49,04 \pm 5,93$), самостоятельность ($33,07 \pm 4,36$) и безопасность ($34,15 \pm 4,07$). Высокий показатель универсализма указывает на признание важности благополучия всех людей и природы, терпимость к другим культурам и этносам. Самостоятельность отражает стремление к независимости и свободе выбора, что соответствует задачам личностного развития в подростковом возрасте. Ценность безопасности связана с ориентацией на стабильность и защищенность, что закономерно для воспитанников закрытого образовательного учреждения.

Корреляционный анализ выявил статистически значимые связи между типами патриотизма и ценностями. Конструктивный патриотизм положительно коррелирует с идентичностью ($r=0,241$; $p \leq 0,028$), традициями ($r=0,369$; $p \leq 0,001$), универсализмом ($r=0,232$; $p \leq 0,035$) и отрицательно – с общественным признанием ($r=-0,265$; $p \leq 0,015$) и надёжностью ($r=-0,367$; $p \leq 0,001$). Эти связи свидетельствуют о том, что конструктивный патриотизм основан на внутренних ценностях и осознанной идентификации с культурными традициями, а не на стремлении к социальному одобрению.

Слепой патриотизм демонстрирует положительную связь с удовольствием от жизни ($r=0,233$; $p \leq 0,034$), идейностью ($r=0,241$; $p \leq 0,028$) и отрицательную – с общественным признанием ($r=-0,302$; $p \leq 0,006$), национальной идеей ($r=-0,220$; $p \leq 0,046$), религией ($r=-0,225$; $p \leq 0,041$). Такая структура связей указывает на эмоциональную основу слепого патриотизма и его оторванность от смысловых и идеологических компонентов.

Сравнение двух групп, выделенных экспертным путем («подростки-патриоты» $N=22$ и «подростки с дефицитарностью патриотизма» $N=61$), с помощью U-критерия Манна-Уитни подтвердило наличие статистически значимых различий по большинству типов патриотического поведения и некоторым ценностям (общественное признание, национальная идея, надёжность). Подростки-патриоты показали более высокие показатели по шкалам конструктивного патриотизма ($U=274,0$; $p \leq 0,000$), идеологического типа поведения ($U=13,0$; $p \leq 0,000$) и более низкие – по шкалам проблемного ($U=371,0$; $p \leq 0,002$) и конформного ($U=114,0$; $p \leq 0,000$) типов. В ценностной сфере значимые различия выявлены для общественного признания ($U=426,5$; $p \leq 0,011$), национальной идеи ($U=474,5$; $p \leq 0,042$) и надёжности ($U=427,5$; $p \leq 0,012$).

На основе полученных результатов были разработаны развернутые рекомендации по развитию патриотизма у подростков в образовательных учреждениях:

1. Формирование позитивного имиджа страны через систему конкретных примеров из героического прошлого, демонстрацию культурных достижений и уникальных традиций различных регионов Российской Федерации. Важно акцентировать внимание на связи истории семьи с историей страны, что способствует укреплению эмоциональной привязанности к Родине.

2. Развитие личностной идентичности через проведение специальных тренингов и психолого-педагогических мероприятий, направленных на

осознание подростками их места в обществе и государстве. Необходимо подчеркивать уникальность каждого молодого человека и значимость его личного вклада в общественное развитие.

3. Профессиональная ориентация и наставничество через организацию встреч с представителями различных профессий, особенно тех, чья деятельность имеет общественно значимый характер (медицинские работники, сотрудники спасательных служб, научные работники). Это позволит подросткам осознать важность выбора профессии, способствующей благополучию и развитию страны.

4. Развитие чувства ответственности с использованием интерактивных методов (игровые технологии, дискуссии, проектная деятельность), которые стимулируют подростков к осмыслению своей ответственности перед обществом и государством. Эффективно моделирование ситуаций принятия решений, влияющих на развитие региона или города.

5. Эмоциональное воздействие через проведение мероприятий, направленных на пробуждение эмоциональной сферы подростков: просмотр документальных и художественных фильмов о подвигах соотечественников, посещение музеев, участие в реконструкциях исторических событий. Это способствует формированию положительных ассоциаций с понятием Родины.

6. Привлечение родителей к активному участию в патриотических мероприятиях, что помогает развивать у детей любовь к Родине, почтение к прошлому и культуре своей страны, а также укрепляет семейные узы и обеспечивает преемственность поколений.

7. Применение комплекса методов военно-патриотического воспитания, включая: проведение тематических бесед и классных часов с использованием потенциала отечественной военной истории; организацию участия в военно-исторических конференциях и викторинах; проведение уроков мужества и встреч с ветеранами; организацию экскурсий в исторические музеи и мемориальные комплексы; создание специальной воспитательной среды (музеи, комнаты боевой славы); участие в воинских ритуалах и традиционных мероприятиях; взаимодействие с государственными органами и общественными организациями патриотической направленности.

Таким образом, проведенное комплексное исследование подтвердило наличие тесной взаимосвязи между типами патриотизма и системой ценностных ориентаций подростков-суворовцев. Выявленное преобладание конструктивного патриотизма над слепым свидетельствует об эффективности воспитательной работы, проводимой в учебном заведении. Доминирование в ценностной иерархии базовых жизненных ценностей отражает обще возрастные закономерности развития личности в подростковом периоде.

Полученные данные подчеркивают важность развития именно конструктивных форм патриотизма, основанных на критическом мышлении, осознанной гражданской позиции и внутренней ценностной мотивации. Предложенная система практических рекомендаций может быть использована для оптимизации патриотического воспитания не только в суворовских

училищах, но и в других образовательных учреждениях, осуществляющих подготовку будущих защитников Отечества.

Дальнейшие исследования в этом направлении могут быть связаны с изучением динамики патриотических ориентаций в процессе обучения, сравнением ценностных систем воспитанников различных образовательных учреждений военной направленности, разработкой и апробацией конкретных психолого-педагогических программ формирования конструктивного патриотизма.

Список литературы:

1. Бродовская Е.В., Курганов Г.В., Нода А.С. Патриотическое воспитание молодежи в Российской Федерации: опыт Дальневосточного федерального округа // Власть. 2025. № 33 (1). С. 192-197.
2. Выготский Л.С. Педология подростка // Собр. соч. в 6 т. М.: Педагогика, 1984. Т. 4. С. 6-37.
3. Дмитриева Н.А. Ценностные ориентации кадетов // Омский научный вестник. 2012. № 5 (112). С. 170-172.
4. Моров А.В., Вахрушев А.А. Роль технологий личностного роста в системе патриотического воспитания учащихся // Интернет-журнал «Мир науки». 2017. Т. 5. № 3.
5. Петров В.Е. Личностный выбор соучастия в экстремальном добровольчестве: монография. М.: Издательство «Спутник+», 2025. 454 с.
6. Петров В.Е. Факторная модель личностного выбора соучастия в экстремальном добровольчестве и его диагностика // Прикладная психология и педагогика. 2024. Т. 9. № 4. С. 75-94. DOI: 10.12737/2500-0543-2024-9-4-75-94.
7. Петров В.Е. Целостность мировоззрения как предиктор личностного выбора соучастия в экстремальном добровольчестве // Юридическая психология. 2024. № 3. С. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
8. Поздняков В.М., Петров В.Е., Кокурин А.В. Личностные предикторы волонтёрства в повседневных и экстремальных условиях // Психология и право. 2023. Т. 4. № 13. С. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.
9. Потёмкин А.В. Национально-психологические особенности проявления патриотизма личности: дис. канд. психол. наук. Тольятти, 2009. 256 с.
10. Сорокин С.А. Патриотическое сознание: специфика и сущность // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Философские науки. 2009. № 3. С. 148-153.
11. Тумбасова Е.Р. Особенности «Образа Я» и ценностных ориентаций личности при переходе к взрослости: дис. канд. психол. наук. Магнитогорск, 2012. 215 с.

References:

1. Brodovskaya E.V., Kuranov G.V., Noda A.S. Patriotic education of youth in the Russian Federation: the experience of the Far Eastern Federal District // Power. 2025. № 33 (1). P. 192-197.
2. Vygodsky L.S. Adolescent pedology // Collected works in 6 volumes. Moscow: Pedagogika, 1984. Vol. 4. P. 6-37.
3. Dmitrieva N.A. Value orientations of cadets // Omsk Scientific Bulletin. 2012. № 5 (112). P. 170-172.
4. Morov A.V., Vakhrushev A.A. The role of personal growth technologies in the system of patriotic education of students // Mir Nauki online magazine. 2017. Vol. 5. № 3.
5. Petrov V.E. Personal choice of participation in extreme volunteerism: a monograph. Moscow: Sputnik+ Publishing House, 2025. 454 p.
6. Petrov V.E. Factor model of personal choice of participation in extreme volunteerism and its diagnosis // Applied psychology and pedagogy. 2024. Vol. 9. № 4. P. 75-94. DOI: 10.12737/2500-0543-2024-9-4-75-94.

-
7. Petrov V.E. Integrity of worldview as a predictor of personal choice of participation in extreme volunteerism // Legal Psychology. 2024. № 3. P. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
 8. Pozdnyakov V.M., Petrov V.E., Kokurin A.V. Personal predictors of volunteerism in everyday and extreme conditions // Psychology and Law. 2023. Vol. 4. № 13. P. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.
 9. Potemkin A.V. National psychological features of personal patriotism: dis. ... kand. psychological sciences. Tolyatti, 2009. 256 p.
 10. Sorokin S.A. Patriotic consciousness: specifics and essence // Bulletin of the Moscow State Regional University. Series: Philosophical sciences. 2009. № 3. P. 148-153.
 11. Tumbasova E.R. Features of the «Self-image» and value orientations of a personality during the transition to adulthood: dis. kand. psychological sciences. Magnitogorsk, 2012. 215 p.

Ордина Анна Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: ordinaannaa@mail.ru

Ordina Anna Aleksandrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ ИЗ
НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ****SPECIFIC FEATURES OF CAREER ORIENTATION IN ADOLESCENTS FROM
SOCIALLY DISADVANTAGED FAMILIES**

Аннотация. Исследование направлено на выявление особенностей профессиональной ориентации подростков, воспитывающихся в условиях семейного неблагополучия. Установлено, что социальная среда семьи является значимым фактором, влияющим на характер профессиональных интересов и степень их выраженности. Эмпирическая часть работы выполнена на выборке из 30 подростков, разделённых на две группы – из благополучных и неблагополучных семей. Полученные результаты показали, что подростки из неблагополучных семей отличаются меньшей дифференцированностью профессиональных типов личности, сниженной выраженностью интересов и преобладанием неоформленных склонностей. Сделан вывод о необходимости адресных форм психологопедагогической поддержки, направленных на развитие профессиональной идентичности подростков, находящихся в условиях социального неблагополучия.

Abstract. The study is aimed at identifying the specific features of career orientation among adolescents raised in socially disadvantaged families. It has been established that the family's social environment is a significant factor influencing the nature and degree of development of professional interests. The empirical part of the research was conducted on a sample of 30 adolescents, divided into two groups – from favorable and unfavorable family environments. The results showed that adolescents from disadvantaged families exhibit lower differentiation of professional personality types, reduced intensity of interests, and a predominance of unformed inclinations. The study concludes that targeted forms of psychological and pedagogical support are necessary to foster the development of professional identity in adolescents living in socially vulnerable conditions.

Ключевые слова: профессиональная ориентация; подростки; семейное неблагополучие; профессиональные интересы; самоопределение; профориентация; психологопедагогическая поддержка.

Keywords: career orientation; adolescents; family disadvantage; professional interests; self-determination; career guidance; psychological and pedagogical support.

Современные стремительные социально-экономические перемены усиливают значимость психологического сопровождения профессионального самоопределения подростков. Выбор профессии становится не только практической необходимостью, но и этапом личностного развития, влияющим на самореализацию, самооценку и успешность социальной адаптации. Именно поэтому особого внимания требуют подростки, растущие в неблагоприятной семейной обстановке, где дефицит эмоциональной поддержки и положительных примеров затрудняет формирование профессиональных интересов и жизненных ориентиров [3; 5]. В таких условиях возрастает риск случайного выбора профессии и, как следствие, социальной дезадаптации, что

подчёркивает необходимость изучения факторов, определяющих профессиональную направленность и поиска эффективных путей психологической помощи в профессиональном самоопределении данной категории подростков.

Цель исследования – эмпирически выявить и проанализировать особенности профессиональной ориентации подростков из неблагополучных семей.

Обзор современных исследований. В последние годы всё большее внимание исследователей привлекает проблематика профессионального самоопределения подростков, оказавшихся в условиях социального неблагополучия. Отмечается, что такие подростки нередко сталкиваются с особыми барьерами в выборе профессионального пути, связанными как с дефицитом внутренних ресурсов, так и с неблагоприятным влиянием внешних обстоятельств. В отечественных работах отмечается, что семейное неблагополучие затрудняет формирование осознанных профессиональных намерений, и, помимо этого, снижает уровень познавательной активности и мотивацию к обучению. Нестабильность жизненных условий и эмоциональная неопределенность приводят к ослаблению мотивации к профессиональному выбору и к преобладанию импульсивных, неосознанных форм поведения. В результате подросток испытывает трудности в осмыслиении собственных интересов и склонностей, что препятствует становлению его как личности, как субъекта осознанного профессионального выбора [6].

Социальное развитие подростков, растущих в условиях семейной дисфункции, нередко протекает с искажениями, поскольку неблагоприятная атмосфера семьи напрямую отражается на формировании личностной и профессиональной идентичности. В подобных семьях родители часто не имеют устойчивого социального статуса и, соответственно, демонстрируют ограниченные модели профессионального поведения. Подростки не получают необходимой информации о возможностях образования и профессионального роста, лишены успешных примеров, а также лишены эмоционального сопровождения, формирующего уверенность в собственных силах [1].

Мониторинг ценностных установок современной молодёжи выявил наличие глубинных противоречий, препятствующих осознанному выбору профессии. Одним из наиболее выраженных аспектов выступает недостаточный уровень включённости подростков в реальные формы трудовой и социально значимой деятельности – волонтёрские, экологические или проектные начала. Несмотря на присутствующую внутреннюю готовность участвовать в подобных видах деятельности, большинство подростков сталкиваются с отсутствием организационной поддержки, дефицитом информации и слабой координацией со стороны образовательных структур и семьи. В результате профориентационная работа, даже если она присутствует, носит фрагментарный и декларативный характер, особенно в отношении подростков, находящихся в группе социального риска [2].

В исследовании, проведённом в Пакистане, рассматривались особенности профессиональных установок подростков, живущих в условиях хронического

социально-экономического дефицита. Анализ показал, что, несмотря на внешние трудности, многие подростки сохраняют стремление к профессиональному развитию и социальной включенности. Но эти намерения часто остаются непереведёнными в реальные действия из-за отсутствия информации о профессиях, финансовых барьеров и недостатка поддержки значимых взрослых. Авторы предъявляют феномен, при котором подросток верит в возможность «лучшей жизни», не имея чёткого представления о путях её достижения. Основными причинами такого состояния названы пассивность образовательных институтов и недостаток профориентационных программ. При этом делается вывод, что экономическая нестабильность сама по себе не блокирует профессиональное самоопределение, но делает его крайне затруднённым без постоянной внешней поддержки [7].

Качественное исследование, проведённое в Великобритании, было направлено на анализ того, как подростки из семей с низким доходом и неблагополучным климатом осмысляют свои профессиональные перспективы и социальное положение. Результаты показали, что, несмотря на ограниченные ресурсы, многие из них стремятся вырваться из привычного окружения и добиться независимости и признания через трудовую деятельность. Но даже при наличии интереса к профессии участники сталкивались с внутренними барьерами, что порождало пассивность и влияло на откладывание реальных шагов к включенности в профессию. Исследователи делают вывод, что эффективная профориентация невозможна в универсальном формате: программы должны быть гибкими, адресными и учитывать индивидуальный жизненный контекст каждого участника [8].

В Германии также было выявлено, что образовательные и трудовые перспективы подростков напрямую зависят от социально-экономического статуса семьи. Молодёжь из неблагополучных слоёв общества значительно реже получает качественную профориентационную информацию и персональное карьерное сопровождение. Отмечается, что готовность к карьере в определенной деятельности включает не только знание профессий, но и умение ставить цели, оценивать риски и адаптироваться к переменам, быть гибкими. Подростки из социально уязвимых семей демонстрируют ниже уровень этой готовности, что повышает их риск профессиональной нестабильности [4].

Современные исследования выделяют важность полноценного и индивидуального комплексного подхода к профессиональной ориентации подростков из неблагополучных семей. Эффективные программы должны сочетать информационное сопровождение, развитие самопознания и навыков осознанного выбора, а также формирование позитивных ролевых ориентиров и моделей, способствующих укреплению внутренней мотивации и уверенности в собственных возможностях.

Материалы (данные) и методы. Выборку исследования составили 30 человек (15 человек – подростки из неблагополучных семей (8 девочек и 7 мальчиков) и 15 человек – подростки из благополучных семей (9 девочек и 6 мальчиков). Средний возраст подростков – 16 лет.

Для изучения особенностей профессиональной ориентации был применен следующий методический комплекс.

Для выявления доминирующего типа профессиональной направленности личности – «Тест Дж. Голланда в модификации Г.В. Резапкиной». Методика позволила определить, к какому профессиональному типу среды и деятельности подростки проявляют наибольшую склонность. Каждый тип (реалистический, исследовательский, художественно-творческий, социальный, предпринимательский или конвенциональный) отражает специфику личности, определяющую выбор профессии и предпочтительные формы взаимодействия с миром труда. Интерпретация результатов открывает возможность соотнесения индивидуально-личностных качеств с содержательными характеристиками профессиональной деятельности, позволяет проследить вектор и закономерности формирования личного профессионального выбора на данном этапе самоопределения.

Для дифференциации сферы профессиональной активности, к которым испытуемые проявляют устойчивый интерес и эмоциональную включенность (общение с людьми, работа с техническими объектами, природными явлениями, символическими системами или художественными образами) – «Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова». Анализ ответов даёт возможность реконструировать индивидуальную конфигурацию профессиональных предпочтений.

Для выявления индивидуальной структуры и интенсивности профессиональных интересов подростков – «Тест Е.А. Голомштока «Карта интересов» в модификации Г.В. Резапкиной». Этот диагностический инструмент позволяет установить, насколько широк круг познавательных и трудовых предпочтений (физика и математика, химия и биология, радиотехника и электроника, механика и конструирование, география и геология, литература и искусство, история и политика, педагогика и медицина, предпринимательство и домоводство, спорт и военное дело), а также определить, какие области деятельности вызывают у испытуемых устойчивую мотивацию и эмоциональную вовлечённость.

Проведенный анализ выявил значимые особенности профессиональной ориентации подростков из неблагополучных семей.

Результаты исследования по тесту Дж. Голланда показали, что в обеих исследуемых группах подростков доминирующим является артистический тип профессиональной личности. У подростков из неблагополучных семей данный тип выявлен у 86,7% участников, среди подростков из благополучных семей – 73,3%. Данные указывают на преобладание интереса к творческой деятельности, самовыражению и стремление к отсутствию жестких рамок. В группе подростков из неблагополучных семей социальный и реалистический типы встречались значительно реже – по 6,7%, что может свидетельствовать о слабой выраженности стремления к видам деятельности, предполагающим взаимодействие с людьми или предметной средой. Помимо этого, среди подростков из благополучных семей наблюдается большая вариативность профессиональных интересов: социальный тип зафиксирован у 20%

участников, а реалистический – у 6,7%. Следует заметить, что интеллектуальный, предпринимательский и конвенциональный типы отсутствовали в обеих выборках, что может демонстрировать ограниченность представлений подростков о данных направлениях профессиональной деятельности.

Анализ данных, полученных с помощью дифференциально-диагностического опросника Е.А. Климова, показал, что у обеих категорий подростков наибольшее влияние имеют интересы среднего уровня выраженности, что свидетельствует о процессе активного становления профессиональных предпочтений. В группе подростков, воспитывающихся в условиях семейного неблагополучия, доля средней выраженности интересов составила 45,6%, при этом невыраженные интересы зафиксированы у 23,3% участников, а ярко выраженные – у 14,4%. Подобная пропорция демонстрирует наличие частично оформленных профессиональных намерений и высокий уровень неопределенности в отношении будущей профессиональной деятельности. У подростков из благополучных семей структура оказалась несколько иной: 52,2% интересов среднего уровня, 20% – невыраженных и 12,2% – ярко выраженных. Такая конфигурация может указывать на более значимую устойчивость профессиональных ориентиров и меньшую долю неопределенности по сравнению с их сверстниками из группы социального риска.

По результатам диагностики по методике А.Е. Голомштока «Карта интересов» (модификация Г.В. Резапкиной) у подростков из неблагополучных семей преобладают интересы низкой выраженности – 60,7%, что указывает на недостаточную сформированность мотивационной сферы и ограниченные условия для развития профессиональных предпочтений. Выраженные интересы отмечены лишь у 10,7%, что свидетельствует о более редких случаях наличия чётких целевых ориентиров. В группе подростков из благоприятной семейной среды высокий уровень выраженности интересов наблюдается у 19,3% участников, а низкий – у 47,3%. Это отражает более активное формирование профессиональных установок и больший доступ к профориентационным возможностям. Средний уровень интересов оказался близким в обеих выборках: 29,3% у подростков из неблагополучных семей и 33,3% у представителей благополучной среды. Данные результаты подтверждают, что обе группы исследуемых подростков находятся на стадии формирования профессионального вектора, однако подростки из социально неблагополучных условий демонстрируют более низкий уровень устойчивой мотивации и нуждаются в целенаправленном психологическом сопровождении.

Проведённое исследование продемонстрировало, что у подростков, воспитывающихся в условиях семейного неблагополучия, наблюдается меньшая дифференцированность профессиональных типов личности и более ограниченный диапазон интересов. В отличие от них, представители из благоприятной семейной среды проявляют более разнообразный профиль профессиональной направленности и более устойчивую мотивацию к осознанному выбору профессии.

Помимо этого, анализ показал, что семейное неблагополучие действительно оказывает выраженное влияние на процесс формирования профессионального вектора подростков. Нестабильная эмоциональная атмосфера, ограниченность жизненного опыта и дефицит позитивных ролевых моделей значимых взрослых препятствуют формированию устойчивых профессиональных склонностей и снижают уровень внутренней мотивации к выбору будущей профессиональной деятельности.

Результаты зарубежных и отечественных исследований также подтверждают, что подростки, растущие в социально неблагоприятных условиях, демонстрируют более низкий уровень карьерной готовности и суженные представления о мире профессий. Недостаток поддержки со стороны семьи, школы и социальных служб ведёт к неопределённости профессиональных планов и слабой осознанности жизненных целей и ценностей.

Полученные результаты подтверждают зависимость структуры профессиональных интересов и склонностей от социального контекста семьи. Это подчёркивает необходимость адресной, индивидуальной и гибкой психолого-педагогической поддержки, учитывая жизненный контекст участников, направленной на развитие мотивации, расширение представлений о профессиях и формирование у подростков, находящихся в трудных жизненных обстоятельствах, готовности к осознанному профессиональному выбору.

Список литературы:

1. Абрикосова Е.В. Особенности формирования профессиональной идентичности подростков, находящихся в социально опасном положении // Профессиональное развитие и поведение личности: традиции и инновации: сб. ст. по материалам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2021. / отв. ред. И.В. Кудрявцева. М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2021. С. 41-44.
2. Институт изучения детства, семьи и воспитания. Мониторинг ценностных ориентаций молодежи: результаты, выводы, предложения: аналитический отчет. М.: ФГБНУ «ИИДСВ», 2024. 32 с.
3. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
4. Организация экономического сотрудничества и развития. Карьерное консультирование, социальное неравенство и социальная мобильность: аналитический отчёт. Париж: Издательство ОЭСР, 2024.
5. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
6. Турчина С.Е., Панов С.В. Особенности профессионального самоопределения подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации // Психологическая наука и образование. 2021. Т. 26. № 1. С. 75-85.
7. Karna V., Ahmed B., Akobyan A. Exploring Hope and Future Orientation Among Adolescents from Low-Income Communities // Journal of Psychological Studies of Adolescents and Youth. 2025. Vol. 6. № 2. P. 127-135.
8. Fechili O., Schloesser A.A Study of Aspirations and Future Orientation in Adolescents from Low-Income Families // Educational and Child Psychology. 2020. Vol. 37. № 1. P. 118-135.

References:

1. Abrikosova E.V. Features of the formation of professional identity of adolescents in a socially dangerous situation // Professional development and personality behavior: traditions and innovations: collection of articles based on the materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation. 2021. / ed. by I.V. Kudryavtsev. Moscow: FSBEI HE MGPPU, 2021. P. 41-44.
2. Institute for the Study of Childhood, Family and Upbringing. Monitoring of youth value orientations: results, conclusions, suggestions: an analytical report. Moscow: FGBNU «IIDSV», 2024. 32 p.
3. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
4. Organization for Economic Cooperation and Development. Career counseling, social inequality and social mobility: an analytical report. Paris: OECD Publishing House, 2024.
5. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
6. Turchina S.E., Panov S.V. Features of professional self-determination of adolescents in difficult life situations // Psychological science and education. 2021. Vol. 26. № 1. P. 75-85.

Ульянина Ольга Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), руководитель Федерального координационного центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации, доктор психологических наук, доцент, e-mail: ulyaninaoa@mgppu.ru

Ulyanova Olga Alexandrovna

Moscow State Psychological and Pedagogical University (Moscow, Russia), head of the federal coordination center for the development of psychological and pedagogical assistance in the education system of the Russian Federation, doctor of psychological sciences, associate professor

Степанюк Екатерина Ивановна

Азовский государственный педагогический университет им. П.Д. Осипенко» (г. Бердянск, Россия), исполняющий обязанности ректора, кандидат педагогических наук, доцент

Stepanyuk Ekaterina Ivanovna

Azov State Pedagogical University named after P.D. Osipenko (Berdiansk, Russia), acting rector, candidate of pedagogy, associate professor

**ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ ПЕДАГОГОВ НОВЫХ РЕГИОНОВ
К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРАЦИИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО РОССИИ**

FACTORS OF ADAPTATION OF TEACHERS OF NEW REGIONS TO PROFESSIONAL ACTIVITY IN THE CONTEXT OF INTEGRATION INTO THE EDUCATIONAL SPACE OF RUSSIA

Аннотация. В статье, на основе данных 2567 анкет, изучена профессиональная адаптация педагогов Запорожской и Херсонской областей в российской системе образования. Выделена важность непрерывного повышения квалификации, методической и психологической поддержки, сплоченности профессионального сообщества, а также адекватных материально-технических и организационных условий работы. Обсуждены основные трудности и предлагаются меры по оптимизации процесса адаптации. Сделан вывод о необходимости комплексного подхода для успешной интеграции новых регионов.

Abstract. Based on data from 2,567 questionnaires, the article examines the professional adaptation of teachers of the Zaporizhia and Kherson regions in the Russian education system. The importance of continuous professional development, methodological and psychological support, the cohesion of the professional community, as well as adequate logistical and organizational working conditions is highlighted. The main difficulties are discussed and measures are proposed to optimize the adaptation process. It is concluded that an integrated approach is necessary for the successful integration of new regions.

Ключевые слова: профессиональная адаптация, педагогические работники, интеграция в образовательное пространство, повышение квалификации, наставничество, психологическая поддержка, профессиональная идентичность, образовательные стандарты.

Keywords: professional adaptation, teaching staff, integration into the educational space, professional development, mentoring, psychological support, professional identity, educational standards.

Вхождение Запорожской и Херсонской областей в состав Российской Федерации осенью 2022 года поставило педагогических работников этих регионов перед беспрецедентной профессиональной задачей – необходимостью адаптации к новым условиям работы в кратчайшие сроки. Речь шла о переходе с украинских образовательных стандартов на российские, что означало

освоение Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС), новых учебных программ и требований, а также переосмысление своей профессиональной роли. По сути, учителям пришлось интегрироваться в иное нормативно-правовое и методическое поле, адаптируя свои методы преподавания (вплоть до изменения языка обучения) к российской системе образования. Данный переходный период отличался высокой стрессогенностью и неопределенностью, критически важными для дальнейшей карьеры педагога. Как отмечается в исследованиях, столь резкая смена профессиональной среды затрагивает и профессиональную идентичность учителя, которая является значимым фактором успешной педагогической деятельности [4, С. 145]. Актуальность проблемы адаптации педагогов новых регионов обусловлена масштабными социально-политическими изменениями: образование рассматривается государством как ключевой фактор устойчивого развития присоединившихся территорий и обеспечения национальной безопасности. Уже с сентября 2022 года во всех новых субъектах Российской Федерации образовательный процесс был переведен на российские стандарты. Одновременно обнажился острый кадровый дефицит: часть учителей покинула школы в ходе эвакуации и вследствие стрессов военного времени, усугубив проблему укомплектованности школ квалифицированными кадрами. Таким образом, задача адаптации оставшихся и вновь прибывших педагогов приобрела не только педагогическое, но и социальное значение.

Для поддержки учителей в новых регионах были оперативно задействованы масштабные меры на федеральном и региональном уровнях. Во-первых, одним из ключевых инструментов стала система массового повышения квалификации и переподготовки педагогических кадров. С весны 2022 года были развернуты ускоренные курсы обучения учителей российским стандартам, обеспечены поставки в школы российских учебников, обновлена материально-техническая база образовательных организаций. Во-вторых, на нормативном уровне принят специальный федеральный закон, регламентирующий интеграцию новых субъектов в систему образования России, который обеспечил признание российских квалификационных категорий и званий, ранее полученных педагогами, и установил переходные положения для выпускников школ. Эти шаги заложили основу для интеграции, однако сама по себе профессиональная адаптация педагогов оказалась сложным и многогранным процессом, затрагивающим нормативно-правовые, содержательно-методические и личностно-профессиональные аспекты.

В целях детального изучения данного процесса на площадке Азовского государственного педагогического университета было проведено эмпирическое исследование методом анкетного опроса среди педагогов новых регионов. В опросе приняли участие 2567 педагогических работников из Запорожской и Херсонской областей, среди них 86,1% женщин и 13,9% мужчин. Анкетирование проводилось в онлайн-формате (платформа AnketologBox) анонимно, с использованием закрытых, шкальных и открытых вопросов. Полученные данные позволили проанализировать специфику адаптации учителей к новым условиям, выявить основные факторы, влияющие на

успешность или затруднения этого процесса, а также определить, какие формы методической, профессиональной и психологической поддержки педагоги считают наиболее эффективными. В настоящей статье представлены результаты анализа факторов адаптации педагогических работников в новых регионах, обобщенные с учетом современной научной литературы по данной проблематике.

Основные факторы успешной адаптации педагогов.

Профессиональная переподготовка и методическая поддержка. Ключевым условием успешной работы учителя в новых условиях выступает возможность продолжать обучение и повышать квалификацию. Современные исследования подчеркивают, что непрерывное профессиональное развитие – необходимое требование для адаптации педагога к меняющимся стандартам и ожиданиям системы образования. В нашем опросе более 60% респондентов назвали фактор «*обучение и профессиональная переподготовка*» одним из важнейших для успешной адаптации. Большинство учителей осознают необходимость освоения новых знаний и навыков для эффективной работы по российским стандартам. Многие педагоги проявили проактивность, пройдя курсы повышения квалификации, стажировки в других регионах Российской Федерации, обучающие семинары. Это соответствует принципу «*обучения через всю жизнь*», который рассматривается как залог профессиональной гибкости учителя [6, С. 118]. Согласно наблюдениям Е.Н. Агаповой и С.Ю. Трапицина, специально организованное сопровождение молодого педагога на начальном этапе трудовой деятельности существенно облегчает его вхождение в профессию [1, С. 40]. В новых регионах такая поддержка реализована через ускоренные курсы по внедрению ФГОС, изучению российской истории и русского языка (для тех, кто ранее преподавал эти дисциплины по другим программам). Таким образом, профессиональная переподготовка стала базовым фактором успешной адаптации: обеспечивая учителей необходимыми знаниями о новых стандартах и программах, она снижает неопределенность и повышает уверенность педагогов в своих силах.

Социально-психологическая поддержка и сообщество. Не менее важную роль играют межличностные отношения и включенность педагога в профессиональное сообщество. Вхождение в новую систему проходит гораздо легче, если учитель ощущает поддержку коллег и администрации своей образовательной организации. По данным опроса, около половины педагогов в обеих областях среди ключевых условий успешной адаптации указали поддержку со стороны коллег, а несколько меньше – поддержку администрации школы. Это свидетельствует о высокой ценности благоприятного социально-психологического климата: для многих учителей решающим оказалось то, как их встретил коллектив, готов ли он был делиться опытом и помогать. В своих комментариях респонденты подчеркивали важность наставничества и обмена опытом с более опытными учителями. Каждый пятый опрошенный воспользовался методической помощью коллег из других регионов России – через онлайн-сообщества или личные контакты – и в большинстве случаев оценил такую помощь как эффективную. Дружелюбная атмосфера в

коллективе, готовность опытных коллег выступить в роли наставников существенно снижают стресс при адаптации на новом месте работы [10, С. 128]. Результаты других исследований подтверждают: наличие наставника и внимательной поддержки со стороны администрации значительно повышает шансы молодого (или попавшего в новые условия) учителя успешно закрепиться в профессии [9, С. 117]. В российской системе образования институт наставничества рассматривается как ключевой элемент сопровождения начинающих педагогов [3, С. 212]. Недаром 2023 год был объявлен в стране Годом педагога и наставника – государство подчеркивает приоритет поддержки учителя. Наши данныеозвучны результатам аналогичных опросов: молодые педагоги обычно положительно оценивают существующую в школах систему поддержки, особенно помочь опытных коллег [2, С. 12]. Таким образом, «человеческий фактор» – сплоченность коллектива, культура взаимопомощи – стал краеугольным камнем успешной адаптации педагогов новых регионов [7; 8].

Принципиально важным аспектом социальной адаптации является также чувство принадлежности к широкому профессиональному сообществу. Примерно 82% опрошенных нами педагогов отметили, что ощущают себя частью единого российского педагогического пространства. Осознание того, что ты не одинок в своих трудностях и можешь опереться на коллег по всей стране, существенно повышает уверенность учителя и мотивацию продолжать работу. Участие в сетевых профессиональных сообществах, федеральных образовательных проектах, конференциях способствует укреплению профессиональной идентичности педагогов в новых регионах. Как показывают психологические исследования, включенность в профессиональное сообщество и принятие профессиональной роли являются важными индикаторами успешной интеграции в новую среду [4, С. 233]. Вместе с тем, небольшой доле учителей (менее 20%) все еще сложно принять новую профессиональную идентичность – вероятно, им требуется более длительный период интеграции и индивидуальная психологическая помощь. Для таких педагогов полезны целевые меры: стажировки в стабильных школах других регионов, кураторство со стороны опытных коллег, участие в группах профессиональной взаимопомощи и пр.

Индивидуальные психологические ресурсы. Адаптация педагогов зависит не только от внешних, но и от внутренних факторов – личностных качеств самих учителей. Около трети участников опроса (34,1% в Запорожской и 31,6% в Херсонской области) выделили «эмоциональную устойчивость и готовность к переменам» в числе значимых условий успешной работы в новых условиях. Иными словами, каждый третий педагог связывает благополучие своего вхождения в работу с собственным психологическим настроем – способностью справляться со стрессом, воспринимать изменения не как угрозу, а как возможность для профессионального роста. В условиях продолжающегося вооруженного конфликта психологическая нагрузка на учителей новых регионов действительно велика. Например, в прифронтовой Херсонской области респонденты заметно чаще упоминали высокий уровень стресса и

тревожности, мешающий полностью почувствовать уверенность в работе. Эти данные подчеркивают важность развития у педагогов навыков стрессоустойчивости и саморегуляции в кризисных ситуациях. Специалисты в области психологии образования отмечают, что внутренняя резилентность педагога служит своего рода «внутренней опорой» его профессиональной адаптации [5, С. 74]. Для укрепления психологической устойчивости в новых регионах начинают внедряться специальные мероприятия: тренинги по стресс-менеджменту, работа школьных психологов, программы профилактики эмоционального выгорания. Такой комплекс мер соответствует мировому опыту: в международной практике поддержки образования в кризисных условиях (например, инициативы ЮНЕСКО) акцент делается на сочетании гуманитарной помощи с психологической поддержкой учителей, которые рассматриваются как «передовая линия» системы образования в период потрясений. Безусловно, полностью устраниТЬ стрессовые внешние обстоятельства невозможно, однако можно помочь педагогам выработать механизмы психологической защиты и эмоционального восстановления. Поддержание чувства профессионального достоинства, позитивной профессиональной идентичности, внутренней мотивации у учителей новых регионов – важнейшее условие их успешной адаптации в долгосрочной перспективе.

Трудности и препятствия адаптации.

Материально-технические условия и бюрократическая нагрузка. Анализ показал, что многие проблемы адаптации вызваны объективными затруднениями организационно-материального характера. Даже самый мотивированный педагог столкнется с проблемами, если у него нет базовых условий для нормального преподавания. В проведенном опросе учителя обеих областей указали две наиболее острые проблемы, осложняющие работу в новых условиях: неудовлетворительное материально-техническое обеспечение школ и чрезмерная бюрократическая нагрузка. Педагоги нередко выражали неудовлетворенность состоянием учебной базы – не хватает современных учебников, оборудования, быстрого доступа в Интернет. Дефицит ресурсов особенно остро ощущается в сельских школах, доля которых значительна, особенно в Херсонской области. Недостаточное техническое оснащение затрудняет проведение уроков по новым программам (если нет необходимых пособий, компьютеров, лабораторного инвентаря) и демотивирует учителя, создавая ощущение отсутствия поддержки со стороны системы. В то же время избыточная отчетность и бумажная работа отнимают у педагогов много времени и сил. Новые требования, приказы, отчеты, связанные с переходным периодом, лишь увеличили бюрократическую нагрузку, что отвлекает от основной учебно-методической деятельности. Согласно результатам всероссийских исследований, именно оформление документации и отчетности является одним из наиболее распространенных затруднений молодых учителей на первых порах работы [2, С. 2]. Наши респонденты также часто упоминали бумажную волокиту среди главных препятствий в адаптации. Очевидно, что

подобные организационные барьеры снижают эффективность работы педагога и его готовность осваивать нововведения.

Ещё одним серьезным негативным фактором, отмеченным учителями, стал низкий уровень заработной платы и связанные с этим социально-экономические трудности. В условиях роста цен и общей неопределенности многие педагоги новых регионов испытывают финансовые затруднения. Это снижает их мотивацию брать на себя дополнительные нагрузки, проходить внеплановое обучение и вообще воспринимать реформы позитивно. По данным аналитических докладов, большинство российских учителей считают повышение финансирования образования и уровня оплаты труда необходимым условием улучшения качества работы школ [2, С. 8]. Удовлетворенность условиями труда и материальное благополучие педагога позитивно коррелируют с его приверженностью профессии и готовностью внедрять инновации [6, С. 115]. Таким образом, без должных ресурсов и стимулов процесс адаптации неминуемо замедляется, каким бы высоким ни был энтузиазм учителей. Инвестиции в школьную инфраструктуру и достойную оплату педагогического труда выступают необходимым фундаментом успешной интеграции образовательной системы на новых территориях.

Понимая ключевую роль этих факторов, государственные органы предпринимают шаги для улучшения условий работы педагогов в новых регионах. С 2023-2025 гг. в Запорожской и Херсонской областях реализуются специальные программы поддержки школ и учителей. В частности, с 2025 г. на новые субъекты России распространено действие федеральной программы «Земский учитель»: педагоги, переезжающие работать в сельские школы данных регионов, получают единовременную компенсационную выплату до 2 млн руб., а также меры социальной поддержки (предоставление жилья или оплата аренды, подъемные выплаты и др.). Эти беспрецедентные стимулы призваны сделать работу в сельской школе новых территорий привлекательнее для квалифицированных педагогов из других регионов и тем самым сократить кадровый разрыв. Ожидается приток молодых специалистов – что крайне актуально, учитывая «старение» педагогического корпуса (доля учителей младше 30 лет в новых регионах сейчас весьма мала [6, С. 108]). Уже имеются положительные примеры: в отдельных населенных пунктах, где созданы более комфортные условия (обновлена инфраструктура, активно работают местные отделы образования), доля молодых педагогов оказалась выше средней, что подтверждает эффективность принимаемых мер. Это согласуется с выводами М.А. Пинской и соавторов о том, что продуманная работа по профессиональному развитию и поддержке молодых учителей – важный резерв решения кадровых проблем в образовании [6, С. 101].

Помимо финансовых стимулов, внимание уделяется организационной поддержке и снижению бюрократической нагрузки. Министерством просвещения Российской Федерации инициировано создание в новых субъектах сети институтов развития образования и методических центров, призванных обеспечить постоянное повышение квалификации учителей на местах. Открылись педагогические вузы и колледжи в крупнейших городах

новых регионов. Это позволит готовить местные педагогические кадры и одновременно предоставит действующим учителям больше возможностей для профессионального роста без отрыва от работы.

Отдельное направление – цифровизация школ: новые регионы включены в федеральный проект «Цифровая образовательная среда», благодаря чему активно ведется подключение школ к высокоскоростному Интернету и внедрение современных электронных ресурсов в учебный процесс. Также предпринимаются шаги по оптимизации отчетности: разрабатываются и pilotируются системы электронного документооборота, призванные освободить педагогов от излишней бумажной работы и высвободить больше времени для собственно педагогической деятельности. Учителя новых регионов называют подобные меры (улучшение оснащенности, повышение зарплат, сокращение отчетности, наличие наставников) среди приоритетных для успешной адаптации педагогов.

Опыт первых лет интеграции Запорожской и Херсонской областей в единое образовательное пространство страны демонстрирует, что при наличии продуманной стратегии и всесторонней поддержки учителя способны успешно адаптироваться к новым профессиональным требованиям даже в крайне сложных внешних условиях. Проведенное исследование позволило выявить совокупность факторов, от которых зависит успешность адаптации педагогов новых регионов. Во-первых, это нормативно-правовое обеспечение процесса интеграции (единство стандартов, признание квалификаций, гарантий для педагогов). Во-вторых, профессиональная поддержка учителей – через системы повышения квалификации, методическое сопровождение, наставничество и обмен опытом – дает педагогам необходимые инструменты и уверенность для работы по новым стандартам. В-третьих, социально-психологическая поддержка – благоприятный климат в педагогических коллективах, помощь администрации и коллег, включение в профессиональное сообщество – значительно смягчает стресс переходного периода и повышает мотивацию учителей. В-четвертых, адекватные материально-технические и организационные условия – обеспечение школ ресурсами, достойная оплата труда, разумная управленческая политика – являются базисом, без которого реформы «не доходят» до реального учебного процесса. Первые результаты обнадеживают: несмотря на колossalные трудности, большинство учителей новых регионов оценивают свое вхождение в российскую систему образования как в целом успешное. Педагоги продемонстрировали профессиональную гибкость и мотивацию, многие, получив новые знания и поддержку, не только сами адаптировались, но и стали проводниками изменений в своих школах, транслируя опыт коллегам.

Одновременно выявленные проблемные зоны – нехватка ресурсов, бюрократизация, психологическое напряжение – показывают, над чем предстоит работать далее. Необходим мониторинг адаптационных процессов и регулярная обратная связь от педагогов, что позволит корректировать меры поддержки с учетом меняющейся ситуации. Максимальный эффект возможен только при одновременном обеспечении учителю и знаний, и поддержки, и

условий для продуктивного труда. Именно такой подход позволит школам новых территорий не формально перейти на российские стандарты, но и реально повысить качество образования, обеспечивая единые высокие возможности для всех участников образовательного процесса. Педагоги новых регионов, получив необходимые ресурсы и признание, смогут стать равноправными и уверенными членами всероссийского педагогического сообщества, успешно реализующими свою высокую миссию в интересах учеников и общества.

Список литературы:

1. Агапова Е.Н., Трапицин С.Ю. Сопровождение процесса адаптации и начального этапа профессиональной деятельности учителя // Universum: Вестник Герценовского университета. 2013. № 3. С. 36-46.
2. Андрушченко Т.Ю., Аржаных Е.В., Виноградов В.Л. [и др.] Проблемы профессиональной адаптации молодых педагогов // Психолого-педагогические исследования. 2017. Т. 9. № 2. С. 1-16. DOI: 10.17759/psyedu.2017090201.
3. Даутова О.В., Игнатьева Е.Ю. Сопровождение интеграции молодых педагогов в профессию как управленческая задача // Человек и образование. 2018. № 4 (57). С. 210-216.
4. Митина Л.М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования. М.; СПб.: Нестор-История, 2014. 376 с.
5. Неустроева Е.Ю. Проблемы начинающего педагога в период адаптации // Проблемы педагогики. 2016. № 12 (23). С. 73-76.
6. Пинская М.А., Пономарева А.А., Косарецкий С.Г. Профессиональное развитие и подготовка молодых учителей в России // Вопросы образования. 2016. № 2. С. 100-124. DOI: 10.17323/1814-9545-2016-2-100-124.
7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
8. Степанюк Е.И. Структура программы социально-психологической адаптации будущих педагогических работников в условиях интеграции в общероссийское образовательное пространство // Педагогика. Вопросы теории и практики. 2025. Т. 10. № 3. DOI: 10.30853/ped20250034.
9. Шалагина Е.В., Прямикова Е.В. Проблемы профессиональной адаптации и интеграции молодых педагогов: способы поддержки // Педагогическое образование в России. 2022. № 1. С. 111-119. DOI: 10.26170/2079-8717_2022_01_13.
10. Щербаков А. Профессиональная адаптация начинающего педагога на рабочем месте // Народное образование. 2009. № 6. С. 127-133.

References:

1. Agapova E.N., Trapitsin S.Yu. Support of the adaptation process and the initial stage of the teacher's professional activity // Universum: Bulletin of the Herzen University. 2013. № 3. P. 36-46.
2. Andrushchenko T.Yu., Arzhanykh E.V., Vinogradov V.L. [et al.] Problems of professional adaptation of young teachers // Psychological and pedagogical research. 2017. Vol. 9. № 2. P. 1-16. DOI: 10.17759/psyedu.2017090201.
3. Dautova O.V., Ignatieve E.Yu. Support for the integration of young teachers into the profession as a managerial task // Man and education. 2018. № 4 (57). P. 210-216.
4. Mitina L.M. Psychology of personal and professional development of subjects of education. M.; St. Petersburg: Nestor-Istoriya, 2014. 376 p.
5. Neustroeva E.Y. Problems of a novice teacher in the period of adaptation // Problems of pedagogy. 2016. № 12 (23). P. 73-76.

-
6. Pinskaya M.A., Ponomareva A.A., Kosaretsky S.G. Professional development and training of young teachers in Russia // Educational issues. 2016. № 2. P. 100-124. DOI: 10.17323/1814-9545-2016-2-100-124.
7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
8. Stepanyuk E.I. The structure of the program of socio-psychological adaptation of future teachers in the context of integration into the all-Russian educational space // Pedagogy. Questions of theory and practice. 2025. Vol. 10. № 3. DOI: 10.30853/ped20250034.
9. Shalagina E.V., Pryamikova E.V. Problems of professional adaptation and integration of young teachers: support methods // Teacher education in Russia. 2022. № 1. P. 111-119. DOI: 10.26170/2079-8717_2022_01_13.
10. Shcherbakov A. Professional adaptation of a novice teacher in the workplace // National education. 2009. № 6. P. 127-133.

Финогенова Татьяна Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), преподаватель кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: tatiana07finogenova@gmail.com

Finogenova Tatiana Alexandrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), lecturer at the department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of Extreme Psychology

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ И УСЛОВИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО ВОСПРИЯТИЯ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES AND CONDITIONS FOR OVERCOMING THE SUBJECTIVE PERCEPTION OF THE TERRORIST THREAT

Аннотация. В статье рассматриваются особенности психотравмирующего воздействия угрозы теракта на студентов колледжей из трёх регионов России: Белгородского, Московского, внутренних. Результаты исследования показывают, что существуют достоверные различия в переживании террористической угрозы и проявлении её последствий между студентами из Белгородского региона и студентами из иных регионов (Московского и внутренних регионов). Выявлено, что уровень интенсивности субъективного переживания угрозы теракта и степень психотравматизации в большей мере зависит не от географической приближенности к территории с повышенной опасностью, а от уровня психологической безопасности личности и образовательной среды, жизненных сил. Сделано заключение о важности повышения уровня психологической безопасности в целях предупреждения негативных последствий угрозы теракта.

Abstract. The article examines the features of the traumatic impact of the threat of a terrorist attack on college students from three regions of Russia: Belgorod, Moscow, and internal. The results of the study show that there are significant differences in the experience of the terrorist threat and the manifestation of its consequences between students from the Belgorod region and students from other regions (Moscow and inner regions). It has been revealed that the level of intensity of subjective experience of the threat of a terrorist attack and the degree of psychotraumatization largely depend not on geographical proximity to a territory with increased danger, but on the level of psychological safety of the individual and the educational environment, vitality. It is concluded that it is important to increase the level of psychological safety in order to prevent the consequences of the threat of a terrorist attack.

Ключевые слова: угроза теракта, переживание террористической угрозы, преодоление, ресурсы, психологическая безопасность личности, студенты.

Keywords: the threat of a terrorist attack, experiencing a terrorist threat, overcoming, resources, psychological safety of the individual, students.

На фоне роста числа преступлений террористической направленности [12] актуальной проблемой становится изучение последствий этой угрозы для личности, а также поиск факторов и условий их преодоления [10; 11].

Деструктивное воздействие террористической угрозы оказывается не только на физической безопасности, но и наносит вред психическому и психологическому здоровью личности [1; 9], меняет мировоззрение, систему ценностно-смысловых ориентаций. Как показывают исследования Н.В. Тарабриной, Ю.В. Быховец, травмирующим для личности является как непосредственное столкновение с событием, так и воздействие информации об актах терроризма. Подобное явление в психологии называют косвенной

травматизацией, при которой человек, не являясь прямой жертвой теракта, начинает переживать состояние, сходное с реакциями тех, кто напрямую был подвержен воздействию угрозы. Последствия проявляются в сниженном чувстве защищённости, чрезмерном страхе, беспомощности, подавленности, тревожности, подозрительности и недоверию к миру, постоянном чувстве ожидания теракта. Всё это может приводить к нарушению сна, возникновению психосоматических заболеваний, развитию дезадаптивных форм поведения, ухудшению социальных отношений, возникновению психических расстройств, посттравматическому стрессовому расстройству (далее – ПТСР), биopsихологическому возрастному рассогласованию, истощению организма, преждевременному процессу старения [9].

В качестве основных показателей, обеспечивающих способность личности сохранять устойчивость в условиях угрозы жизни, учёные называют запас жизненных сил [2], психологическую безопасность личности (далее ПБЛ), качество социального взаимодействия и благополучие среды [8].

Учитывая, что террористическая угроза в последнее время носит перманентный характер и постепенно перемещается из реального мира в виртуальное пространство [4; 6], воздействуя путем распространения информации в интернете, в частности новостных чатах и социальных сетях, особой группой, которая находится в зоне риска в связи с активным и продолжительным использованием интернет-ресурсов, выступает студенческая молодёжь [3; 5]. Исходя из вышеизложенного становится актуальным изучение влияния террористической угрозы на молодое поколение.

Организация и результаты исследования. Цель исследования: выявить различия в переживании террористической угрозы и её последствиях у студентов из Белгородского региона по сравнению с их сверстниками из Московского и внутренних регионов России. Гипотеза исследования: существуют достоверные различия в переживании террористической угрозы и проявлении её последствий между студентами из Белгородского региона и студентами из иных регионов (Московского и внутренних регионов), что обусловлено уровнем психологической безопасности личности. В качестве испытуемых выступили студенты, обучающиеся в колледжах из Белгородского (прифронтовой регион; г. Белгород; 167 обучающихся), Московского региона (центральный регион; г. Москва; 130 обучающихся), внутренних регионов (отдаленный регион; г. Уфа, г. Усмань; 52 обучающихся). Средний возраст испытуемых 17,3 года. Методы исследования: методики изучения переживания угрозы теракта (Ю.В. Быховец, Н.В. Тарабрина), травматической симптоматики (Н.В. Тарабрина), жизненных сил (витальности, жизнеспособности), возраста (психологического по Т.Н. Березиной; биологического по В.П. Войтенко), здоровья (В.П. Войтенко), ПБЛ (И.И. Приходько) и среды (межличностного взаимодействия по Г.С. Кожухарю, В.В. Коврову; эмоционального благополучия по Т.Н. Березиной). При статистической обработке использовались описательная статистика и критерий U Манна-Уитни.

Результаты исследования, их обсуждение. Проведен сравнительный анализ между группой из Белгородского и иных российских регионов по

показателям переживания террористической угрозы (табл. 1). Более высокие показатели переживаний, связанных со страхом и тревогой возможного террористического нападения, отмечаются у студентов, проживающих в иных российских регионах ($p \leq 0,05$), чем у белгородских. Это подтверждают полученные средние баллы в указанных группах по общей шкале переживания угрозы и значения U-критерия Манна-Уитни. При этом сравнение выборок показало, что ожидание угрозы, выражющееся в шкале «Антиципация» ($p \leq 0,05$), и «Признаки ПТСР» ($p \leq 0,05$) чаще наблюдаются у студентов, проживающих на внутренних территориях, чем на прифронтовых. Выявлено, что московская студенческая молодёжь в сравнении с белгородской проявляет большую неустойчивость и уязвимость перед угрозой теракта ($p \leq 0,01$).

Таблица 1 – Различия в переживании террористической угрозы между студентами из Белгородского и иных регионов (достоверные значения)

Шкалы	БР	МР	ВР	p БР-МР	p БР-ВР	Результат
Антиципация	17,2	17,3	18,9		0,025	БР<ВР
Признаки ПТСР	21,0	22,4	22,7		0,031	БР<ВР
Неустойчивость	11,4	13,0	11,7	0,001		БР<МР
Общий индекс переживания угрозы	49,6	52,6	53,4	0,042	0,024	БР<МР, ВР

Примечание: БР – Белгородский регион; МР – Московский регион; ВР – внутренние регионы.

Полученные результаты свидетельствуют, что обучающиеся колледжей из Московского и внутренних регионов более «чувствительны» к террористической угрозе, чем их сверстники из прифронтового (белгородского) региона. Мы предполагаем, что непосредственная близость к потенциальной опасности влияет на формирование у студентов более реалистичного восприятия угрозы и, возможно, развитие своеобразного эффекта «прививки». В то время как у юношей и девушек, находящихся вдали от непосредственной опасности, восприятие угрозы по большей части опосредовано полученной информацией из интернета и домыслами под воздействием страха за свою жизнь и жизнь родных.

Проведен сравнительный анализ травматической симптоматики (табл. 2). Изучение посттравматической симптоматики показало, что в сравнении с респондентами из Белгородского региона, у московских значимо чаще проявляются травматические проявления. Статистически достоверные различия были выявлены по всем признакам «Полуструктурированного интервью» ($p \leq 0,01$). Сравнение студентов из белгородского и внутренних регионов показало различия по двум симптомам: «Немедленное реагирование» ($p \leq 0,05$) и «Нарушения функционирования» ($p \leq 0,05$). Наблюдаемые результаты указывают на то, что студенты из Белгородского региона проявляют более выраженную устойчивость к травматическому воздействию.

Таблица 2 – Различия травматической симптоматики между студентами из Белгородского и иных регионов (достоверные значения)

Шкалы	БР	МР	ВР	p БР/МР	p БР/ВР	Результат
Возрастающая возбудимость	5,8	8,3	6,1	0,000	-	БР<МР
Немедленное реагирование	1,0	3,6	0,4	0,000	0,032	БР<МР, БР>ВР
Нарушения функционирования	1,4	2,7	2,2	0,000	0,042	БР<МР, ВР
Избегание стимулов	5,7	8,1	7,0	0,000	-	БР<МР
Навязчивое воспроизведение	4,4	7,02	5,2	0,000	-	БР<МР
Общий индекс ПТСР	17,3	26,2	20,4	0,000	-	БР<МР

Были изучены показатели возраста (биологического, психологического), особенности оценки здоровья у студентов из разных регионов (табл. 3).

Таблица 3 – Различия субъективной оценки здоровья, показателей биологического и психологического возраста между студентами из Белгородского и иных регионов (достоверные значения)

Шкалы	БР	МР	ВР	p БР/МР	p БР/ВР	Результат
Возраст психологический	23,5	26,7	22,7	0,007	-	БР<МР
Индекс психобиологической зрелости	0,8	0,9	0,7	0,004	0,010	БР<МР БР>ВР
Самооценка здоровья	6,6	7,9	8,6	0,010	0,042	БР<МР, ВР
Возраст календарный	16,9	17,6	17,4	0,000	0,001	БР<МР, ВР
Возраст биологический	32,4	32,1	37,8		0,001	БР<ВР
Возраст должностной биологический	27,6	28,4	28,0	0,000	0,002	
Индекс индивидуального биологического старения	4,9	3,7	9,9		0,001	БР<ВР

Установлено, что студенты из Белгородского региона оценивают свое здоровье значимо выше, чем из Московского ($p \leq 0,01$) и внутренних ($p \leq 0,01$) регионов. Последние в своих ответах чаще отмечают проблемы со здоровьем. Кроме этого, можно заметить и то, что у всех испытуемых, независимо от территориальной принадлежности, биологический и психологический возраст превышает календарный, хотя нормой считается показатель, приближенный к календарному с разницей в пару лет. Особо существенная разница с календарным у всех групп прослеживается в показателях биологического возраста, который отражает состояние организма. Студенты из внутренних регионов демонстрируют наиболее ускоренное индивидуальное биологическое старение (почти на 10 лет). У московской выборки этот показатель меньше почти в 3 раза (старение ускорено на 3,7 года), у белгородской – в два раза (старение ускорено на почти 5 лет). Следует сказать и про рассогласование двух возрастов (психологического и биологического). Наиболее выраженное такое рассогласование прослеживается в группе из внутренних регионов: у них биологический износ организма опережает как психологический, так и календарный возраст.

Результаты свидетельствуют о том, что такие последствия психотравмирующего воздействия террористической угрозы как повышенных

психологический и биологический возраст относительно календарного, а также худшее здоровье наблюдается у молодёжи из Московского и внутренних регионов.

Проведено сравнение группы из Белгородского региона с московскими студентами и студентами из внутренних регионов по общим шкалам показателей и факторов психологической безопасности личности (табл. 4). Достоверные различия ($p \leq 0,01$) между респондентами из Белгородского и Московского регионов существуют по всем параметрам: «Индекс ПБЛ» ($p \leq 0,01$), «Индекс негативного отношения» ($p \leq 0,01$), «Индекс позитивного отношения» ($p \leq 0,01$), «Интегральный показатель ЭБОС» ($p \leq 0,01$), «Жизнеспособность (общая шкала)» ($p \leq 0,01$), «Витальность (общая шкала)» ($p \leq 0,01$).

Таблица 4 – Различия показателей психологической безопасности и жизненных сил между студентами из Белгородского и иных регионов (достоверные значения)

Шкалы	БР	МР	ВР	p БР/МР	p БР/ВР	Результат
ПБЛ (общая шкала)	153,2	131,3	146,6	0,000		БР>МР
Негативное взаимодействие (общая шкала)	9,31	12,2	11,1	0,000	0,002	БР<МР, ВР
Позитивное взаимодействие (общая шкала)	15,0	12,3	14,1	0,000	0,012	БР>МР, ВР
ЭБОС (общая шкала)	2,4	1,5	2,2	0,000		БР>МР
Жизнеспособность (общая шкала)	170,4	164,4	166,3	0,000	0,038	БР>МР, ВР
Витальность (общая шкала)	26,7	24,0	26,6	0,000		БР>МР

Примечание: ЭБОС – эмоциональная безопасность образовательной среды.

Студенческая молодёжь из Белгорода обладает более выраженнымми внешними и внутренними ресурсами личности, которые действуются в процессе преодоления деструктивного воздействия различных стресс-факторов, включая и террористическую угрозу. Такие факторы, как психологическая безопасность личности, жизненные силы, отражающиеся в жизнеспособности и витальности, психологическая безопасность образовательной среды, которая проявляется в эмоциональном благополучии и позитивном взаимодействии, повышают устойчивость юношей и девушек, способствуют развитию способности к адаптации и конструктивному преодолению стрессовых ситуаций. В группе из Московского региона значения этих показателей более сниженные, что указывает на меньшую их устойчивость к психотравмирующим факторам и более высокий риск травматизации. Различия между группой из Белгородского и внутренних регионов обнаружено по трём показателям: «Индекс негативного отношения» ($p \leq 0,01$), «Индекс позитивного отношения» ($p \leq 0,05$), «Жизнеспособность (общая шкала)» ($p \leq 0,05$). Следовательно, межличностные взаимоотношения в группе сверстников и жизнеспособность у студентов из внутренних регионов снижены, что указывает на частичную

ограниченность у них ресурсов и личностного потенциала, препятствующую полноценному совладанию с последствиями психотравмирующих воздействий.

Проведённое эмпирическое исследование показывает, что уровень интенсивности субъективного переживания угрозы теракта и степень психотравматизации в большей мере зависит не от географической приближенности к территории с повышенной опасностью, а от уровня психологической безопасности личности и образовательной среды, жизненных сил, которые в психологически сложных условиях обеспечивают сопротивляемость личности негативным воздействиям. Ограничность же этих ресурсов у студенческой молодёжи повышает риск возникновения последствий психотравмирующего влияния, которые проявляются в виде травматической симптоматики, субъективного переживания угрозы теракта, ослаблении здоровья, изменениях возраста (психологического и биологического), ускоренного старения организма. Результаты следует учитывать при разработке программ профилактики деструктивного воздействия угрозы теракта на студентов. Повышение психологической безопасности, развитие и укрепление ресурсов личности позволит своевременно предотвратить и снизить последствия террористической угрозы и повысить устойчивость личности к условиям экстремального характера.

Список литературы:

1. Березина Т.Н. Оценка предрасположенности к небезопасному поведению: стандартизация методики // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Т. 1. № 4. С. 65-78. DOI: 10.17759/epps.2024010405.
2. Березина Т.Н. Жизненные силы к ресурс профессионального долголетия: обзор зарубежных и отечественных исследований // Современная зарубежная психология. 2025. Т. 14. № 2. С. 47-56. DOI: 10.17759/jmfp.2025140205.
3. Воробьева К.А. Девиантная активность обучающихся в виртуальной среде как фактор риска нарушения психологической безопасности личности // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 2. С. 44-60. DOI: 10.17759/epps.2025020203.
4. Петров В.Е. Информационно-психологическое воздействие как предиктор выбора участия в экстремальном добровольчестве // Психология и педагогика служебной деятельности. 2024. № 4. С. 69-74. DOI: 10.24412/2658-638X-2024-4-69-74.
5. Поздняков В.М. О разработке современной модели обеспечения информационно-психологической безопасности // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Т. 1. № 1. С. 44-58. DOI :10.17759/epps.20240100105.
6. Поздняков В.М., Петров В.Е., Кокурин А.В. Информационно-психологическая безопасность сотрудников силовых структур и правоохранительных органов: состояние и перспективы исследований // Современная зарубежная психология. Т. 13. № 3. С 43-50. DOI: 10.17759/jmfp.2024130313.
7. Финогенова Т.А. Психологическая безопасность как средство противодействия стресс-факторам и их влиянию на биopsихологический возраст // Личностные ресурсы антистарения: монография / кол. авторов; общ. ред. Т.Н. Березиной, А.В. Литвиновой. М.: РУСАЙНС, 2024. С. 81-91.
8. Финогенова Т.А. Психологическая безопасность как средство смягчения воздействия интенсивного стресса на личность // Экстремальная психология в экстремальном мире: сборник материалов III научного форума с международным участием / под ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2024. С. 117–121.

9. Финогенова Т.А., Березина Т.Н., Литвинова А.В., Рыбцов С.А. Влияние разных видов стресса на биopsихологический возраст // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12. № 3. С. 41–51. DOI: 10.17759/jmfp.2023120304.
10. Финогенова Т.А., Берко А.А. Влияние травматических переживаний на психологическую безопасность личности обучающихся в контексте террористической угрозы // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Т. 1. № 2. С. 61–75. DOI: 10.17759/epps.2024010205.
11. Финогенова Т.А. Связь психологической безопасности и переживания террористической угрозы у студентов: межрегиональное исследование // Психология и Психотехника. 2025. № 3. С. 314–331. DOI: 10.7256/2454-0722.2025.3.75137.
12. Финогенова Т.А. Стандартизация «Анкеты угроз психологической безопасности» // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 1. С. 89-105. DOI : 10.17759/epps.2025020107.

References:

1. Berezina T.N. Assessment of predisposition to unsafe behavior: standardization of methodology // Extreme psychology and personal security. 2024. Vol. 1. № 4. P. 65-78. DOI: 10.17759/epps.2024010405.
2. Berezina T.N. Vital forces to the resource of professional longevity: a review of foreign and domestic research // Modern foreign psychology. 2025. Vol. 14. № 2. P. 47-56. DOI: 10.17759/jmfp.2025140205.
3. Vorobyeva K.A. Deviant activity of students in a virtual environment as a risk factor for violation of psychological security of a personality // Extreme psychology and personal security. 2025. Vol. 2. № 2. P. 44-60. DOI: 10.17759/epps.2025020203.
4. Petrov V.E. Informational and psychological impact as a predictor of choosing participation in extreme volunteerism // Psychology and pedagogy of professional activity. 2024. № 4. P. 69-74. DOI: 10.24412/2658-638X-2024-4-69-74.
5. Pozdnyakov V.M. On the development of a modern model of information and psychological security // Extreme psychology and personal security. 2024. Vol. 1. № 1. P. 44-58. DOI: 10.17759/epps.20240100105.
6. Pozdnyakov V.M., Petrov V.E., Kokurin A.V. Information and psychological security of employees of law enforcement agencies and law enforcement agencies: the state and prospects of research // Modern foreign psychology. Vol. 13. № 3. P. 43-150. DOI: 10.17759/jmfp.2024130313.
7. Finogenova T.A. Psychological safety as a means of countering stress factors and their impact on biopsychological age // Personal resources of anti-aging: monograph / col. authors; general editorship by T.N. Berezina, A.V. Litvinova. M.: RUSAINS, 2024. P. 81-91.
8. Finogenova T.A. Psychological safety as a means of mitigating the effects of intense stress on a person // Extreme psychology in an extreme world: a collection of materials from the III Scientific Forum with international participation / edited by V.M. Pozdnyakov, V.E. Petrov. M.: Moscow State Pedagogical University, 2024. P. 117-121.
9. Finogenova T.A., Berezina T.N., Litvinova A.V., Rybtsov S.A. The influence of different types of stress on biopsychological age // Modern foreign psychology. 2023. Vol. 12. № 3. P. 41-51. DOI: 10.17759/jmfp.2023120304.
10. Finogenova T.A., Berko A.A. The impact of traumatic experiences on the psychological safety of students in the context of the terrorist threat // Extreme psychology and personal security. 2024. Vol. 1. № 2. P. 61-75. DOI: 10.17759/epps.2024010205.
11. Finogenova T.A. The connection between psychological security and the experience of terrorist threat among students: an interregional study // Psychology and Psychotechnics. 2025. № 3. P. 314-331. DOI: 10.7256/2454-0722.2025.3.75137.
12. Finogenova T.A. Standardization of the «Questionnaire of threats to psychological security» // Extreme psychology and personal security. 2025. Vol. 2. № 1. P. 89-105. DOI: 10.17759/epps.2025020107.

Хамидулина Лейсан Ильясова

Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирясова (Казань, Россия), магистрант кафедры психологии развития и психофизиологии, e-mail: ttg.07@mail.ru

Khamidullina Leysan Ilyasovna

Kazan Innovation University named after. V.G. Timiryasova (Kazan, Russia), master's student at the department of developmental psychology and psychophysiology

КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОМ СТРЕССЕ У УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

COPING BEHAVIOR DURING POST-TRAUMATIC STRESS IN PARTICIPANTS OF A SPECIAL MILITARY OPERATION

Аннотация. В рамках исследования проводился анализ взаимосвязи копинг-стратегий и поведенческих девиаций у участников Специальной военной операции (СВО), страдающих посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР); были определены специфики проявления девиантного поведения и используемых копинг-механизмов у военнослужащих; выявлены статистически значимые различия в использовании адаптивных и дезадаптивных копинг-стратегий.

Abstract. The study analyzed the relationship between coping strategies and behavioral deviations in Special Military Operations (SMO) participants suffering from post-traumatic stress disorder (PTSD). The goal was to determine the specific manifestations of deviant behavior and the coping mechanisms used by service members. Statistically significant differences were found in the use of adaptive and maladaptive coping strategies, as well as in the severity of various forms of deviations, among SMO participants with PTSD.

Ключевые слова: ПТСР, СВО, копинг-стратегии, поведенческие девиации, военнослужащие.

Keywords: PTSD, special military operation, coping strategies, behavioral deviations, military personnel.

Современная геополитическая обстановка и специфика боевых задач, выполняемых Вооруженными Силами Российской Федерации с применением различных видов вооружения, выдвигают психологическую устойчивость военнослужащих на первый план в системе обеспечения боеспособности. Иерархическая структура, потенциальная опасность для жизни, ограничения автономии и сложные условия службы обуславливают значимость адаптации к стрессу в армейской среде. Необходимость изучения деструктивных последствий выполнения задач в экстремальных условиях, сопряженных с угрозой здоровью и жизни, является очевидной. Военнослужащий, действуя в соответствии с приказом, подвергает себя риску во имя государственных интересов, выполняя служебный долг. Вместе с тем, каждый участник вооруженного конфликта характеризуется индивидуальными психологическими особенностями, эмоциональными реакциями, степенью стрессоустойчивости и когнитивными характеристиками. Влияние стрессоров боевой обстановки, таким образом, опосредуется личностными диспозициями и внутренними ресурсами (физическими, эмоциональными, интеллектуальными), определяя вариативность реакций. Следовательно, для поддержания боеготовности контингента, представляется необходимым исследование типологических психологических характеристик военнослужащих, что

позволит разрабатывать эффективные программы превентивной психологической помощи, направленные на минимизацию негативного влияния стрессогенных факторов, свойственных боевой деятельности.

Интерес к психологическим последствиям экстремальных ситуаций, как показывает исторический анализ, является устойчивым. К примеру, фундаментальные исследования Н.В. Тарабриной [9] подчеркнули необходимость реинтеграции жизненных ценностей у ветеранов боевых действий. Эмпирические данные свидетельствуют о широкой распространенности ПТСР среди военнослужащих [1; 2; 8], что обуславливает актуальность изучения данного феномена и разработки эффективных стратегий психологической помощи. Установлено, что участие в боевых действиях оказывает выраженное негативное воздействие на психическое состояние военнослужащих, приводя к формированию психологических травм вследствие угроз жизни и насилия [6; 7; 11]. Война, являясь мощным психопатогеном, истощает ресурсы, что негативно отражается на здоровье. В этой связи, стоит отметить, что психологическая нагрузка в боевых условиях часто превосходит адаптивные возможности личности. Вместе с тем, исследование А.В. Бойко [2] указывает на наличие у индивида психологических ресурсов, позволяющих справляться со стрессом. Однако, превышение интенсивности стрессового воздействия может приводить к дезадаптации. Согласно этиологической концепции, возникновение травмы детерминировано свойствами травмирующих факторов, личностными особенностями и социальным контекстом. В этой связи, коррекция психотравматизации требует комплексного подхода, учитывающего факторы риска и защиты, а также аспекты субъективного благополучия. Разработка и внедрение программ психопрофилактики и реабилитации представляется, следовательно, крайне важным.

В контексте экстремальной психологии, изучение копинг-стратегий приобретает первостепенное значение. Разработка эффективных методов психологической поддержки военнослужащих, в том числе офицерского состава, обусловлена тем, что в экстремальных условиях деструктивное воздействие оказывают не только прямые, но и опосредованные факторы. С целью минимизации негативных последствий стресса формируются специфические паттерны поведения, представляющие собой динамичный процесс, направленный на адаптацию к требованиям среды [5]. Эффективность стратегий определяется взаимодействием индивидуальных особенностей и характеристик окружающей среды.

Согласно Н.Е. Водопьяновой [3, С. 128], ресурсы копинг-поведения представляют собой совокупность инструментов и возможностей для преодоления стресса. Копинг-стратегии подразделяются на конструктивные и деструктивные. Выбор стратегии, по мнению О.Б. Нестеренко и О.П. Аркуновой [5, С. 879], обусловлен контекстом, личностными особенностями и ситуационными факторами. Нарушение профессионального здоровья, связанное с хроническим стрессом, может приводить к ПТСР. На наш взгляд, оценка взаимосвязи копинг-поведения и тяжести последствий стресса

служит индикатором адаптационных ресурсов. Следовательно, трансформация социокультурной парадигмы и эскалация кризисных явлений приводят к новым формам переживаний и поведенческим паттернам, а расстройства адаптации проявляются как следствие хронических стрессогенных факторов. Анализ исследования Л.Р. Правдиной и Н.Ю. Ульяновой ($n=229$) подтвердил взаимосвязь копинг-стратегий и ПТСР у военнослужащих. Характер совладания коррелирует с уровнем травматизации. Выявлены различия в стратегиях у контрактников (адаптивные), срочников/курсантов (неконструктивные) и ветеранов (наименее эффективные). Эмоционально-ориентированный копинг тесно связан с травматическим стрессом. Полученные данные обосновывают необходимость разработки специализированных программ реабилитации [7]. Исследование О.Б. Нестеренко и О.П. Аркуновой также демонстрирует наличие явных признаков ПТСР у военнослужащих Хабаровского края, прошедших через боевые действия, включая избегающее поведение, повышенную физиологическую возбудимость, склонность к депрессии и интрузивные воспоминания. Учитывая эти данные, а также связь эмоционально-ориентированного копинга с травматическим стрессом [5], становится очевидной необходимость разработки и внедрения специализированных программ реабилитации, направленных на оказание своевременной и квалифицированной психологической помощи, активизацию внутренних ресурсов личности, и снижение выраженности симптомов ПТСР [7, С. 57]. Таким образом, проведенный анализ литературы демонстрирует многоаспектность и значимость проблемы копинг-поведения при посттравматическом стрессе у военнослужащих, что определяет необходимость дальнейших теоретических и эмпирических исследований в данной области, особенно в контексте современных вызовов, с которыми сталкиваются участники СВО.

В рамках данной статьи был проведен углубленный анализ адаптационных механизмов, используемых военнослужащими, принимавшими участие в СВО. С целью получения более точных и дифференцированных данных, выборка была разделена на две группы: первая состояла из военнослужащих, у которых наблюдались признаки ПТСР – 20 человек, а вторая включала 36 военнослужащих, не демонстрировавших подобные симптомы. Гипотеза исследования состояла в том, что в группе с ПТСР поведенческие девиации выражены сильнее по сравнению с группой без ПТСР. Для изучения стратегий совладания и девиантного поведения применялся комплекс психодиагностических методик, включающий: тест С. Хобфолла; опросник И.Г. Малкиной-Пых; опросники В.Е. Петрова для оценки нарушений дисциплины, прокрастинации и психологического насилия; а также инструменты для выявления гэмбллинг-зависимости [3; 4; 9; 10]. Данные (рис. 1) демонстрируют перераспределение респондентов по типам поведенческих девиаций в каждой группе, чтобы соответствовать условию о более высокой выраженности девиаций в группе с ПТСР.

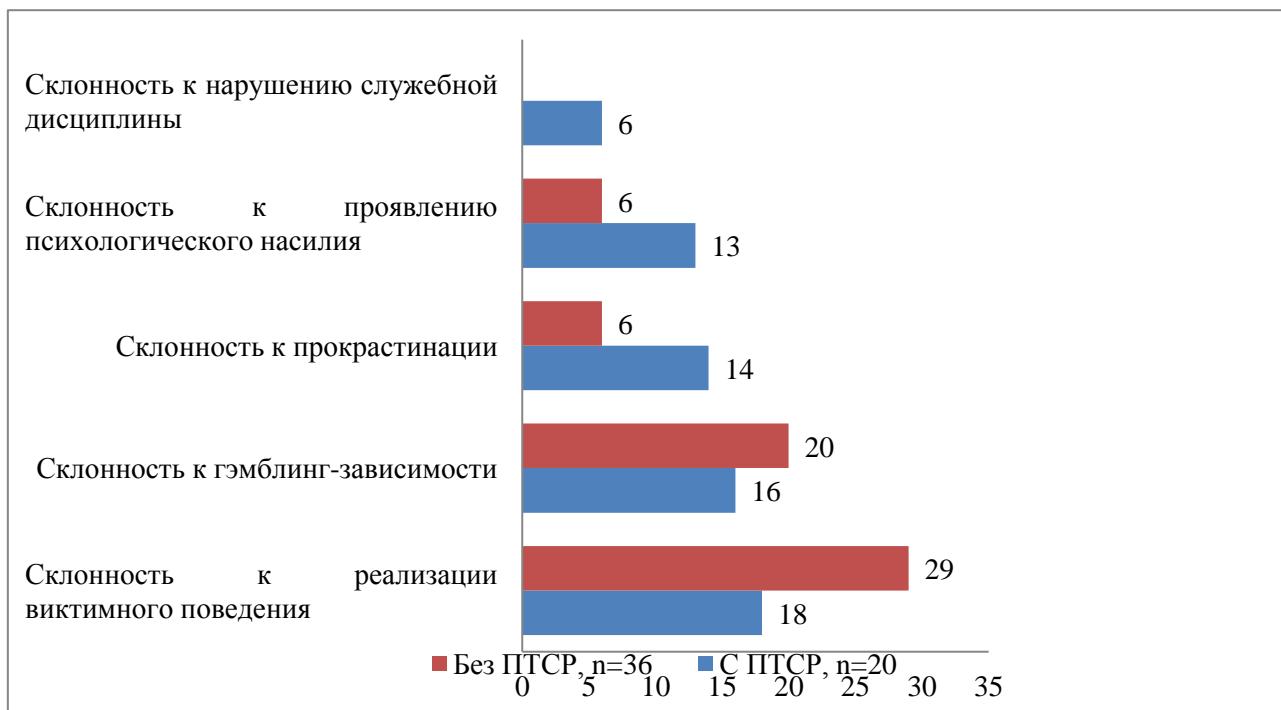


Рисунок 1 – Распределение респондентов по типам поведенческих девиаций в группах, %

Процент респондентов, проявляющих каждый тип поведенческой девиации, значительно выше в группе с ПТСР, чем в группе без ПТСР (рис. 1). Это соответствует поставленной задаче и подтверждает гипотезу о связи ПТСР с различными дезадаптивными формами поведения. Особо выделяются различия в склонности к нарушению служебной дисциплины и прокрастинации. Для более детального изучения взаимосвязей между психологическими особенностями, стратегиями совладания со стрессом (копинг-стратегиями) и поведением, был проведен корреляционный анализ с использованием коэффициента корреляции r -Пирсона (табл. 1).

Результаты анализа подтвердили гипотезу о том, что в группе военнослужащих с ПТСР наблюдается более высокая выраженность поведенческих девиаций по сравнению с группой без ПТСР. Были выявлены специфические корреляции между психологическими особенностями, копинг-стратегиями и типами поведенческих девиаций в каждой группе.

Таблица 1 – Результаты корреляционного анализа связи психологических особенностей и копинг-стратегий военнослужащих с типами поведенческих девиаций

Показатель	Коэффициент корреляции (ПТСР)	Уровень значимости (ПТСР)	Коэффициент корреляции (Без ПТСР)	Уровень значимости (Без ПТСР)
Виктимное поведение				
Прокрастинация - Ассертивные действия	-0,405	0,005**	-0,25	0,15
Психологическое насилие - Импульсивные действия	-0,51	0,000**	-0,1	0,55
Тревожность - Избегание	0,6	0,001**	0,45	0,005**
Гэмблинг-зависимость				
Гэмблинг-зависимость -	-0,422	0,010**	-0,15	0,35

Показатель	Коэффициент корреляции (ПТСР)	Уровень значимости (ПТСР)	Коэффициент корреляции (Без ПТСР)	Уровень значимости (Без ПТСР)
Импульсивные действия				
Гэмблинг-зависимость - Агрессивные действия	0,394	0,017**	0,2	0,25
Депрессия - Поиск социальной поддержки	0,51	0,001**	0,3	0,05*
Нарушение дисциплины				
Гэмблинг-зависимость - Ассертивные действия	0,883	0,020*	-0,05	0,75
Гэмблинг-зависимость - Асоциальные действия	0,835	0,039*	-0,1	0,55
Прокрастинация				
Нарушение дисциплины - Ассертивные действия	-0,454	0,044*	-0,1	0,55
Прокрастинация - Ассертивные действия	-0,479	0,033*	-0,2	0,25
Прокрастинация - Вступление в социальный контакт	-0,523	0,018*	0	1
Прокрастинация - Поиск социальной поддержки	-0,574	0,008**	0,1	0,55
Психологическое насилие				
Психологическое насилие - Агрессивные действия	0,572	0,010**	-0,1	0,55

Примечание: ** - корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя); * - корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя)

Таким образом, полученные результаты подчеркивают клиническую значимость проблемы и обосновывают необходимость разработки специализированных программ психологической помощи и реабилитации для военнослужащих с ПТСР, учитывающих их индивидуальные характеристики и специфические факторы девиантного поведения.

Список литературы:

1. Аксёнов М.М., Жигинас Н.В., Петрова Ю.В. Посттравматическое стрессовое расстройство при некоторых видах профессиональной деятельности: постановка проблемы // Вестник ТГПУ. 2014. № 5 (146). С. 117-122.
2. Бойко А.В. Проблема стрессосовладающего поведения в вооруженных силах России // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2015. № 8 (2). С. 370-375.
3. Водопьянова И.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
4. Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. СПб.: Питер, 2017. 756 с.
5. Нестеренко О.Б., Аркунова О.П. Профилактика посттравматического стрессового расстройства у военнослужащих в условиях военного госпиталя // Вестник науки. 2023. № 12 (69). С. 877-884.
6. Петров В.Е. Личностный выбор соучастия в экстремальном добровольчестве: монография. М.: Издательство «Спутник+», 2025. 454 с.
7. Петров В.Е. Прогнозирование склонности военнослужащих к нарушению служебной (войнской) дисциплины // Вестник Российской нового университета: Серия

«Человек в современном мире». 2018. № 2. С. 55-62. DOI: 10.25206/2308-2488-2018-71-142-145.

8. Петров В.Е. Психологическая диагностика гэмблинг-зависимости у сотрудников правоохранительных органов // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2017. № 2. С. 43-48.

9. Правдина Л.Р., Ульянова Н.Ю. Совладающее поведение и посттравматический стресс у военнослужащих // Психология и психотехника. 2017. № 2 (2). С. 59-73.

10. Татьянченко Н.П. Копинг-стратегии в системе организации жизнестойкого поведения личности военнослужащих // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2013. № 29. С. 77-84.

11. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005. 362 с.

References:

1. Aksenov M.M., Zhiginas N.V., Petrova Yu.V. Post-traumatic stress disorder in certain types of professional activity: problem statement // Bulletin of TSPU. 2014. № 5 (146). P. 117-122.
2. Boyko A.V. The problem of stress-coping behavior in the Russian Armed Forces // International Journal of Applied and Fundamental Research. 2015. № 8 (2). P. 370-375.
3. Vodopyanova I.E. Psychodiagnosis of stress. St. Petersburg: Peter, 2009. 336 p.
4. Malkina-Pykh I.G. Victimology. Psychology of victim behavior. St. Petersburg: Peter, 2017. 756 p.
5. Nesterenko O.B., Arkunova O.P. Prevention of post-traumatic stress disorder in military personnel in a military hospital // Bulletin of Science. 2023. № 12 (69). P. 877-884.
6. Petrov V.E. Personal choice of participation in extreme volunteerism: a monograph. Moscow: Sputnik+ Publishing House, 2025. 454 p.
7. Petrov V.E. Forecasting the propensity of military personnel to violate official (military) discipline // Bulletin of the Russian New University: The series «Man in the Modern World». 2018. № 2. P. 55-62. DOI: 10.25206/2308-2488-2018-71-142-145.
8. Petrov V.E. Psychological diagnostics of gambling addiction among law enforcement officers // Issues of psychology of extreme situations. 2017. № 2. P. 43-48.
9. Pravdina L.R., Ulyanova N.Yu. Coping behavior and post-traumatic stress in military personnel // Psychology and psychotechnics. 2017. № 2 (2). P. 59-73.
10. Tatyanchenko N.P. Coping strategies in the system of organizing the resilient behavior of military personnel // Personality, family and society: issues of pedagogy and psychology. 2013. № 29. P. 77-84.
11. Fetiskin N.P. Socio-psychological diagnostics of personality development and small groups / N.P. Fetiskin, V.V. Kozlov, G.M. Manuilov. Moscow: Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2005. 362 p.

Раздел II. Прикладные аспекты психологического обеспечения профессий особого риска

Агафонова Алёна Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: alena.agaf2014@yandex.ru

Agafonova Alena Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА КАДЕТ – БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

PROFESSIONALLY SIGNIFICANT PERSONAL QUALITIES OF CADETS – FUTURE EXTREME SPECIALISTS

Аннотация. В статье рассматриваются психологические особенности кадет, осваивающих профессии экстремального профиля: способность брать ответственность, стремление к лидерству, коммуникативная компетентность. Отмечается также и значение формирующей среды кадет, а также проявление негативных копинг-стратегий в процессе личностного и профессионального становления. Материал представляет собой обзор современных исследований по проблеме профессионального становления кадет и подчеркивает необходимость психолого-педагогического сопровождения на ранних этапах.

Abstract. The article examines the psychological characteristics of cadets mastering professions of an extreme profile, such as the ability to take responsibility, leadership motivation, and communicative competence. The importance of the formative environment in the development of cadets, as well as the manifestation of negative coping strategies in the process of personal and professional growth, is also emphasized. The material provides an overview of modern research on the professional development of cadets and highlights the need for psychological and pedagogical support at the early stages of their training.

Ключевые слова: специалисты экстремального профиля, профессиональное самоопределение, профессионально значимые качества, стрессоустойчивость, коммуникативные качества, агрессивность, копинг-стратегии.

Keywords: high-risk professionals, professional self-determination, professionally significant qualities, stress resilience, communicative qualities, aggressiveness, coping strategies.

В настоящее время в обществе возросла потребность в специалистах экстремального профиля, от которых зависят безопасность и защита граждан. Формирование профессионально значимых качеств таких специалистов начинается задолго до профессиональной подготовки – в подростковом возрасте, особенно в условиях специализированного обучения (в кадетских корпусах). Изучение профессионально значимых личностных качеств кадет представляет особую актуальность, поскольку именно на этом этапе начинается формирование будущего специалиста, развитие его воли, стрессоустойчивости, коммуникативных и лидерских способностей. Определение структуры этих качеств и факторов, влияющих на их формирование, позволит повысить

эффективность психолого-педагогического сопровождения и целенаправленно развивать потенциал кадет как будущих специалистов экстремального профиля.

В период подросткового возраста начинается подготовка к самоопределению, затрагивающему и социальный, и профессиональный, и личностный, и духовно-нравственный уровень. Поступая в кадетский корпус, ребенок встает на путь становления специалиста профессии повышенного риска, т.к. специфика кадетских школьных учреждений включает ряд норм, требований, правил, действий, которые присущи организациям с экстремальным профилем [5].

Некоторые авторы в своих исследованиях подчеркивают, что состояние оптимистичности и высокая мотивация к достижению успеха способствует формированию профессиональной направленности [4]. Кадет, способный принимать решения и брать ответственность, демонстрирует высокий уровень оптимизма и мотивации.

Профессионализм будущих специалистов опасного профиля определяется по следующим критериям [7]: высокая общеобразовательная и военная подготовка; быстрая адаптация в условиях дефицита времени и информации; умение постоянно совершенствовать военно-профессиональную деятельность; высокая профессиональная мобильность (быстрое переключение с одного вида деятельности на другой в рамках профессии); умение анализировать действия, принимать обоснованные решения и добиваться их исполнения.

Из профессионально значимых качеств для специалистов опасных профессий выделяют стрессоустойчивость, склонность к риску [2]. Многие специалисты отмечают необходимость раннего развития навыков волевой регуляции. Однако до сих пор остается под вопросом значимая детерминанта формирования профессионально значимых качеств специалистов экстремального профиля: является ли главным отбор людей с определенным сочетанием индивидуальных и личностных качеств или они формируются в процессе профессионального становления специалиста под влиянием специфических стрессогенных факторов. В.А. Глухова и А.С. Мальцева предполагают, что существует предрасположенность к профессии в сочетании с опытом, что предъявляет высокие требования к индивиду как на этапе обучения в специализированных учреждениях (например, кадетские корпуса), так и на этапе профессионального отбора, а также на этапах включения и сопровождения профессиональной деятельности личности [2].

Значительную роль в формировании профессионально-важных качеств у кадет играет, в первую очередь, формирующая среда. Если подростки находятся на дневном обучении, то помимо прививаемых им преподавателями норм поведения, важную роль играет вклад родителей в то, каких взглядов будет придерживаться ребенок. Если кадеты-подростки находятся в кадетских корпусах постоянно, то основная задача ложится на педагогов. Также имеют значение культурно-массовые мероприятия и творческие занятия.

Для кадет свойственны холерический и сангвинический тип темперамента. Подростки-кадеты по характеру порывисты, отдаются делу

целиком, но склонны к ярким эмоциональным проявлениям и частой сменой настроения. Большинство кадет имеют интерес к работе с людьми. Это обусловлено их высоким уровнем коммуникативных навыков и открытостью. Также многие из них склонны к профессиям, которые подразумевают экстремальные виды деятельности. Например, охранная деятельность, оперативно-розыскная деятельность, служба в армии. Кадетам свойственна находчивость и практичность. Быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, лидерству [10].

Важным качеством кадета следует считать коммуникативную компетентность, реализующуюся в умении убеждать и выстраивать конструктивные отношения. Это качество тесно связано с экстравертированностью и стремлением к лидерству у кадет.

Большая часть кадет предпочитает профессии, связанные с работой с людьми [3]. Специалисты отмечают, что значительную роль в формировании профессионального выбора и самоопределения (на примере пилотов гражданской авиации) играет психоэмоциональный фон, в котором происходит профессиональное самоопределение, от этого зависит успешность этого процесса в детско-юношеском возрасте. Значимым профессиональным качеством является толерантность к неопределенности. Кадеты-подростки преобладающие имеют холерический или сангвинический тип темперамента, что говорит о бурной эмоциональной реакции на неожиданные события, к тому же подростковый возраст в целом является периодом в жизни человека, когда любой незначительный внешний фактор вызывает яркие эмоции. Но представители экстремальных профессий часто действуют в условиях неопределенности, в условиях, когда нужно работать без четких инструкций и ориентироваться по ситуации в условиях дефицита времени и информации. У кадет-подростков, как уже было отмечено, это качество тоже выражено, но в начальной стадии. Актуальная тенденция не перекладывать ответственность на других, а действовать самостоятельно.

Исследования, проведенные М.Г. Лукиновой, показали, что структура профессионально-важных качеств курсантов включает в себя: экстраверсию, агрессивность, спонтанность, эгоистичность, авторитарность, коммуникативность. Автор делает вывод о том, что такие компоненты как экстраверсия, авторитарность, эгоистичность и спонтанность требуют коррекционного воздействия для качественно нового отношения к деятельности, получения удовлетворения от нее и самореализации [6].

У сотрудников МЧС России и МВД России выявлены такие устойчивые личностные паттерны как уровень жизнестойкости и наличие ее компонентов на среднем и высоком уровнях [2; 8; 9 и др.]. Уровень коммуникабельных навыков также высок, как и в исследованиях, рассматривающих уровень коммуникативных навыков у кадет-подростков. Также авторы выделяют склонность к одному из типов лидерства (транзакционного), что подразумевает под собой стремление к сотрудничеству, социальную инициативу и активность в процессе взаимодействия с другими людьми.

Важно отметить, что у подростков-кадет сначала действует внешняя мотивация к стремлению в становлении специалистом экстремального профиля – романтизация выбранной профессии, стереотипность. Внутренняя мотивация, то есть стремление защищать Родину, обеспечивать порядок, будет формироваться позже, в процессе обучения или вообще уже на этапе отбора, вхождения в саму профессию.

Н.В. Власовой обнаружена тенденция у кадет-подростков, ориентированных на экстремальный профиль, к проявлениям агрессии или аутоагressии. Наряду с легкими формами самоповреждающего поведения (покусывание губ, обкусывание ногтей) применяются также более опасные способы с использованием острых предметов или нанесением самоожогов, что говорит о формировании негативных копинг-стратегий у подрастающего поколения – будущих специалистов экстремального профиля при совладании со стрессовыми ситуациями [1].

В исследовании Н.В. Шутовой уделяется внимание качеству агрессивности у кадет. С одной стороны, это совпадает с тем, что пребывание в кадетском корпусе совпадает с подростковым кризисным периодом. У кадет нет устойчивых нравственных позиций и высокая степень подверженности групповым взаимодействиям, что говорит о том, что агрессивность носит адаптивный характер. Также авторы в результатах исследования обнаруживают, что наибольший процент кадет имеет гипертимный тип акцентуации характера, которому свойственна повышенная конфликтность и нежелание идти на уступки. Наиболее характерной формой проявления агрессии является ее вербальный способ, также высоки показатели по шкалам «Раздражение» и «Подозрительность» [11]. В целом исследование показывает необходимость формирования нравственного воспитания кадет и положительных адаптивных копинг-стратегий.

Период обучения в кадетском корпусе является важнейшим этапом личностного и профессионального становления, когда закладываются основы стрессоустойчивости, саморегуляции, волевых и коммуникативных качеств, лидерства и ответственности.

Формирующая среда кадетского корпуса оказывает существенное влияние на развитие этих качеств, создавая условия, приближенные к будущей профессиональной деятельности. В то же время подростковый возраст сопровождается эмоциональной нестабильностью, импульсивностью и склонностью к групповому воздействию. Эти особенности требуют целенаправленной психолого-педагогической работы, направленной на развитие конструктивных способов совладания со стрессом, формирование нравственных ориентиров и устойчивой внутренней мотивации.

Понимание структуры профессионально значимых качеств кадет и факторов, влияющих на их формирование, имеет важное практическое значение. Оно позволяет оптимизировать процесс профессионального воспитания и подготовки, повысить эффективность психологического сопровождения, а также содействовать становлению гармоничной личности,

способной к выполнению задач экстремального профиля с высокой степенью ответственности, устойчивости и профессиональной зрелости.

Список литературы:

1. Власова Н.В. Особенности регуляции эмоций в подростковом возрасте (на примере воспитанников кадетской школы-интерната) // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2017. Т. 9. № 2. С. 70-83. DOI: 10.17759/psyedu.2017090207.
2. Глухова В.А., Мальцева А.С. Специфика личностных конструктов специалистов экстремальных сфер деятельности (на примере сотрудников МЧС и МВД России) // Психология и право. 2021. Т. 11. № 2. С. 2-16. DOI: 10.17759/psylaw.2021110201.
3. Исаева Е.С. Профессиональное самоопределение кадет: динамика и проблемы // Экстремальная психология: теория и практика. Часть II: сборник научных статей / кол. авторов; под ред. А.В. Кокурина, В.И. Екимовой, Е.А. Орловой. М.: РУСАЙНС, 2017. С. 128-132.
4. Конушкина Е.А. Взаимосвязь личностной беспомощности и профессионального самоопределения у кадет // Экстремальная психология: теория и практика. Часть II: сборник научных статей / кол. авторов; под ред. А.В. Кокурина, В.И. Екимовой, Е.А. Орловой. М.: РУСАЙНС, 2017. С. 7-11.
5. Ларин И. А. Особенности нравственного становления личности подростка – воспитанника кадетского корпуса // Самарский научный вестник. 2022. Т. 11. № 4. С. 313-317. DOI: 10.55355/snv2022114314.
6. Лукинова М. Г., Щербакова Е.А. Профессионально важные качества курсантов третьего года обучения: структура личностных качеств // Южно-российский журнал социальных наук. 2019. Т. 20. № 1. С. 152-164.
7. Малыгина О.А. Формирование профессионально значимых качеств личности кадета в процессе изучения иностранного языка // Профессиональная ориентация. 2021. № 4. С. 27-30.
8. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
9. Петров В.Е., Нестерова Е.Н., Лаврова В.А. Особенности профессионально-личностного становления курсантов военной образовательной организации // Психология и педагогика: актуальные проблемы теории и практики (ко Дню психолога) / мат. IV Всеросс. научн.-практ. конф. / отв. ред. Е.В. Ковылова. М., 2023. С. 206-211.
10. Середа Е.Г., Галеева Н.И. Психологический портрет кадета Московского президентского кадетского училища имени М.А. Шолохова войск национальной гвардии Российской Федерации // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2019. № 1 (6). С. 103-107.
11. Шутова Н.В., Суворова О.В., Красильникова А.О. Диагностика и коррекция неблагоприятных личностных и поведенческих проявлений подростков-кадетов в процессе нравственного воспитания // Вестник Мининского университета. 2023. Т. 11. № 3. С. 10. DOI: 10.26795/2307-1281-2023-11-3-10.

References:

1. Vlasova N.V. Peculiarities of emotion regulation in adolescence (on the example of pupils of a cadet boarding school) // Psychological science and education psyedu.ru 2017. Vol. 9. № 2. P. 70-83. DOI: 10.17759/psyedu.2017090207.
2. Glukhova V.A., Maltseva A.S. The specifics of personal constructs of specialists in extreme fields of activity (using the example of employees of the Ministry of Emergency Situations and the Ministry of Internal Affairs of Russia) // Psychology and Law. 2021. Vol. 11. № 2. P. 2-16. DOI: 10.17759/psylaw.2021110201.

3. Isaeva E.S. Professional self-determination of cadets: dynamics and problems // Extreme psychology: theory and practice. Part II: Collection of scientific articles / col. authors; edited by A.V. Kokurin, V.I. Ekimova, E.A. Orlova. Moscow: RUSAINS, 2017. P. 128-132.
4. Konushkina E.A. Interrelation of personal helplessness and professional self-determination among cadets // Extreme psychology: theory and practice. Part II: Collection of scientific articles / col. authors; edited by A.V. Kokurin, V.I. Ekimova, E.A. Orlova. Moscow: RUSAINS, 2017. P. 7-11.
5. Larin I.A. Features of the moral formation of the personality of a teenager in the cadet corps // Samara Scientific Bulletin. 2022. Vol. 11. № 4. P. 313-317. DOI: 10.55355/snvs2022114314.
6. Lukinova M.G., Shcherbakova E.A. Professionally important qualities of third-year cadets: the structure of personal qualities // South Russian Journal of Social Sciences. 2019. Vol. 20. № 1. P. 152-164.
7. Malygina O.A. Formation of professionally significant qualities of a cadet's personality in the process of learning a foreign language // Professional orientation. 2021. № 4. P. 27-30.
8. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support for the activities of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
9. Petrov V.E., Nesterova E.N., Lavrova V.A. Features of professional and personal development of military cadets educational organization // Psychology and pedagogy: actual problems of theory and practice (for the Day of the psychologist) / mat. IV All-Russian Scientific-practical conference / ed. by E.V. Kovylova, Moscow, 2023. P. 206-211.
10. Sereda E.G., Galeeva N.I. Psychological portrait of a cadet of the Moscow Presidential Cadet School named after M.A. Sholokhov of the National Guard troops of the Russian Federation // Bulletin of the St. Petersburg Military Institute of the National Guard Troops. 2019. № 1 (6). P. 103-107.
11. Shutova N.V., Suvorova O.V., Krasilnikova A.O. Diagnosis and correction of unfavorable personal and behavioral manifestations of adolescent cadets in the process of moral education // Bulletin of Mininsky University. 2023. Vol. 11. № 3. P. 10. DOI: 10.26795/2307-1281-2023-11-3-10.

Алекберова Гюнель Искендеровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: gunel180303@gmail.com

Alekberova Gunel Iskenderovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ГОТОВНОСТЬ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ КАК
РЕСУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПОЖАРНЫХ-СПАСАТЕЛЕЙ****READINESS FOR ACTIVITY IN EXTREME CONDITIONS AS A RESOURCE FOR
PSYCHOLOGICAL SAFETY OF FIRE AND RESCUE WORKERS**

Аннотация. Исследование посвящено изучению взаимосвязи психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях и психологической безопасности личности на примере пожарных-спасателей. Эмпирически подтверждено, что мотивационный и волевой компоненты психологической готовности являются значимым ресурсом для обеспечения психологической безопасности специалистов опасных профессий. Результаты могут быть использованы при разработке программ подготовки и психологического сопровождения специалистов, работающих в экстремальных условиях.

Abstract. The study focuses on the relationship between psychological readiness for activities in extreme conditions and psychological safety of an individual, using the example of firefighters and rescuers. Empirically, it has been confirmed that the motivational and volitional components of psychological readiness are significant resources for ensuring the psychological safety of specialists in hazardous professions. The results can be used in the development of training programs and psychological support for specialists working in extreme conditions.

Ключевые слова: психологическая безопасность, психологическая готовность, экстремальные условия, пожарные-спасатели, опасные профессии.

Keywords: psychological safety, psychological preparedness, extreme conditions, firefighters, dangerous professions.

Психологическая безопасность личности – это комплексное состояние защищённости психики человека от воздействия деструктивных факторов, которое обеспечивает сохранение целостности личности, поддержание оптимального уровня психического здоровья, способность к адекватному реагированию в экстремальных условиях и возможность эффективного функционирования в социальной среде [5]. Для специалистов экстремального профиля, к которым относятся пожарные-спасатели, данное состояние является критически важным, поскольку оно включает несколько ключевых элементов, определяющих поведение человека в профессиональной деятельности, семейной жизни и повседневной активности.

Психологическая готовность к деятельности – это умение человека быстро включаться в работу и выполнять задачи даже в трудных условиях, характеризуется мобилизацией ресурсов для выполнения конкретной деятельности [3; 6; 8]. Такое состояние способствует успешности в выполнении обязанностей, правильности использования знаний, опыта, личностных качеств, сохранению самоконтроля и перестраиванию деятельности при появлении непредвиденных препятствий. Для сотрудников опасных профессий это

означает, что человек умеет сохранять спокойствие, быстро принимать решения и действовать точно. Даже если есть риск для жизни, мало времени или сильный стресс, он не теряет самоконтроль и продолжает выполнять свою работу [6; 9].

В экстремальных условиях психологическая готовность выражается в умении быстро сосредоточиться, поддерживать высокий уровень внимания и оперативно реагировать на изменения обстановки. В такие моменты нервная система работает особенно активно, а действия человека становятся точными и быстрыми. Успешность деятельности в экстремальных условиях напрямую зависит от того, насколько специалист способен адаптироваться к стрессовым факторам и реагировать на них адекватным образом, что повышает его функциональную активность и уверенность [3; 11].

Анализ современных исследований подтверждает наличие связи между уровнем психологической готовности и показателями психологической безопасности. Так, по данным И.Н. Новикова, офицеры Росгвардии с высокой готовностью демонстрируют меньшую выраженность тревожности и профессионального дистресса по сравнению с курсантами и военнослужащими по контракту [7]. Похожие результаты представлены в исследовании Е.Г. Зуевой и М.Г. Бариновой: увеличение стажа службы у сотрудников правоохранительных органов сопровождается ростом самоконтроля, снижением агрессивности и улучшением стрессоустойчивости. Эти изменения способствуют формированию устойчивого чувства психологической защищенности [1].

Психологическая подготовка влияет на поведение сотрудников как в служебной деятельности, так и в повседневной жизни. Согласно исследованию, проведённому среди сотрудников МЧС России, чувство защищенности напрямую связано с эмоциональной устойчивостью. Спасатели, способные сохранять внутреннее спокойствие, успешнее справляются с профессиональными задачами и демонстрируют более стабильное поведение в стрессовых условиях [10].

Психологическая безопасность специалистов, занятых в условиях повышенного риска, формируется за счет внешней поддержки и внутренних ресурсов. Значимую роль играет помочь руководства и психологов, направленная на снижение стресса и профилактику эмоционального выгорания. Также важна личная готовность работника справляться с нагрузками. Высокий уровень мотивации, моральные установки и навыки психологической регуляции способствуют устойчивому поведению в экстремальных ситуациях и снижению риска развития острых стрессовых реакций [2].

Способность человека к действиям в экстремальных ситуациях зависит от уровня его психологической безопасности. В критических условиях важен контроль поведения и снижение эмоционального срыва для успешного выполнения задач. Как отмечает А.В. Литвинова, наличие психологической готовности помогает сохранять стабильность при воздействии стресса и в условиях резких изменений. Умение справляться с нагрузкой, регулировать

эмоции и быстро адаптироваться связано с сохранением таких функций, как память, внимание и логическое мышление [4].

Для пожарных-спасателей психологическая готовность к деятельности в экстремальных условиях выступает не просто профессиональным требованием, а центральным внутренним ресурсом, обеспечивающим их психологическую безопасность и, как следствие, общую профессиональную надёжность.

В нашем исследовании психологическая готовность к деятельности в экстремальных условиях и психологическая безопасность личности взаимосвязаны и дополняют друг друга. В эмпирической части нашего исследования система готовности к деятельности в экстремальных условиях рассматривается в единстве мотивационного, когнитивного и волевого компонентов. Целью исследования является определение функциональной взаимосвязи психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях и психологической безопасности личности представителей опасных профессий.

Методики исследования: диагностика психологической безопасности личности (И.И. Приходько); опросник профессиональной мотивации, ОПМ-2 (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин); краткий отборочный тест, КОТ (В.Н. Бузин, 1992; Е. Вандерлик, 1939); опросник волевого самоконтроля, ВСК (А.Г. Зверьков, Е.В. Эйдман).

В качестве респондентов выступили 32 пожарных-спасателя, чья профессиональная деятельность характеризуется высокой степенью опасности и включает в себя комплекс важных задач по обеспечению безопасности граждан столицы. Респонденты были все мужского пола, в возрасте от 21 года до 39 лет (средний возраст 28,56 лет), со стажем работы от 1 до 12 лет (средний стаж 5,09 лет).

Была проведена оценка психологической безопасности, на основании результатов выборка была разделена на две группы. Для пожарных-спасателей характерен достаточный уровень психологической безопасности личности, при этом значительная часть отличается высоким уровнем, то есть способностью поддерживать состояние психологической защищенности и оптимальный уровень психического функционирования под воздействием стрессовых факторов, включая развитую морально-волевую урегулированность в отношениях с окружающими, эффективные стратегии совладания со стрессом, высокий уровень осмысленности жизни и способность извлекать позитивный опыт из сложных ситуаций.

Сформированность системы психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях в единстве мотивационного, когнитивного и волевого компонентов создает основу для развития психологической безопасности личности, так как обеспечивает оптимальное функционирование психики в условиях профессиональной деятельности, которая связана с повышенным риском и ответственностью (табл. 1).

Установлено, что у спасателей с высоким уровнем психологической безопасности личности прослеживаются более высокие показатели по каждому компоненту психологической готовности к деятельности в экстремальных

условиях, нежели у сотрудников со средним уровнем психологической безопасности личности.

Таблица 1 – Показатели достоверности различий по компонентам психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях

Параметры	Группа	n	Среднее значение	U-критерий	p
Мотивационный компонент психологической готовности	1	19	12,11	40,000	0,05
	2	13	22,92		
Когнитивный компонент психологической готовности	1	19	13,76	71,500	0,01
	2	13	20,50		
Волевой компонент психологической готовности	1	19	11,58	30,000	0,05
	2	13	23,69		

Мотивационный и волевой компоненты у пожарных-спасателей со средним уровнем психологической безопасности взаимообусловлены.

Отсутствие взаимосвязи между мотивационным и волевым компонентом психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях у пожарных-спасателей с высоким уровнем психологической безопасности личности можно объяснить тем, что у этих пожарных-спасателей сформировалась автономная система саморегуляции. Психологическая безопасность личности тем выше, чем более пожарные-спасатели автономно независимы как субъекты деятельности. Пожарные-спасатели со средним уровнем психологической безопасности личности еще находятся в процессе формирования этих механизмов, поэтому им требуется более активное использование волевых ресурсов для поддержания мотивации, что создает устойчивую корреляционную взаимосвязь между этими компонентами.

Пожарные-спасатели со средним уровнем психологической безопасности личности находятся в процессе развития психологической безопасности личности и активно используют как автономную внутреннюю мотивацию, так и волевые механизмы для поддержания психологического состояния. В то время как пожарные-спасатели с высоким уровнем психологической безопасности личности уже достигли определенной автономии в регуляции своего состояния: их автономная мотивация напрямую связана с психологической безопасностью личности, а волевая саморегуляция менее значима.

Статистический анализ подтвердил, что мотивационный и волевой компоненты психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях образуют функциональную систему, выступающую ресурсом психологической безопасности личности специалистов опасных профессий, мотивационная сфера и волевые качества личности обеспечивают необходимый уровень психологической защищенности в условиях профессиональной деятельности с повышенным риском.

Результаты исследования дают основания для проведения более масштабных и качественных экспериментов по изучению психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях у представителей

опасных профессий. Кроме того, результаты исследования можно использовать для составления программ психологической подготовки к деятельности в экстремальных условиях.

Список литературы:

1. Зуева Е.Г., Баринова М.Г. Индивидуально-психологические особенности сотрудников правоохранительных органов, влияющие на психологическую готовность к действиям в экстремальных условиях // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2022. № 2 (94). С. 233-240.
2. Иноземцев С.В. Обеспечение психологической безопасности сотрудников органов внутренних дел // Автономия личности. 2022. № 1 (27). С. 113-118.
3. Кокурин А.В., Петров В.Е. Личностные особенности военнослужащих и сотрудников правоохранительных органов, обуславливающие психологическую готовность к несению службы с огнестрельным оружием // Lex Russica. 2018. № 9 (142). С. 119-128. DOI: 10.17803/1729-5920.2018.142.9.119-128.
4. Литвинова А.В. Психологическая безопасность личности как ресурс биopsихологического возраста // Человеческий капитал. 2020. № 12 (144). С. 166-176.
5. 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.
6. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
7. Новиков И.Н. Профессионально-личностные качества военнослужащих и их влияние на готовность к выполнению служебно-боевых задач // Научно-педагогическое обозрение. 2021. № 4 (38). С. 90-98.
8. Петров В.Е., Кокурин А.В. Особенности применения Пятифакторного личностного опросника в деятельности психологов органов внутренних дел // Психология и право. 2016. Т. 6. № 3. С. 40-47.
9. Ручкина П.Р. Психологическая готовность сотрудников МЧС к выполнению служебных задач в экстремальных условиях // Надежды: сборник научных статей студентов, 2020. С. 172-177.
10. Селиванов А.Е. Критерии психологической безопасности сотрудников МЧС России: субъективное благополучие, потребность в безопасности // Педагогика и психология образования. 2024. Т. 10. № 1. С. 119-133.
11. Темчур А.С., Котлярова А.С. Психологическая готовность личности к работе в экстремальной ситуации // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2021. № 2-3. С. 54-57.

References:

1. Zueva E.G., Barinova M.G. Individual psychological characteristics of law enforcement officers affecting psychological readiness to act in extreme conditions // Bulletin of the Saint Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2022. № 2 (94). P. 233-240.
2. Inozemtsev S.V. Ensuring the psychological safety of law enforcement officers // Personal autonomy. 2022. № 1 (27). P. 113-118.
3. Kokurin A.V., Petrov V.E. Personal characteristics of military personnel and law enforcement officers that determine psychological readiness for service with firearms // Lex Russica. 2018. № 9 (142). P. 119-128. DOI: 10.17803/1729-5920.2018.142.9.119-128.
4. Litvinova A.V. Psychological security of the individual as a resource of the biopsychological age // Human capital. 2020. № 12 (144). P. 166-176.
5. Litvinova A.V., Koteneva A.V., Kokurin A.V., Ivanov V.S. Problems of psychological security of personality in extreme conditions of life activity // Modern foreign psychology. 2021. Vol. 10. № 1. P. 8-16.

6. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
7. Novikov I.N. Professional and personal qualities of military personnel and their influence on readiness to perform service and combat tasks // Scientific and pedagogical review. 2021. № 4 (38). P. 90-98.
8. Petrov V.E., Kokurin A.V. Features of the use of a five-factor personality questionnaire in the activities of psychologists of internal affairs bodies // Psychology and Law. 2016. Vol. 6. № 3. P. 40-47.
9. Ruchkina P.R. Psychological readiness of EMERCOM employees to perform official tasks in extreme conditions // Hope: collection of scientific articles by students, 2020. P. 172-177.
10. Selivanov A.E. Criteria of psychological safety of employees of the Ministry of Emergency Situations of Russia: subjective well-being, the need for security // Pedagogy and psychology of education. 2024. Vol. 10. № 1. P. 119-133.
11. Temchur A.S., Kotlyarova A.S. Psychological readiness of a person to work in an extreme situation // International Journal of Humanities and Natural Sciences. 2021. № 2-3. P. 54-57.

Гакова Елена Васильевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: lenicas@yandex.ru

Gakova Elena Vasilievna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ
КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ****PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF COMBATANTS AS A CONDITION FOR
SUCCESSFUL SOCIAL ADAPTATION**

Аннотация. В современных реалиях психологическая реабилитация участников боевых действий считается одним из основных условий, определяющих успешность их адаптации в социум в мирное время. Отсутствие или отказ от своевременно организованных психологических реабилитационных мероприятий по поддержке участников боевых действий ведет к серьезным социальным рискам. В статье рассматриваются причины посттравматического стресса, последствия, которые он вызывает и способы психологической реабилитации.

Abstract. In today's reality, psychological rehabilitation of combatants is considered as one of the main conditions that determine the success of their adaptation to society in peacetime. The absence or refusal to provide timely psychological rehabilitation measures for combatants leads to serious social risks. This article explores the causes of post-traumatic stress, the consequences it causes, and the methods of psychological rehabilitation.

Ключевые слова: психологическая реабилитация, участники боевых действий, посттравматический стресс, социальная адаптация.

Keywords: psychological rehabilitation, combatants, post-traumatic stress, social adaptation.

История мировых военных конфликтов за последние сто лет свидетельствует о том, что ранее основное внимание социума и профессионалов было сосредоточено на проблемах ранения и физического состояния участников боевых действий, обеспечении их медицинской и социальной помощью. Однако, практически каждый ветеран боевых действий сталкивался с негативными психическими последствиями, отражающимися на психологическом состоянии, а также со сложностями возврата к мирной жизни.

Сегодня все больше зарубежных и отечественных учёных (R.H. Asch, L. Kachadourian, I. Esterlis, R.H. Pietrzak, В. Круз, В.И. Екимова, В.В. Козлов, И.О. Котенев, М.Ш. Магомед-Эминов, М.И. Марьин, А.Г. Каляни, Л.А. Китаев-Смык, М.М. Решетников и др.) согласны, что современная реабилитация участников боевых действий требует комплексного подхода в оказании им помощи, в том числе не только по социальной реинтеграции в общество, но и проведению с ними, если требуется, психологической коррекции личности и психотерапевтической работы. Отсутствие или отказ от своевременно организованных реабилитационных мероприятий по поддержке участников боевых действий ведет к серьезным социальным рискам. Среди основных неблагоприятных последствий исследователи выделяют [6; 8; 12]:

- кризис самоидентичности, потеря собственной значимости в гражданской жизни, снижение интереса к активной социальной жизни и роли, иждивенческие установки и ожидание помощи от семьи и государства;
- неспособность интегрироваться в рабочие коллективы и общественные структуры, что может способствовать вступлению или образованию преступных группировок, а в итоге влиять на рост преступности в стране;
- зависимость от алкоголя, медицинских препаратов или наркотиков, что способствует их выпадению из трудовой сферы и влечет за собой паттерны девиантного поведения;
- агрессивное поведение, оказывающее негативное влияние на их семьи и близких и приводящее к повышению домашнего насилия, увеличению количества разводов, и, соответственно, еще большему усугублению эмоциональных травм как самих ветеранов, так и членов их семей.

Как отмечается в публикациях, военнослужащие, длительно находившиеся в зоне боевых действий, как отцы могут пребывать в состоянии социальной изоляции, зависимости и пассивности являются собой негативный пример для своих детей, что впоследствии может способствовать увеличению преступности среди подростков [1, С. 132]. Поэтому проблема социальной и психологической адаптации бывших военных связана с необходимостью оценки рисков не только для их физического и психического состояния вследствие перенесенных экстремальных событий, но и для близких людей и окружающих.

В современных условиях участники боевых действий, обладая уникальным опытом, образуют специфическую социальную группу, требующую индивидуально-дифференцированного подхода. Ключевым аспектом становится процесс приспособления к гражданской жизни и переорганизация психологического настроя на мирное существование [12, С. 46]. Опыт работы ряда государств по созданию системы возвращения воинов с полей сражений демонстрирует, что участие в ситуациях, угрожающих жизни, оказывает глубокое травмирующее воздействие на психику и общее самочувствие тех, кто принимал непосредственное участие в боях. Участники боевых действий входят в число тех, кто наиболее подвержен риску возникновения психоэмоциональных расстройств, а также порой и острого переживания моральной травмы [6, С. 24].

Расстройства, возникающие в последствие перенесенной психологической травмы, влияют на все сферы деятельности человека – физиологическую, личностную, а также сферы межличностных и социальных взаимоотношений. Они оказывают устойчивые изменения характера пострадавших. Посттравматический стресс формирует особые модели поведения, оказывая влияние на весь последующий жизненный путь. Именно эмоциональные потрясения и психическая травма, имея долгосрочные эффекты, может предопределять изменение мировоззрения и жизненной позиции тех, кто выжил в условиях вооруженного конфликта [1, С. 9]. Каждый участник боевых действий проходил тяжелый процесс адаптации, перестройки и приспособления к боевой экстремальной среде и воздействию стрессов

войны. При этом боевой стресс был для них механизмом активации всех ресурсов организма, включая иммунную, защитную, нервную и психическую системы, направленный на преодоление ситуаций, угрожающих жизни.

Согласно Л.А. Китаеву-Смыку, во время непосредственного участия в бою стресс играет позитивную роль, мобилизуя силы организма. Чтобы выжить в бою, человек вынужден кардинально изменить свое поведение, уровень внимательности и энергичности, скорость реагирования, ценности и отношение к окружающей среде, к другим людям и самому себе. Люди, долгое время участвующие в боевых действиях, усваивают особые модели поведения и привычки, необходимые для выживания и успешного выполнения поставленных задач. [5, С. 17]. К таким приобретенным реакциям относятся восприятие окружения как потенциально враждебного, повышенная бдительность и готовность реагировать на угрозу путем укрытия, бегства или агрессивного устранения опасности. Они характеризуются снижением эмоционального спектра, стремлением дистанцироваться от реальной жизни и избегать моральных дилемм. Эффективное взаимодействие в малых группах включает умение коллективно влиять друг на друга и быстро мобилизоваться, сменяя активность глубоким расслаблением [5, С. 124].

Продолжительное пребывание в таких условиях и их травмирующая природа способны привести к изменениям в психической активности, которые снижают адаптацию к обычной жизни даже после завершения боевых действий. По завершению боевых действий неотреагированная агрессия превращается в разрушительный фактор вследствие развития постстрессовых реакций [13, С. 112]. При этом негативное воздействие распространяется шире, отражаясь не только на непосредственных участников событий, но и их семьи.

Как известно, боевые действия продолжают оказывать длительное воздействие на бывших участников ратных сражений [10; 11 и др.]. Это подчеркивает важность обязательной организации специализированной психологической помощи для каждого из них, причем с предварительным проведением как анамнеза возможной психотравматизации, так и определения на основе психодиагностики ресурсов личности. Это связано с тем, что исследования военных медиков и психологов показывает, что специфика существования в боевой экстремальной обстановке часто ведет к состоянию, известному как кризис самоидентификации, характеризующемуся потерей чувства цельности и уверенности в собственной социальной значимости после ухода в отставку. Это выражается в затруднении участников боевых действий эффективно адаптироваться к сложным социальным ситуациям, необходимым для полноценной реализации личности в мирной жизни. У многих наблюдается снижение интереса к общественной деятельности и снижение личной инициативы в решении ключевых вопросов своей жизни. Часто отмечается потеря эмпатии и стремления к глубоким эмоциональным связям с окружающими [9, С. 64]. Неспособность устанавливать гармоничные социальные отношения негативно отражается и на семейной жизни: примерно четверть из них в последующем находятся в разводе. Особенно тяжело

психологическую травму переживают инвалиды и те, кто лишился родных, близких или однополчан. [3, С. 17].

Психологические травмы, эмоциональные срывы, озлобленность, бескомпромиссность и высокая склонность к конфликтам, наряду с усталостью и апатией, являются типичными реакциями организма на продолжительные физические и нервные нагрузки, полученные в ходе боевых действий. Среди симптомов заболевания, известного сейчас как посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) или отсроченный стресс, выделяются исследователями депрессия, агрессивность, чувство вины, нарушение сна,очные кошмары, навязчивые мысли, суицидальные наклонности, нарушения закона и изоляция, а также многие другие проявления. В принятую в 2021 году новую «Международную статистическую классификацию болезней и проблем, связанных со здоровьем» (МКБ-11) в Перечень диагностических характеристик включено не только ПТСР, но и комплексное ПТСР. Это связано с тем, что синдром характеризуется стойкостью проявлений, которые со временем не ослабевают, а напротив, становятся более выраженными и могут возникать неожиданно даже при внешне нормальном состоянии пострадавшего. Из-за упрощения когнитивных процессов у участников боевых действий наблюдается повышение жестокости, бескомпромиссности и устойчивости моральных принципов. Часто проявляется желание перестроить гражданскую жизнь в соответствии с неписанными правилами человеческого взаимодействия периода военных действий. [7, С. 39; 13, С. 71].

Переход бывших участников боевых действий к гражданской жизни сопровождается необходимостью преодоления последствий нахождения в боевых экстремальных условиях и установления нарушенных социальных связей. Именно поэтому важно подчеркнуть значимость психологической реабилитации для создания условий успешной социальной адаптации, которая является ключевой потребностью участников вооруженных конфликтов. По мнению учёных, улучшение состояния военнослужащих и ветеранов возможно исключительно по средствам специально организованных реабилитационных мер. Проведение реабилитации способно обеспечить временное, однако существенное улучшение, значительно повышающее качество жизни [4, С. 101; 13, С. 29].

На наш взгляд, основные меры должны быть направлены на проведение специализированных мероприятий, осуществляемых психологами, психиатрами и медперсоналом. Эти мероприятия включают психодиагностику, психофизиологическое обследование, медицинские осмотры, а также определение мер по психорегуляции, психокоррекции и психотерапии. Особое внимание специалистами должно уделяться участникам боевых действий, проявляющим признаки посттравматических реакций, выявленных на ранних этапах реабилитации после завершения боевых действий [3; 5; 10; 12 и др.].

Психологическая поддержка призвана облегчить адаптацию военнослужащего к изменившимся жизненным обстоятельствам. При этом, учитывая, что понятие «психологическая реабилитация» происходит от латинского термина «rehabilitatio» и означает восстановление, то цель работы

психолога в ходе оказания содействия помочь в социально-психологической адаптации.

Психологическая реабилитация должна быть пролонгированной, представляя собой поддержку личности на каждом этапе построения новых социально значимых отношений, начиная с преодоления начальных нарушений самосознания в виде отрицательных установок и заканчивая развитием положительных личностных ориентаций относительно себя и окружающего мира, т.е. в ретроспективе прошлого и его взаимного увязывания с настоящим и будущим. Специалист-психолог оказывает содействие военнослужащим и семьям в восстановлении и укреплении личных отношений и с обществом, помогая упорядочить восприятие внешней действительности в сознании, сопоставляя с внутренним миром индивида. [2, С. 54; 3, С. 13].

Таким образом, психологическая реабилитация участников боевых действий – это комплекс мероприятий, проводимый профессиональными психологами и направленный на восстановление психических функций, развитие личностных особенностей, содействие укреплению межличностных и социальных взаимодействий у участников боевых действий, что и позволит им эффективно интегрироваться в общество в мирное время.

Список литературы:

1. Абдурахманов Р.А. Психологические проблемы послевоенной адаптации ветеранов Афганистана // Психологический журнал. 1992. Т. 13. № 1. С. 131-134.
2. Березовец В.В. Социально-психологическая реабилитация ветеранов боевых действий: дисс... канд. психол. наук. М., 1997. 163 с.
3. Карайни А.Г. Психологическая реабилитация участников боевых действий. М.: ВУ, 2003. 80 с.
4. Китаев-Смык Л.А. Стресс войны. Фронтовые наблюдения врача-психолога. М.: Министерство культуры Российской Федерации; Рос. ин-т культурологии, 2001. 80 с.
5. Костина Л.Н., Котенёв И.О., Дворниченкова Ю.В. Об изменениях индивидуально-психологических особенностей сотрудников полиции Российской Федерации, исполняющих обязанности в особых условиях служебной деятельности // Психология и педагогика служебной деятельности. 2022. № 4. С. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.
6. Круз В. Военная травма и ПТСР. Ты выжил и вернулся к нормальной жизни. СПб.: Питер, 2024. 160 с.
7. Лазебная Е.О., Зеленова М.В. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий // Психологический журнал. 1999. № 5. С. 62-74.
8. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
9. Назаров В.А., Захаров А.В. Сравнительный анализ факторов, влияющих на состояние психического и социального здоровья инвалидов-участников боевых действий в Чеченской республике и в республике Афганистан // Проблемы реабилитации. 2000. № 2. С. 122-125.
10. Петров В.Е. Личностный выбор соучастия в экстремальном добровольчестве: монография. М.: Издательство «Спутник+», 2025. 454 с.
11. Петров В.Е. Стагнация в профессионально-личностном развитии сотрудников силовых ведомств как последствие экстремального труда // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел, педагогика и психология служебной деятельности:

состояние и перспективы: Сборник научных трудов. М.: Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, 2023. С. 209-212.

12. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

13. Пушкирев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. М.: Изд-во Института психотерапии, 2000. 128 с.

References:

1. Abdurakhmanov R.A. Psychological problems of post-war adaptation of Afghan veterans // Psychological Journal. 1992. Vol. 13. № 1. P. 131-134.
2. Berezovets V.V. Socio-psychological rehabilitation of combat veterans: dissertation of the cand. psikhол. nauk. Moscow, 1997. 163 p.
3. Karayani A.G. Psychological rehabilitation of combat participants. Moscow: WU, 2003. 80 p.
4. Kitaev-Smyk L.A. Stress of war. Front-line observations of a psychologist. Moscow: Ministry of Culture of the Russian Federation; Russian Institute of Cultural Studies, 2001. 80 p.
5. Kostina L.N., Kotenev I.O., Dvornichenkova Yu.V. On changes in the individual psychological characteristics of police officers of the Russian Federation who perform duties in special conditions of official activity // Psychology and pedagogy of official activity. 2022. № 4. P. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.
6. Cruz V. War trauma and PTSD. You survived and returned to a normal life. St. Petersburg: Peter, 2024. 160 p.
7. Lazebnaya E.O., Zelenova M.V. Military traumatic stress: features of post-traumatic adaptation of combat participants // Psychological Journal. 1999. № 5. P. 62-74.
8. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
9. Nazarov V.A., Zakharov A.V. Comparative analysis of factors affecting the state of mental and social health of disabled combat participants in the Chechen Republic and in the Republic of Afghanistan // Problems of rehabilitation. 2000. № 2. P. 122-125.
10. Petrov V.E. Personal choice of participation in extreme volunteerism: a monograph. Moscow: Sputnik+ Publishing House, 2025. 454 p.
11. Petrov V. E. Stagnation in the professional and personal development of law enforcement officers as a consequence of extreme work // Professional education of law enforcement officers, pedagogy and psychology of professional activity: state and prospects: Collection of scientific papers. Moscow: Kikot Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2023. P. 209-212.
12. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
13. Pushkarev A.L., Domoratsky V.A., Gordeeva E.G. Post-traumatic stress disorder: diagnosis, psychopharmacotherapy, psychotherapy. Moscow: Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2000. 128 p.

Грищенко Леонид Леонидович

Академия управления МВД России (г. Москва, Россия), профессор кафедры управления органами внутренних дел в особых условиях центра командно-штабных учений, доктор юридических наук, профессор

Grishchenko Leonid Leonidovich

Management Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation (Moscow, Russia) Professor of the Department of Internal Affairs Management in special conditions of the center for command and staff exercises, doctor of law, professor

Матюхин Олег Игоревич

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант факультета «Экстремальная психология», e-mail: olegmat80@mail.ru

Matyukhin Oleg Igorevich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), faculty of Extreme Psychology, student

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ И ПУТИ ЕГО ПРЕОДОЛЕНИЯ

EMOTIONAL BURNOUT OF EMPLOYEES OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA AND WAYS TO OVERCOME IT

Аннотация. В статье рассматривается проблема эмоционального выгорания руководителей и сотрудников правоохранительных органов на примере территориальных органов МВД России. Актуальность исследования обусловлена высокой психоэмоциональной нагрузкой, ответственностью за принятие решений и комплексом стресс-факторов, специфичных для управленческой деятельности, в том числе в особых условиях. Проводится анализ стадий и типов выгорания, выделяется ключевой механизм его развития - феномен «невысказанной уязвимости». Исследуется защитная функция иронии как инструмента когнитивного преодоления стресса. Предлагаются пути профилактики эмоционального выгорания, включающие как организационные меры, так и развивающие личностные ресурсы руководителей.

Annotation. The article examines the problem of emotional burnout of managers and law enforcement officers using the example of the territorial bodies of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The relevance of the study is due to the high psycho-emotional burden, responsibility for decision-making and a complex of stress factors specific to managerial activities, including in special conditions. The stages and types of burnouts are analyzed, and the key mechanism of its development, the phenomenon of «unspoken vulnerability», is highlighted. The protective function of irony as a cognitive stress management tool is investigated. Ways of preventing emotional burnout are proposed, including both organizational measures and developing the personal resources of managers.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, руководители, стресс, невысказанная уязвимость, профилактика.

Keywords: emotional burnout, managers, stress, unspoken vulnerability, prevention.

Актуальность исследования психологического состояния руководителей и сотрудников правоохранительных органов обусловлена необходимостью эффективного выполнения задач, возложенных на государственные структуры и их ключевой ролью, связанной с организацией управления в повседневных условиях и при возникновении чрезвычайных обстоятельств и (или) ситуаций. В условиях повышенной ответственности и высоких профессиональных

требований, предъявляемых к данной категории граждан изучение эмоционального выгорания, приобретает особую значимость. Недооценка значимости поддержания их психологического благополучия может привести не только к ухудшению качества выполняемых ими задач, но и оттоку профессионалов из государственных структур.

В процессе деятельности руководители и сотрудники сталкиваются с рядом вызовов и стрессовых факторов, которые могут оказывать существенное влияние на их психоэмоциональное состояние. О чем в научной литературе есть ряд исследований [4; 7; 10]. В первую очередь, высокий уровень ответственности за принятие оперативных решений вызывает постоянное напряжение и стресс. Также, необходимость постоянного взаимодействия с сотрудниками, включая тех, кто находится в стрессовом состоянии, и координация деятельности подразделений требуют высокой коммуникативной компетентности и умение управлять конфликтами.

Одной из силовых структур, на которую сегодня ложится повышенная ответственность, являются правоохранительные органы, выполняющие задачи в условиях ограниченных ресурсов и времени, неопределенности, что также может способствовать развитию чувства перегруженности и эмоционального истощения. Как отмечают А.Т. Кочеткова и Н.Г. Батуева, «эмоциональное истощение является отправной точкой профессионального выгорания» [5]. Значительное влияние на развитие эмоционального выгорания может быть вызвано и отсутствием поддержки со стороны коллег и руководства, а также чувством изоляции, одиночества и отчуждения.

Синдром выгорания впервые введен в психологию Гербертом Фройденбергером, определившим его как «комплексное состояние, возникающее вследствие длительного воздействия хронического стресса и сопровождающееся ощущением безысходности и утраты смысла жизни» [13]. В своих научных трудах он подчеркивал, что выгорание представляет собой не просто физическое истощение, а глубокую психологическую дезориентацию, затрагивающую когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты личности. При этом, несмотря на многочисленные исследования синдрома выгорания, отсутствует единая методология его диагностики, приводящим к противоречивым результатам, а цикличность выгорания усложняет его изучение». Согласимся с И.Е. Буславской. в том, что «на текущий момент отсутствует единое определение сущности, структуры и динамики феномена профессионального выгорания» [2].

Таким образом, эмоциональное выгорание – это сложный психофизиологический феномен, характеризующийся эмоциональным истощением, хроническим стрессом, деперсонализацией и редукцией личных достижений.

Эмоциональное выгорание проходит несколько последовательных этапов [1, С. 281]:

– на первом этапе (фаза напряжения) индивид активно пытается адаптироваться к профессиональным нагрузкам. Со временем наблюдается

снижение уровня энергии и нарастает чувство усталости, что формирует предпосылки для развития синдрома выгорания;

– вторая фаза (истощения) при которой характерен широкий спектр негативных последствий. Профессиональная, эмоциональная и социальная сферы жизни подвергаются значительному стрессу, что снижает продуктивность, ухудшает межличностные отношения и вызывает психосоматические симптомы;

– третья фаза (выгорание) – отчаяние, апатия и ощущение безысходности. Восстановление становится затруднительным, возможна глубокая депрессия и утрата мотивации к любой деятельности.

В современной психологии выделяют типы выгорания, связанные с трудовой деятельностью и эмоциональным состоянием.

1. Перегрузочное выгорание возникает в результате чрезмерной рабочей нагрузки, когда индивид жертвует своим здоровьем и личной жизнью ради достижения профессиональных целей.

2. Выгорание, обусловленное недооценкой, развивается в ситуациях, когда сотрудник не ощущает признания своих достижений или возможностей профессионального роста, даже при умеренной рабочей нагрузке.

3. Выгорание с синдромом самозванца, характеризуется ощущением собственной профессиональной несостоятельности, недооценкой собственных достижений и страхом быть разоблачённым как «некомпетентный», несмотря на объективные доказательства обратного.

Вышеизложенное обуславливает необходимость разработки и внедрения методов эффективной профилактики эмоционального выгорания, учитывая, как личностные (эмоциональная устойчивость, мотивация, саморегуляция) так и организационные факторы. С нашей точки зрения, ключевым фактором, способствующим развитию эмоционального выгорания индивида, является феномен невысказанной уязвимости. Этот феномен характеризуется наличием у человека внутреннего состояния повышенной эмоциональной чувствительности, ранимости или переживания. Однако, вследствие различных факторов, таких как страх, стыд или иных психологических барьеров, индивид не выражает эти чувства и мысли. В результате, данная уязвимость остается латентной, что приводит к возникновению внутреннего напряжения, ощущения одиночества и недопонимания со стороны окружающих.

Невыраженные аффекты накапливают напряжение, поскольку психика стремится к высвобождению эмоций и снятию напряжения, вызванного неразрешенными внутренними конфликтами. Когда эмоциональные переживания не находят адекватного выражения, это может привести к проективной идентификации (бессознательного переноса собственного эмоционального состояния или модели поведения на другого индивида), искажая восприятие и усиливая внутренний дискомфорт.

В своих научных работах М.А. Файнман, указывала «что состояние уязвимости – это универсальный параметр человеческой жизни, который меняется в зависимости от внешних и внутренних факторов» [12].

Невыраженные эмоции могут способствовать развитию когнитивных искажений, таких как катастрофизация или перфекционизм, снижая саморегуляцию. Исследования в области позитивной психологии подчеркивают, что открытая коммуникация способствует укреплению межличностных связей и повышению уровня субъективного счастья.

Организационные факторы охватывают структуру и культуру организаций, систему управления стрессом, возможности для профессионального роста и развития, а также поддержку руководства и коллектива.

Отметим, что синдрому эмоционального выгорания подвержены сотрудники, прежде всего, правоохранительных органов. Однако наиболее уязвимы к его проявлению те, кто выполняет служебные обязанности в экстремальных условиях. Как отмечают Ю.В. Варданян и О.М. Воробьева, «развитие синдрома эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел обусловлено как индивидуально-личностными качествами, так и стажа их службы» [3].

Факторами, способствующими развитию эмоционального выгорания, могут быть: многозадачность и их незавершенность; ограниченность ресурсов и времени; отсутствие признания профессиональных достижений и карьерного роста. Кроме того, процесс трансформации самосознания может быть обусловлен сменой жизненных обстоятельств, кризисом идентичности и необходимостью адаптации к новым условиям.

Объем и сложности задач, возложенных на МВД России, дефицит кадров, наличие постоянной угрозы жизни и здоровья стали сегодня первостепенными факторами выгорания [11]. В этой связи, эмоциональное выгорание может оказывать существенное влияние на качество выполнения задач, принятие решений и межличностные взаимодействия, что, в свою очередь, может негативно сказаться на эффективности деятельности, особенно в особых условиях. Как справедливо отмечает Ю.К. Нимировская, «крайне важно управлять своим эмоциональным состоянием для предотвращения профессиональных патологий при воздействии различных эмоциогенных воздействиях» [9].

Для профилактики эмоционального выгорания важны комплексные программы, включающие элементы когнитивно-поведенческой терапии, методы релаксации и стресс-менеджмента, а также развитие навыков саморегуляции и управления временем. Эти элементы можно интегрировать в дополнительные программы повышения квалификации, а также создать супервизорские группы или психологический клуб для обмена опытом, рефлексии, анализу служебных инцидентов.

Кроме того, необходимо создать благоприятную организационную среду, способствующую снижению уровня стресса и повышению удовлетворенности службой. Это может быть достигнуто путем внедрения эффективной системы наставничества (например, программа «равный-равному»).

В своих трудах Серен Кьеркегор отмечал, что в периоды кризисных состояний индивид сталкивается с проблемой самоидентификации. В качестве

способа самозащиты он использует иронию. Через противопоставления себя окружающей действительности он обретает возможность придать смысл своему существованию, дистанцироваться от реальности, утрачивающей свою значимость [6]. Поэтому, представляется целесообразным рассмотреть иронию как защитный механизм, который помогает справляться с негативными, тревожными или сложными ситуациями, трансформируя восприятие стимулов с негативного на более позитивное или снисходительное. Ирония, как форма рефлексии, предоставляет индивиду возможность дистанцироваться от ситуации, снижая уровень тревожности и эмоционального вовлечения. Этот процесс создает внутреннюю дистанцию, позволяя субъекту сохранять контроль и минимизировать стрессовые реакции. Ирония в межличностной коммуникации функционирует как эффективный механизм самозащиты. В условиях конфликтных ситуаций, она создает своего рода «когнитивный барьер», минимизируя восприятие угроз и снижая уязвимость.

Можно выделить основные типы иронии, каждый из которых выполняет свою роль в адаптации к социальным и личностным вызовам.

1. Самоирония представляет собой стратегию, направленную на снижение самооценки и смягчение самокритики, помогая сохранять эмоциональное равновесие и адаптивность в условиях стресса или фрустрации. Самоирония, как правило, функционирует на уровне метакоммуникации, создавая дистанцию между субъектом и объектом критики.

2. Нарочитая ирония по отношению к другим индивидам может рассматриваться как форма защитной стратегии, которая позволяет компенсировать внутренние конфликты или эмоциональное напряжение, трансформируя негативные переживания в управляемую форму. Нарочитая ирония также используется для социального контроля или доминирования в межличностных взаимодействиях.

3. Массовая ирония – это коллективный механизм самоутверждения и эмоциональной разрядки, направленный на внешние социальные объекты или институты власти. Он снижает уровень тревоги и повышает чувство солидарности среди членов группы, реализуясь через коллективную сатиру и юмористические формы, позволяя группе критически осмысливать социальные нормы и структуры.

Ирония выполняет функцию когнитивного и эмоционального буфера, смягчая воздействие стрессовых факторов внешней среды на психическое состояние индивида.

Таким образом, можно констатировать, что в силу специфики деятельности руководителей территориальных органов МВД России, сочетающей высокую ответственность, хронический стресс и комплекс ограничивающих факторов эмоциональное выгорание представляет собой динамический процесс, усугубляемый феноменом «невысказанной уязвимости». В качестве одного из адаптивных механизмов совладания может рассматриваться ирония, способствующая когнитивному рефреймингу и эмоциональной дистанции. Представленный анализ обосновывает необходимость комплексного учета как психологических, так и

организационных факторов эмоционального выгорания, а также интеграцию адаптивных механизмов, таких как ирония, и развития психологической устойчивости через профилактические программы.

Разработка и внедрение предложенной комплексной системы профилактики, сочетающей личностно-ориентированные и организационные меры, является необходимым условием для сохранения психического здоровья руководящего состава, поддержания их профессиональной эффективности и, как следствие, обеспечения надёжности функционирования правоохранительной системы органов внутренних дел.

Список литературы:

1. Батаршев А.В. Психодиагностика пограничных расстройств личности и поведения. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2004. 320 с.
 2. Бусловская И.Е. Актуальные проблемы изучения феномена выгорания // Вестник науки. 2025. № 10 (91). С. 392-397.
 3. Варданян Ю.В., Воробьева О.М. Исследование эмоционального выгорания сотрудников полиции в контексте психологической безопасности // Вестник ЮУрГПУ. 2018. № 2. С. 203-213.
 4. Диагностика и развитие управляемого потенциала руководителя органа внутренних дел: учебно-методическое пособие / М.И. Марьин, В.М. Поздняков, И.О. Котенев, В.Е. Петров / Под общ. ред. В.Л. Кубышко. М.: ДКО МВД России, ЦОКР МВД России, 2006. 300 с.
 5. Кочеткова А.Г., Батуева Н.Г. Профессиональное эмоциональное выгорание в психологии // Вестник науки. 2024. № 10 (79). С. 692-699.
 6. Кьеркегор Сёрен О понятии иронии <https://predanie.ru/book/219873-o-ponyatiii-ironii/> (дата обращения: 15.10.2025).
 7. Мальцева Т.В. О проблеме психологических требований к личности руководителя в юридической психологии // Прикладная психология и педагогика. 2021. № 4. С. 218-226.
 8. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
 9. Нимировская Ю.К. Особенности эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2022. № 11-1. С. 80-83.
 10. Петров В.Е., Поляков С.П. Особенности эмоционального выгорания педагогов в образовательных организациях МВД России // Современные образовательные технологии в подготовке специалистов правоохранительных органов: сб. мат. Всеросс. науч.-практ. конф. / Московский областной филиал Московского университета МВД России. Руза, 2015. С. 125-129.
 11. Петров В.Е. Эмоциональное выгорание (vs стагнация) профессионально-личного развития представителей силовых ведомств // Теория и практика психологической работы и профессионального обучения психологов силовых структур. М., 2024. С. 146-150.
 12. Файнман М.А. Теория уязвимости и Тринити-лекции: институционализация индивидуума // <https://www.researchgate.net/profile/Martha-Fineman> (дата обращения: 15.10.2025).
 13. Фрейденбергер Г. Выгорание персонала (Staff Burn-Out) // Journal of Social Issues. 1974. Т. 30. № 1. С. 159-165.
- References:**
1. Batarshev A.V. Psychodiagnostics of borderline personality and behavior disorders. Moscow: Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2004. 320 p.
 2. Buslovskaya I.E. Actual problems of studying the phenomenon of burnout // Bulletin of

Science. 2025. № 10 (91). P. 392-397.

3. Vardanyan Yu.V., Vorobyeva O.M. Investigation of emotional burnout of police officers in the context of psychological safety // Bulletin of SUSURGPU. 2018. № 2. P. 203-213.

4. Diagnostics and development of the managerial potential of the head of the internal affairs body: an educational and methodical manual / M.I. Maryin, V.M. Pozdnyakov, I.O. Kotenev, V.E. Petrov / Under the general editorship of V.L. Kubyshko. Moscow: DKO of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2006. 300 p.

5. Kochetkova A.G., Batueva N.G. Professional emotional burnout in psychology // Bulletin of Science. 2024. № 10 (79). P. 692-699.

6. Kierkegaard Søren On the concept of irony <https://predanie.ru/book/219873-o-ponyatii-ironii> / (date of request: 10/15/2025).

7. Maltseva T.V. On the problem of psychological requirements for the personality of a supervisor in legal psychology // Applied Psychology and Pedagogy. 2021. № 4. P. 218-226.

8. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.

9. Nimirovskaya Yu.K. Features of emotional burnout among employees of law enforcement agencies // Humanities, socio-economic and social sciences. 2022. № 11-1. P. 80-83.

10. Petrov V.E., Polyakov S.P. Features of emotional burnout of teachers in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia // Modern educational technologies in the training of law enforcement specialists: collection of mat. All-Russian Scientific and Practical Conference / Moscow Regional Branch of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Ruza, 2015. P. 125-129.

11. Petrov V.E. Emotional burnout (vs stagnation) of professional and personal development of representatives of law enforcement agencies // Theory and practice of psychological work and professional training of psychologists of law enforcement agencies. Moscow, 2024. P. 146-150.

12. Fineman M.A. Theory of vulnerability and Trinity lectures: institutionalization of the individual. <https://www.researchgate.net/profile/Martha-Fineman> (accessed: 10/15/2025).

13. Freudenberger G. Staff Burn-Out // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30. № 1. P. 159-165.

Голованова Ульяна Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: ugolovanova1103@gmail.com

Golovanova Ulyana Aleksandrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ**VALUE-SEMANTIC ORIENTATIONS AND PROFESSIONAL LONGEVITY OF POLICE OFFICERS**

Аннотация. В статье раскрывается актуальность изучения проблемы взаимосвязи ценностно-смысовых ориентаций с профессиональным долголетием сотрудников полиции. Проводится анализ смежных по проблеме научных работ, акцентируется внимание на ценностях, коррелирующих с биопсихическим возрастом. Обосновывается необходимость дальнейшего исследования данной проблемы с точки зрения практико-ориентированного подхода, а именно создания программы мероприятий, направленных на формирование и поддержание оптимальных ценностно-смысовых ориентиров сотрудников полиции, а также разработки практических рекомендаций для руководства подразделений полиции, направленных на повышение уровня профессионализма и укрепления кадрового потенциала ведомства.

Abstract. The article reveals the relevance of studying the problem of the relationship of value-semantic orientations with the professional longevity of police officers. The analysis of related scientific works on the problem is carried out, attention is focused on the values correlating with the biopsychic age. The article substantiates the need for further research of this problem from the point of view of a practice-oriented approach, namely, the creation of a program of activities aimed at forming and maintaining optimal value-semantic orientations of police officers, as well as the development of practical recommendations for the leadership of police departments aimed at improving the level of professionalism and strengthening the human resources of the department.

Ключевые слова: ценностно-смысовые ориентации, полиция, профессиональное долголетие, текучесть кадров, профессии особого риска, ценности.

Keywords: value-semantic orientations, police, professional longevity, employee turnover, high-risk professions, values.

Проблема исследования ценностно-смысовых ориентаций во взаимосвязи с профессиональным долголетием сотрудников профессий особого риска особую актуальность приобрела в свете решения практических задач адаптации личного состава к новым, зачастую повышенным требованиям служебной деятельности в системе правореализационных органов Российской Федерации [4; 6].

В своей работе А.В. Котенёва [3] подняла вопрос о профессиональном долголетии и сохранении психосоматического здоровья сотрудников опасных профессий. Было установлено влияние ценностей семейной жизни, отдыха в близком кругу людей, эффективной профессиональной самореализации на повышение «биологического возраста»; обнаружено положительное влияние профессиональной самоактуализации и экзистенциональной исполненности на функциональное состояние и трудоспособность сотрудников.

Результаты данного исследования дают основание для учета ценностно-мотивационных особенностей сотрудников ОВД в процессе их психологической подготовки и сопровождения в профессиональной деятельности, а также в профилактике стрессовых расстройств, для формирования психологически зрелых сотрудников с актуализированными личными ресурсами, необходимыми для эффективной профессиональной деятельности и профессионального долголетия [3].

В изучении проблемы ценностно-смысовых установок как условия профессионального долголетия сотрудников правоохранительных органов, В.Я. Холод [8] рассматривает установки, которым придерживаются успешно работающие в полиции сотрудники, а также те, кто имеет длительный стаж работы и то, какими ценностно-смысловыми установками нужно обладать специалистам для достижения профессионального долголетия.

Повышению долголетия карьеры сотрудников способствуют: гуманистические и альтруистические ценности, приверженность к справедливости, самопожертвованию и ответственности, глубокий личностный смысл профессиональной деятельности в контексте общественно значимых целей, поддержка со стороны руководства и коллег, установки, направленные на профессионально саморазвитие, обучение и самосовершенствование. Также существует расхождение индивидуальных и нормативных идеалов, то есть уровень индивидуальных приоритетов ниже уровня нормативных идеалов. В данном случае наибольшее расхождение имеется в таких ценностях, как традиции, конформность, гедонизм и стимуляция.

Исследования подчеркивают связь профессиональных успехов и личностных ценностей [2; 5; 7]. То есть профессиональная самореализация, обучение и самосовершенствование способствуют продолжительному нахождению в профессии. М.И. Марьин, А.В. Кокурин, В.Е. Петров, В.М. Поздняков и другие указывают, что для стабильной и длительной профессиональной деятельности важны поддержка руководства и коллектива, а также благоприятный социально-психологический климат на месте работы в организации. Для увеличения профессионального долголетия предлагают рассматривать проблему всесторонне, учитывать психологические, физические и биологические особенности сотрудников полиции.

Стоит отметить, что большинство исследований на тему ценностно-смысовых ориентаций основываются на развитии ориентации с точки зрения образовательного процесса у будущих сотрудников полиции. Например, Д.А. Воронов [1] обращает внимание на противоречие между требованиями, предъявляющиеся к сотруднику полиции и к его боевой подготовке. Боевая подготовка в этом случае характеризуется недостаточным уровнем ценностно-смысовой направленности. По результатам анализа диагностического этапа исследования стало ясно, что курсанты в образовательной организации МВД России не в полной мере ориентируются на осмысление ценностей профессиональной деятельности и на самопознание. У них наблюдается слабое проявление ценностных ориентаций в процессе общения, профессиональной идентификации и мобильности мышления. На основании результатов

констатирующего этапа исследования был проведен формирующий этап исследования, в котором был представлен спецкурс, который включал в себя знания в области философии, психологии, этики, конфликтологии, этикета, педагогики и специальных дисциплин. Анализируя результаты теоретического и эмпирического изучения ценностно-смысловой направленности формирования профессионально-значимых качеств курсантов, автор делает вывод, что данный процесс – основополагающий элемент становления конкурентоспособного сотрудника полиции в современном мире. Основная задача состоит не столько в освоении большого количества специализированных знаний, сколько в развитии способности и готовности студентов формулировать и успешно решать профессиональные задачи. Важно сформированное умение курсантов к осознанному принятию самостоятельных решений и продуктивному функционированию в современной культурной и социальной среде, основанное на руководстве определёнными ценностями [1].

А.А. Широкобокова и О.Ю. Ананьин проводят анализ ценностных ориентаций будущих сотрудников органов внутренних дел. Авторы уделяют внимание системному изучению взаимосвязанных элементов, которые отвечают за формирование ценностных ориентаций. Особо отмечаются мотивы поступления в ведомственные высшие учебные заведения и выбор профессии в структуре внутренних дел [9; 10]. Результаты исследований еще раз подтверждают интерес научного сообщества в области ценностно-смысловых ориентаций сотрудников. Однако мы считаем, что необходимы исследования в сфере формирования ценностно-смысловых ориентаций не только на этапе первоначальной подготовки будущих полицейских, но и на этапе непосредственной работы сотрудников в органах внутренних дел для формирования профессионального долголетия сотрудников ОВД и снижения текучести кадров.

Исходя из теоретического анализа проблемы, можно сделать вывод о том, что проблема ценностно-смысловых ориентаций как отдельное понятие с точки зрения обучения курсантов, так и во взаимосвязи с профессиональным долголетием сотрудников профессий особого риска является актуальным среди психологических исследований. Однако проблема ценностно-смысловых ориентаций требует более детального рассмотрения с практической точки зрения. Актуальным представляется дальнейшее исследование факторов, которые способствуют формированию конструктивных ценностно-смысловых ориентаций среди молодых кадров, выявление барьеров, препятствующих развитию здоровых ценностных установок, а также разработка комплексных мер поддержки и сопровождения профессионалов на протяжении всей службы.

Целью перспективного исследования является создание научно-обоснованной программы мероприятий, направленных на формирование и поддержание оптимальных ценностно-смысловых ориентиров сотрудников полиции. При разработке программы необходимо учитывать специфику профессии, психологические и физические особенности сотрудников, а также требования современного общества [4; 5; 6]. Актуальна разработка практических рекомендаций для руководителей различного уровня,

направленных на повышение уровня профессионализма и укрепление кадрового потенциала полиции.

Список литературы:

1. Воронов Д.А. Ценностно-смысловая направленность формирования профессионально значимых качеств сотрудников полиции в образовательной организации МВД России: монография. Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2023. 178 с.
2. Костина Л.Н., Котенёв И.О., Дворниченкова Ю.В. Об изменениях индивидуально-психологических особенностей сотрудников полиции Российской Федерации, исполняющих обязанности в особых условиях служебной деятельности // Психология и педагогика служебной деятельности. 2022. № 4. С. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.
3. Котенева А.В., Этриванова Т.С. Жизненные ценности и биopsихологический возраст сотрудников силовых структур // Психология и право. 2022. Т. 12. № 4. С. 28-41. DOI: 10.17759/psylaw.2022120403.
4. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
5. Петров В.Е. Иерархия жизненных ценностей как показатель профессиональной идентичности военнослужащих // Военно-профессиональная идентичность: актуальные направления исследования: Материалы межрегиональной научно-практической конференции психологов силовых структур «Психологические условия формирования идентичности военнослужащих» / под ред. С.И. Данилова, Л.П. Казаковой. М.: Военный университет; Школа современных психотехнологий, 2018. С. 137-141.
6. Петров В.Е. Личностный выбор соучастия в экстремальном добровольчестве: монография. М.: Издательство «Спутник+», 2025. 454 с.
7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
8. Холод В.Я. Ценностно-смысловые установки как условие профессионального долголетия сотрудников правоохранительных органов: автореферат выпускной квалификационной работы: магистр психологии; Московский государственный психолого-педагогический университет. М., 2024. 15 с.
9. Шарафутдинова Н.В. Ценности и смысложизненные ориентации сотрудников органов внутренних дел как показатели профессионального самосознания // Психология и педагогика служебной деятельности. 2024. № 3.
10. Широкобокова А.А., Ананьин О.Ю. Анализ проблемы ценностных ориентаций будущих сотрудников органов внутренних дел // Материалы XIV Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». URL: <https://scienceforum.ru/2022/article/2018029549> (дата обращения: 14.10.2025).

References:

1. Voronov D.A. Value-semantic orientation of the formation of professionally significant qualities of police officers in the educational organization of the Ministry of Internal Affairs of Russia: monograph. Krasnodar: Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2023. 178 p.
2. Kostina L.N., Kotenev I.O., Dvornichenkova Yu.V. On changes in the individual psychological characteristics of police officers of the Russian Federation who perform duties in special conditions of official activity // Psychology and pedagogy of official activity. 2022. № 4. P. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.
3. Koteneva A.V., Etrivanova T.S. Life values and the biopsychological age of law enforcement officers // Psychology and Law. 2022. Vol. 12. № 4. P. 28-41. DOI: 10.17759/psylaw.2022120403.

4. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
5. Petrov V.E. Hierarchy of life values as an indicator of professional identity of military personnel // Military-professional identity: current research directions: Materials of the interregional scientific and practical conference of psychologists of law enforcement agencies «Psychological conditions for the formation of identity of military personnel» / edited by S.I. Danilov, L.P. Kazakova. Moscow: Military University; School of Modern Psychotechnologies, 2018. P. 137-141.
6. Petrov V.E. Personal choice of participation in extreme volunteerism: a monograph. Moscow: Sputnik+ Publishing House, 2025. 454 p.
7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
8. Kholod V.Ya. Value-semantic attitudes as a condition for professional longevity of law enforcement officers: abstract of the final qualifying thesis: Master of Psychology; Moscow State Psychological and Pedagogical University. Moscow, 2024. 15 p.
9. Sharafutdinova N.V. Values and life-meaning orientations of employees of internal affairs bodies as indicators of professional self-awareness // Psychology and pedagogy of professional activity. 2024. № 3.
10. Shirokobokova A.A., Ananyin O.Yu. Analysis of the problem of value orientations of future employees of law enforcement agencies // Proceedings of the XIV International Student Scientific Conference «Student Scientific Forum». URL: <https://scienceforum.ru/2022/article/2018029549> (date of request: 14.10.2025).

Жезлова Алина Андреевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: zhezalina@mail.ru

Zhezlova Alina Andreevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ
В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ****EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COMMUNICATIVE COMPETENCE IN THE
ACTIVITIES OF POLICE OFFICERS**

Аннотация. В статье рассмотрены подходы к изучению эмоционального интеллекта и коммуникативной компетентности. Выявлены достоверные различия коммуникативной компетенции у сотрудников полиции в зависимости от стажа службы. Обоснована взаимосвязь между уровнем развития эмоционального интеллекта и уровнем коммуникативной компетентности сотрудников с разным стажем службы. Результаты исследования могут быть использованы при разработке и реализации тренинговых программ для сотрудников правоохранительных органов.

Abstract. The article discusses approaches to the study of emotional intelligence and communicative competence. Significant differences in the communicative competence of police officers were revealed depending on the length of service. The relationship between the level of development of emotional intelligence and the level of communicative competence of employees with different service experience is substantiated. The research results can be used in the development and implementation of training programs for law enforcement officers.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, коммуникативная компетентность, сотрудники полиции, стаж службы, профессиональная деятельность.

Keywords: emotional intelligence, communication competence, police officers, length of service, professional activity.

Социальная динамика сегодня характеризуется все большим усложнением структуры общества, увеличением разнообразия социальных групп и расширением спектра культурных ценностей. В связи с этим, эффективное осуществление профессиональной деятельности сотрудниками правоохранительных органов просто невозможно без высокого у них уровня коммуникативной компетентности [3].

В частности, умение распознавать и правильно понимать эмоции представителей различных категорий населения, а также эффективно управлять собственными эмоциональными реакциями в процессе общения приобретает критическое значение [9]. Это, в свою очередь, подчеркивает необходимость развития эмоционального интеллекта как одного из факторов, определяющих эффективность коммуникативной деятельности [4].

П. Сэловей и Дж. Мэйер заложили основы изучения эмоционального интеллекта, определив его как способность человека к обработке «эмоционально информации», получаемой от других людей (идентификация, анализ, использование эмоций и т.п.) [1]. При этом М.А. Манойлова

подчеркивает зависимость успешной коммуникативной деятельности от уровня эмоционального интеллекта сотрудника [цит. по 8].

Коммуникативную компетентность можно рассматривать как способность сотрудника правоохранительных органов устанавливать необходимые в конкретной ситуации контакты с представителем любой категории населения, используя методы коммуникативного воздействия [2]. Во многих исследованиях авторы подчеркивают взаимосвязь эмоционального интеллекта с уровнем коммуникативной компетентности (Ж.В. Горькая, А.А. Косяк, И.Л. Лукашкова, Ю.Б. Топпалер, Н.А. Худолей и др.). Так, З.В. Якимова определяет эмоциональный интеллект как критерий создания принципиально нового развития уровня коммуникативной компетентности [1]. Таким образом, на этапе теоретического исследования, можно предположить о наличии взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и коммуникативными способностями сотрудников правоохранительных органов в рамках выполнения ими профессиональной деятельности [4].

Цель исследования заключается в выявлении и оценке взаимовлияния компонентов эмоционального интеллекта и коммуникативной компетентности. Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между уровнем развития эмоционального интеллекта и коммуникативной компетентностью: чем выше уровень развития эмоционального интеллекта сотрудника, тем выше его коммуникативная компетентность.

Для изучения основных компонентов коммуникативной компетентности и эмоционального интеллекта у сотрудников в исследовании были выбраны и применены следующие методы: методика «Диагностика коммуникативного контроля» (М. Шнайдер); опросник коммуникативной толерантности (В.В. Бойко); методика «Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении» (В.В. Бойко); методика «Измерение уровня эмоционального интеллекта» (Н. Холл). Для обработки данных применялись: описательная статистика, U-критерий Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

В качестве эмпирической базы для исследования была взята выборка, которая включала в себя 24 сотрудника полиции мужского пола в возрасте от 23 до 54 лет ($M=36$; $\sigma=10,2$). В процессе проведения исследования выборка была поделена на две группы по критерию стажа службы сотрудников в полиции. В результате разделения в первую группу вошло 11 сотрудников полиции (46%) в возрасте от 23 до 32 лет ($M=25,82$; $\sigma=3,06$), чей стаж службы не превышал 5 лет ($M=2,67$; $\sigma=1,65$). Во вторую группу вошло 13 сотрудников (54%) в возрасте от 37 до 54 лет ($M=44,46$; $\sigma=4,42$), чей стаж службы был более 10 лет ($M=16,96$; $\sigma=3,61$). Данные собирались с марта по апрель 2025 года.

На первом этапе исследования были проанализированы результаты описательной статистики и выявлены значимые различия между группами по U-критерию Манна-Уитни. Были выявлены достоверные различия ($p<0,05$) по некоторым шкалам методики, направленной на оценку общего уровня коммуникативной толерантности, а также ее отдельных компонентов («Опросник коммуникативной толерантности»). Необходимо отметить, что

результаты данной методики имеют обратное значение – чем выше набранный балл испытуемого по какой-либо из шкал, тем ниже его уровень коммуникативной толерантности по данному компоненту.

Значения уровня общей коммуникативной толерантности в двух группах соответствуют среднему уровню исходя из ключей к методике.

Показатели средних значений, полученных во второй группе по шкале «Категоричность или консерватизм в оценках других людей» значительно выше, чем у сотрудников из первой группы ($M=10,00; \sigma=2,64$ и $M=6,00; \sigma=3,03$) соответственно, что говорит о склонности сотрудников полиции с большим стажем при оценке собеседника опираться на уже устоявшиеся убеждения, приобретенные ими в процессе выполнения своих служебных обязанностей и которые могут еще не сформироваться у сотрудников с меньшим стажем.

Средние значения по критерию «Неумение скрывать или сглаживать свои чувства», напротив, выше в первой группе ($M=7,55; \sigma=2,58$), что говорит о недостаточном контроле своих эмоциональных реакций у сотрудников с меньшим стажем службы, в отличии от их более опытных коллег ($M=5,23; \sigma=1,59$).

Показатели средних по шкалам «Стремление подогнать других участников коммуникации под себя» (первая группа: $M=5,64; \sigma=2,73$; вторая группа: $M=8,46; \sigma=3,25$) и «Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению (первая группа: $M=4,54; \sigma=4,08$; вторая группа: $M=6,54; \sigma=3,50$) выше во второй группе, где сотрудники, в силу уже накопленного профессионального опыта и заслуженного авторитета испытывают потребность в поучении окружающих, а также стремление к оказанию влияния на собеседников своих целях. При этом сотрудники, обладающие меньшим опытом и только начинающие свой профессиональный путь, такой возможности, как правило, лишены. По остальным шкалам методики статистически значимых различий между группами выявлено не было.

По анализе результатов исследования психологических защит при коммуникации у сотрудников полиции («Методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении») были выявлены следующие достоверные различия по U-критерию ($p<0,05$).

Анализ средних значений по шкале «Миролюбие» выявил различия между группами (первая группа: $M=8,72; \sigma=2,32$; вторая группа: $M=11,23; \sigma=2,86$), свидетельствующие о том, что с приобретением профессионального опыта сотрудники полиции чаще отдают предпочтение таким стратегиям в общении, которые будут направлены на недопущение или мирное урегулирование конфликтных ситуаций. Одновременно с этим, значимые различия по шкале «Агрессия» (первая группа: $M=8,36; \sigma=2,41$; вторая группа: $M=5,38; \sigma=2,69$), говорят о том, что возможный недостаток опыта в общении с различными категориями населения может способствовать более частному проявлению агрессивного поведения при коммуникации.

По результатам обследования по методике «Диагностика коммуникативного контроля» достоверных различий между группами

выявлено не было: у всех сотрудников полиции коммуникативный контроль находится на среднем уровне вне зависимости от их стажа службы.

В рамках изучения и анализа основных компонентов эмоционального интеллекта (Методика Н. Холла) выделились статистически значимые различия по двум шкалам (по U-критерию Манна-Уитни, $p<0,05$). Различия по шкале «Управление своими эмоциями» (первая группа: $M=4,45$; $\sigma=5,46,41$; вторая группа: $M=9,38$; $\sigma=4,35$) демонстрирует более высокий уровень саморегуляции и контроля эмоциональных реакций у сотрудников с большим опытом работы. Обнаруженные различия по шкале «Эмпатия» (первая группа: $M=6,09$; $\sigma=5,30$; вторая группа: $M=10,38$; $\sigma=3,51$) указывает на более развитую способность сотрудников из второй группы к пониманию эмоционального состояния собеседника, что может быть связано с их профессиональным опытом. Таким образом, уже на данном этапе исследования можно заметить весомые отличия в уровне коммуникативных навыков между группами. Сотрудники из второй группы продемонстрировали более высокий уровень коммуникативной компетентности, а также превосходили сотрудников из первой группы по результатам оценки некоторых компонентов эмоционального интеллекта.

На следующем этапе исследования в каждой группе был проведен корреляционный анализ для определения особенностей взаимосвязи компонентов эмоционального интеллекта и коммуникативной компетентности у сотрудников полиции с разным стажем службы. Необходимо отметить, что показатели по опроснику коммуникативной толерантности В.В. Бойко обратные, что в свою очередь означает, что положительные результаты демонстрируют обратные связи, а отрицательные – прямые.

Установлены статистически значимые корреляции в системе показателей «коммуникативные характеристики – эмоциональный интеллект» (табл. 1 и 2).

Таблица 1 – Значимые коэффициенты корреляции в группе сотрудников полиции со стажем службы менее 5 лет

Диагностика коммуникативного контроля	R_s	Методика измерения уровня эмоционального интеллекта
Уровень коммуникативного контроля	,604*	Самомотивация
Уровень коммуникативного контроля	,696*	Эмпатия
Опросник коммуникативной толерантности	R_s	Методика измерения уровня эмоционального интеллекта
Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства	,604*	Самомотивация
Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению	,645*	Управление эмоциями других людей

Примечание: «*» – корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

У сотрудников полиции с меньшим стажем службы были выявлены следующие прямые значимые связи между компонентами коммуникативной компетентности и эмоционального интеллекта: «Уровнем коммуникативного контроля» и «Самомотивацией», «Эмпатией»; «Неумением скрывать или сглаживать неприятные чувства» и «Самомотивацией»; «Стремлением

переделать, перевоспитать партнера по общению» и «Управлением эмоциями других людей».

Таблица 2 – Значимые коэффициенты корреляции в группе сотрудников полиции со стажем службы более 10 лет

Опросник коммуникативной толерантности	R_s	Методика измерения уровня эмоционального интеллекта
Общая степень толерантности	-,578*	Эмоциональная осведомленность
Неприятие или непонимание индивидуальности человека	-,622*	Эмоциональная осведомленность
Неумение прощать другому ошибки	-,560*	Эмоциональная осведомленность

Примечание: «*» – корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

У сотрудников полиции с большим стажем службы были выявлены следующие обратные значимые связи между компонентами коммуникативной компетентности и эмоционального интеллекта: «Эмоциональной осведомленностью» и «Общей степенью толерантности» (коммуникативной), «Неприятием или непониманием индивидуальности человека», «Неумением прощать другому ошибки».

Проведенное исследование позволило установить, что на развитие коммуникативной компетентности сотрудников полиции будет существенно влиять их стаж службы в правоохранительных органах.

Так, сотрудники, чей стаж службы превышал 10 лет (вторая группа), демонстрировали склонность опираться на свои, уже сформировавшиеся под влиянием профессионального опыта, убеждения при выборе стратегии общения. Наиболее яркие отличия данной группы заключаются в их стремлении к подавлению партнера по общению и стремлению переделать его под себя. В тоже время, при возникновении угроз конфликта, опытные сотрудники скорее выберут стратегии мирного урегулирования, контролируя свои эмоциональные реакции и легко улавливая реакции собеседников.

В тоже время, недостаток профессионального опыта у молодых сотрудников может повлиять на их коммуникативную компетентность: попадая в нестандартные ситуации, сотрудники могут испытывать неконтролируемые всплески эмоций, которые они пока еще не в силах контролировать.

Корреляционное исследование позволило эмпирически подтвердить наличие взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и коммуникативной компетентностью у сотрудников полиции. Полученные данные подтверждаются результатами многочисленных исследований специалистов в области юридической психологии – М.И. Марьина, А.В. Кокуриной, В.Е. Петрова [5; 7 и др.].

Таким образом, у менее опытных сотрудников с развитием навыков эмпатии будет повышаться умение контролировать свои эмоциональные реакции в процессе коммуникации. С повышением способности эффективного контроля эмоций собеседника у сотрудника будет наблюдаться повышение стремления подавлять собеседника и пытаться его переделать. При сравнении с результатами первого этапа данного исследования, можно увидеть, что

повышение данных компонентов будет также связано с повышением профессионального опыта общения сотрудников.

Для сотрудников с более высоким стажем службы в полиции с повышением их эмоциональной осведомленности (понимание эмоций и чувств других людей), что будет происходить в связи с накоплением ими профессионального опыта, будет наблюдаться повышение их способности эффективно взаимодействовать с различными категориями населения, не проявляя предвзятости даже в ситуациях стресса или конфликта.

Таким образом, проведенное исследование позволило доказать предположение о том, что существует взаимосвязь между уровнем развития эмоционального интеллекта и коммуникативной компетентностью. Полученные результаты могут быть использованы при разработке тренинговых программ, направленных на повышение коммуникативной компетентности сотрудников правоохранительных органов.

Список литературы:

1. Белашина Т.В. Особенности эмоционального интеллекта и коммуникативной компетенции личности // Развитие человека в современном мире. 2021. № 4. С. 85-97.
 2. Буковцова Т.Н. Коммуникативная компетентность сотрудников органов внутренних дел: характеристика и пути повышения // Миссия конфессии. 2023. Т. 12. № 72. С. 79-85.
 3. Гончарова Н.А., Жидкова О.А. Эмоциональный интеллект и эмпатия в саморегуляции деятельности сотрудников органов внутренних дел // Психология и право. 2024. Т. 14. № 1. С. 107-120. DOI: 10.17759/psylaw.2024140107.
 4. Коджаспиров А.Ю., Полякова Л.В. Формирование готовности воспитанников к овладению воинскими профессиями в образовательной среде кадетского корпуса // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Т. 1. № 3. С. 36-50. DOI: 10.17759/epps.2024010303.
 5. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
 6. Морозова М.И., Купчик К.В., Яшнева М.Ю. Эмоционально-личностные особенности стрессоустойчивости сотрудников органов внутренних дел // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 3. С. 48-65. DOI: 10.17759/epps.2025020303.
 7. Петров В.Е., Кокурин А.В. Особенности применения Пятифакторного личностного опросника в деятельности психологов органов внутренних дел // Психология и право. 2016. Т. 6. № 3. С. 40-47.
 8. Шнайдер М.И. Основные направления исследования эмоционального интеллекта // Гуманизация образования. 2016. № 4. С. 58-64.
 9. Якимова З.В. Эмоциональный интеллект в деятельности сотрудников органов внутренних дел // АНИ: педагогика и психология. 2020. № 4 (33). С. 412-418. DOI: 10.26140/anip-2020-0904-0091.
- References:**
1. Belashina T.V. Features of emotional intelligence and communicative competence of a personality // Human development in the modern world. 2021. № 4. P. 85-97.
 2. Bukovtsova T.N. Communicative competence of employees of internal affairs bodies: characteristics and ways of improvement // The mission of the denomination. 2023. Vol. 12. № 72. P. 79-85.

-
3. Goncharova N.A., Zhidkova O.A. Emotional intelligence and empathy in the self-regulation of the activities of law enforcement officers // Psychology and Law. 2024. Vol. 14. № 1. P. 107-120. DOI: 10.17759/psylaw.2024140107.
4. Kojaspirov A.Yu., Polyakova L.V. Formation of pupils' readiness to master military professions in the educational environment of the cadet corps // Extreme psychology and personal security. 2024. Vol. 1. № 3. P. 36-50. DOI: 10.17759/epps.2024010303.
5. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
6. Morozova M.I., Kupchik K.V., Yashneva M.Yu. Emotional and personal characteristics of stress resistance of law enforcement officers // Extreme psychology and personal security. 2025. Vol. 2. № 3. P. 48-65. DOI: 10.17759/epps.2025020303.
7. Petrov V.E., Kokurin A.V. Features of the use of the Five-factor personality questionnaire in the activities of psychologists of law enforcement agencies // Psychology and Law. 2016. Vol. 6. № 3. P. 40-47.
8. Schneider M.I. The main directions of emotional intelligence research // Humanization of education. 2016. № 4. P. 58-64.
9. Yakimova Z.V. Emotional intelligence in the activities of law enforcement officers // ANI: pedagogy and psychology. 2020. № 4 (33). P. 412-418. DOI: 10.26140/anip-2020-0904-0091.

Жигайлова Анастасия Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: vilisova.anastasia02@mail.ru

Jhigailova Anastasiia Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ В КОНТЕКСТЕ ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

THE SELF-REALIZATION OF INTERNAL AFFAIRS AGENCY PERSONNEL IN THE CONTEXT OF THE PROBLEMS OF PROFESSIONAL BURNOUT

Аннотация. В статье представлены эмпирические результаты исследования особенностей взаимосвязи самореализации и профессионального выгорания у сотрудников органов внутренних дел. Выявлено, что уровень самореализации сопряжен в большей степени с психическим выгоранием, а личностная и профессиональная самореализация выступают факторами защиты от развития симптомов эмоционального истощения, деперсонализации и редукции профессиональных достижений.

Abstract. The article presents the empirical results of a study into the interrelation between self-realisation and professional burnout among employees of internal affairs bodies. It has been revealed that the level of self-realisation is more closely associated with mental burnout, while personal and professional self-realisation act as protective factors against the development of symptoms of emotional exhaustion, depersonalisation, and reduction of professional achievements.

Ключевые слова: самореализация, профессиональное выгорание, сотрудники органов внутренних дел, эмоциональное истощение, деперсонализация.

Keywords: self-realization, occupational burnout, law enforcement officers, emotional exhaustion, professional deformation, depersonalization.

Актуальность работы определяется возрастающими требованиями к сотрудникам органов внутренних дел, которые в условиях экстремальных нагрузок сталкиваются с необходимостью не только эффективно выполнять служебные задачи, но и реализовывать личностный потенциал [3; 4]. Профессиональное выгорание, вызванное хроническим стрессом и высокими моральными и физическими нагрузками, становится ключевым риском, угрожающим как качеству служебной деятельности, так и психологическому здоровью сотрудников ОВД. При этом самореализация, как личностный феномен и элемент профессиональной идентичности, может не только смягчать последствия стресса, но и усугублять их, при отсутствии должных ресурсов для развития [5; 7]. Исследование взаимосвязи самореализации и профессионального выгорания позволяет определить возможности профилактики, направленные на формирование баланса между профессиональными требованиями, личностным ростом и сохранением психологической устойчивости сотрудников ОВД. Это особенно важно в контексте растущих социальных ожиданий и необходимости поддержания высокой эффективности правоохранительной системы.

Профессиональное выгорание сотрудников органов внутренних дел представляет собой комплексный феномен, детерминированный как

экстремальными условиями службы, так и индивидуальными факторами, среди которых важную роль играют особенности самореализации личности профessionала. Согласно модели Кристины Маслач и Майкла Лейтера, выгорание включает три компонента: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений [9, С. 45]. В контексте правоохранительной деятельности эти компоненты усугубляются хроническим стрессом, высокой ответственностью и необходимостью постоянного принятия решений в условиях неопределенности [6, С. 89].

Самореализация в служебной деятельности, определяемая как процесс раскрытия личностного потенциала через профессиональные достижения и удовлетворенность трудом, выступает противоречивым фактором. С одной стороны, она способствует повышению мотивации и устойчивости к стрессу [8, С. 48], с другой, при отсутствии ресурсов для ее достижения, становится триггером выгорания. Исследования А.А. Бурцева, А.А. Ефимкина, С.И. Кудинова подтверждают, что сотрудники ОВД, воспринимающие свою работу как возможность самореализации, демонстрируют более низкие показатели эмоционального истощения, однако в экстремальных условиях (например, при длительных командировках или участии в антитеррористических операциях) эта связь ослабевает [1].

Ключевой проблемой является дисбаланс между стремлением к самореализации и объективными ограничениями служебной среды. Невозможность реализации карьерных амбиций или творческих инициатив ведет к накоплению фruстрации, что усиливает деперсонализацию и цинизм — маркеры профессиональной деформации. Этот процесс особенно выражен у сотрудников, сталкивающихся с рутинными задачами при высокой нагрузке, что характерно для патрульно-постовой службы и дежурных частей [2].

Важную роль выполняют копинг-стратегии. Сотрудники ОВД с развитыми навыками эмоциональной саморегуляции успешно преодолевают профессиональные кризисы, сохраняя мотивацию даже в экстремальных условиях [2, С. 78]. Однако, как показывают данные Б.С. Сильва и др., в условиях хронического стресса адаптивные копинг-механизмы (например, поиск социальной поддержки) часто замещаются деструктивными формами поведения, такими как избегание или эмоциональное подавление, что ускоряет развитие выгорания [10, С. 29].

Профилактика профессионального выгорания в ОВД требует системного подхода. Существует необходимость в акценте на программы психологического сопровождения, направленных на укрепление ресурсов самореализации, в формате тренингов целеполагания, менторства, создания условий для профессионального роста. Д.И. Музafferova дополняет это рекомендациями по оптимизации рабочих графиков и внедрению практик восстановления (например, *mindfulness*-тренинги), что особенно актуально для подразделений, работающих в зонах вооруженных конфликтов [6, С. 6].

Гипотезой эмпирического исследования выступило, основанное на анализе теоретических источников, предположение о том, что высокий уровень профессиональной самореализации у сотрудников ОВД, выполняющих задачи в

экстремальных условиях, может являться детерминантом профессионального выгорания, особенно в отношении снижения симптомов эмоционального истощения и психического выгорания.

Методы исследования: анкета на осведомленность сотрудников о понятии самореализации; многомерный опросник самореализации личности (С.И. Кудинова); опросник выгорания (К. Маслак и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой). Статистический анализ реализован с помощью корреляционного критерия Спирмена и сравнительного критерия Манна-Уитни.

Процедуры исследования. Данные собирались с помощью опросных листов, содержащих инструкции к тестам, тексты опросников и бланки для записи ответов, а также (в некоторых случаях), была выслана Google Форма с инструкциями к тестам, текстами опросников.

Выборка. В исследовании приняли участие сотрудники патрульно-постовой службы органов внутренних дел г. Краснодара ($N=40$), в возрасте от 23 до 44 лет ($M=31,7$), среди которых 90% респондентов мужского пола ($N=36$; $M=31,3$) и 10% женского пола ($N=4$; $M=34,8$).

Результаты анкетирования показали, что побудительной силой самореализации испытуемых выступают узко личностные мотивы, обеспечивающие продвижение по службе, авторитет, развитие в себе отдельных способностей. У испытуемых сформировано понимание целей и средств достижения в своей жизни, отсутствуют социальные и личностные барьеры, являющиеся препятствием саморазвития; они способны к быстрому и качественному освоению специфических действий, приемов, способов самовыражения и освоения новых специализаций.

Согласно результатам, полученным по опроснику самореализации личности С.И. Кудинова, по выборке в целом, наблюдается средний уровень самореализации, с тенденцией к низкой границе нормативного показателя. Отдельные компоненты-шкалы имеют показатели ниже среднего значения (табл. 1)

Таблица 1 – Показатели уровня самореализации личности по всей выборке (методика С.И. Кудинова)

Виды самореализации	Среднее значение	Стандартное отклонение	Нормативное значение
Личностная самореализация	15,87	14,559	21-59
Социальная самореализация	13,38	12,789	
Профессиональная самореализация	14,21	15,035	
Уровень самореализации	43,46	38,602	

Анализ результатов исследования по вопросу выраженности видов самореализации показал, что у сотрудников органов внутренних дел показатели по шкалам «личностная» и «профессиональная самореализация» выше, чем по шкале «социальная самореализация».

Результаты исследования профессионального выгорания у сотрудников органов внутренних дел оценивались на основе показателей трех основных

шкал методики: «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция профессиональных достижений» (табл. 2).

Таблица 2 – Показатели выгорания по всей выборке
(опросник выгорания К. Маслач и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой)

Шкалы	Среднее значение	Стандартное отклонение	Нормативное значение
Психоэмоциональное истощение	24,05	14,234	21-30
Деперсонализация	21,48	13,762	12-17
Редукция личных достижений	21,63	14,461	19-28
Индекс психического выгорания	67,15	37,140	50-75

У сотрудников патрульно-постовой службы выявлен средний уровень психического выгорания в целом. Однако, рассматривая показатели отдельных компонентов, можно заметить, что «Деперсонализация» у выборки имеет высокие значения. Сотрудники, в целом, эмоционально не безразличны и не отстранены от служебной, личностной и социальной деятельности, ответственно подходят к выполнению своих обязанностей. Однако, высокий уровень деперсонализации говорит об умеренно выраженной тенденции к отстраненному отношению к некоторым подчиненными и коллегами, без особой теплоты и расположженности к ним: периодически может отмечаться несколько безразличное отношение к тому, что происходит с коллегами или сотрудниками по работе.

С помощью критерия Ч. Спирмена рассчитан коэффициент корреляции вышеперечисленных показателей, отражающий степень их взаимосвязи (табл. 3).

Таблица 3 – Показатели корреляционной взаимосвязи самореализации и выгорания у сотрудников органов внутренних дел

Показатель		Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция профессиональных достижений	Психологическое выгорание
Личностная самореализация	Коэффициент корреляции	-,394	-,330	-,229	-,382
	Уровень значимости	,012	,037	,156	,015
Социальная самореализация	Коэффициент корреляции	-,396	-,318	-,258	-,392
	Уровень значимости	,011	,045	,108	,012
Профессиональная самореализация	Коэффициент корреляции	-,448	-,432	-,372	-,486
	Уровень значимости	,004	,005	,018	,001
Уровень самореализации	Коэффициент корреляции	-,452	-,385	-,319	-,455
	Уровень значимости	,003	,014	,045	,003

Анализ показывает, что умеренная отрицательная связь прослеживается между всеми переменными кроме двух: есть слабая отрицательная связь (-0,229) между переменными «личностная самореализация» и «редукция профессиональных достижений» ($p = 0,156$); и выявлена слабая отрицательная связь (-0,258) между «эмоциональной самореализацией» и «редукцией профессиональных достижений» ($p = 0,108$).

Выявлены статистически значимы отрицательные корреляции между показателями социальной и профессиональной самореализации и редукцией профессиональных достижений. Это означает что чем ниже у сотрудников уровень профессиональной и социальной самореализации, тем выше уровень редукции профессиональных достижений и наоборот. Прослеживается умеренная отрицательная связь между показателями личностной самореализации и редукцией профессиональных достижений.

Таким образом, профессиональная самореализация и общий уровень самореализации, наиболее тесно связаны с эмоциональным и психическим выгоранием профессионалов, особенно, в части симптомом редукции достижений. Профессиональная самореализация, по нашим данным, выступает фактором защиты от развития симптомов выгорания. Личностная и социальная самореализация помогают минимизировать эмоциональное истощение и, также, «работают защитниками» от деперсонализации и психического выгорания.

Проведён сравнительный анализ уровня профессионального выгорания у групп с высокими и пониженными показателями самореализации (критерий Манна-Уитни). Общую выборку респондентов мы поделили на две группы по уровню самореализации: в первую группу вошли сотрудники, имеющие высокие и средние результаты по показателю саморазвития (методика С.И. Кудинова); во вторую группу – те, у кого низкие значения самореализации. Выделенные группы сравнили по показателям выгорания с помощью критерия Манна-Уитни (табл. 4).

Таблица 4. – Статистическое сравнение групп с высоким и сниженным уровнем самореализации по показателям (симптомам) выгорания

Симптомы выгорания	Среднее значение и стандартное отклонение		U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
	1 группа	2 группа		
Эмоциональное истощение	$44,59 \pm 31,158$	$8,00 \pm 3,961$	45,5	0,01
Деперсонализация	$2,26 \pm 1,174$	$1,54 \pm 0,843$	105,5	-
Редукция профессиональных достижений	$12,30 \pm 15,444$	$2,46 \pm 1,216$	141,5	-
Психическое выгорание	$59,15 \pm 37,032$	$12,00 \pm 4,788$	34	0,01

Значимые различия получены по параметрам эмоционального истощения и психического выгорания. Эти показатели ниже у тех сотрудников, кто имеет более высокий уровень самореализации.

Таким образом, достоверность различий между группами с высокой и сниженной самореализацией, с одной стороны, подтверждают полученные корреляционные взаимосвязи, с другой стороны, позволяет конкретизировать, что самореализация личности, как детерминант выгорания, наиболее существенно защищает профессионалов от эмоционального истощения и психического выгорания.

Выводы:

1. Сотрудники ОВД, активно реализующие себя в профессиональной, социальной или личностных сферах, реже испытывают эмоциональное истощение, деперсонализацию и меньше сталкиваются с редукцией профессиональных достижений.

2. Чем ниже уровень самореализации, тем выше риски психического выгорания, включая негативную самооценку, снижение мотивации и избегание рабочих обязанностей.

3. Существует взаимосвязь между показателями уровня самореализации и профессионального выгорания: высокий уровень самореализации в профессиональной деятельности способствует более низким показателям выгорания у сотрудников внутренних дел, выполняющих задачи в экстремальных условиях, что особенно заметно, в отношении симптомов эмоционального истощения и психического выгорания.

Список литературы:

1. Бурцев А.А., Ефемкина А.А., Кудинов С.И. Профессиональное выгорание и мотивация сотрудников ОВД в условиях экстремальной деятельности // Психология и право. 2021. № 1. С. 90-105.
2. Канунников Р.И. Специфика личностной самореализации сотрудников полиции в профессиональной деятельности // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2021. № 3. С. 75-83.
3. Кокурин А.В., Петров В.Е. Психолого-криминологическая характеристика личности сотрудников органов внутренних дел, осужденных за совершение преступлений коррупционной направленности // Вестник университета имени О.Е. Кутафина (МГЮА). 2017. № 7 (35). С. 111-123. DOI: 10.17803/2311-5998.2017.35.7.111-123.
4. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
5. Медведев А.В., Лашина Л.С. Стресс как фактор профессиональной деформации сотрудников ОВД // Сборник научных трудов. Курск: КГУ. 2022. С. 271-274.
6. Музafferova Д.И. Особенности профилактики профессиональной деформации и выгорания у сотрудников ОВД // Вектор экономики. 2025. № 5. С.87-94.
7. Розенова М.И., Огнев А.С., Екимова В.И., Кокурин А.В. Современные антистресс-технологии в профессиях экстремального и помогающего типа // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12. № 3. С. 19-30.
8. Черенева Е.А., Николаева И.В. Влияние самореализации на профессиональное выгорание сотрудников МВД // Вестник Московского университета МВД России. 2021. № 3. С. 45-52.

9. Maslach C., Leiter M.P. Burnout: The cost of caring (3rd ed.). Cambridge: MIT Press. 2022. 320 p.

10. Silva B.C., Moura I.P., Carnerio A.M. Knowledge and prevalence of burnout syndrome in military police // IOSR journal of humanities and social science. 2024. Vol. 29. P. 24-36.

References:

1. Burtsev A.A., Efemkina A.A. Kudinov S.I. Professional burnout and motivation of police officers in conditions of extreme activity // Psychology and Law. 2021. № 1. P. 90-105.

2. Kanunnikov R.I. Specifics of personal self-realization of police officers in professional activity // The World of Pedagogy and Psychology: an international scientific and practical journal. 2021. № 3. P. 75-83.

3. Kokurin A.V., Petrov V.E. Psychological and criminological characteristics of the personality of law enforcement officers convicted of corruption crimes // Bulletin of the O.E. Kutafin University (MGUA). 2017. № 7 (35). P. 111-123. DOI: 10.17803/2311-5998.2017.35.7.111-123.

4. Marjin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: methodical manual. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.

5. Medvedev A.V., Lashina L.S. Stress as a factor of professional deformation of police officers // Collection of scientific papers. Kursk: KSU. 2022. P. 271-274.

6. Muzaffarova D.I. Features of prevention of occupational deformation and burnout among employees of the Department of Internal Affairs // Vector of Economics. 2025. № 5. P. 87-94.

7. Rozenova M.I., Ognev A.S., Ekimova V.I., Kokurin A.V. Modern antistress technologies in professions of extreme and helping type // Modern foreign psychology. 2023. Vol. 12. № 3. P. 19-30.

8. Chereneva E.A., Nikolaeva I.V. The influence of self-realization on professional burnout of employees of the Ministry of Internal Affairs // Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2021. № 3. P. 45-52.

9. Maslach C., Leiter M.P. Burnout: The cost of caring (3rd ed.). Cambridge: MIT Press. 2022. 320 p.

10. Silva B.C., Moura I.P., Carnerio A.M. Knowledge and prevalence of burnout syndrome in military police // IOSR journal of humanities and social science. 2024. Vol. 29. P. 24-36.

Колпашникова Алла Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: koalla247@yandex.ru

Kolpashnikova Alla Aleksandrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of Extreme Psychology

Поздняков Вячеслав Михайлович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», доктор психологических наук, профессор, e-mail: pozdnyakov53@mail.ru

Pozdnyakov Vyacheslav Mikhaylovich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), professor of the
department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of Extreme Psychology, doctor
of psychological sciences, professor

ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ КАДЕТ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL SECURITY OF THE PERSONALITY OF SENIOR SCHOOL AGE CADETS

Аннотация. В публикации представлены: анализ подходов к изучению информационно-психологической безопасности личности и результаты её эмпирического исследования у подростков, обучающихся в кадетском классе и обычном классе общеобразовательной школы. В исследовании участвовали 39 человек 9 классов, в том числе 20 человек из кадетского класса и 19 человек общеобразовательного класса. Проводилось анкетирование и применялся комплекс психодиагностических методик: «14-факторный личностный опросник Р. Кеттелла» (14-PF; R. Kettell); «Оценка удовлетворенности потребности в безопасности» (О.Ю. Зотова); «Тест на Интернет-зависимость» (IAT, K. Янг); опросник «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева); «Шкала субъективного благополучия» (А. Перуэ-Баду и др.); «Оценка мотивации к достижению цели» (Т. Элерс); «Ценностный опросник Ш. Шварца». Проведено сравнение данных по учащимся кадетского и общеобразовательного классов в ракурсе основных компонентов личности, а также внешних детерминант формирования информационно-психологической безопасности. Выявлена большая информационно-психологическая безопасность личности у кадет, обусловленная развитостью эмоциональной устойчивости, формируемой благодаря особой военно-профессиональной и воспитательной среде кадетского класса. Разработаны рекомендации по совершенствованию психологического сопровождения подростков в кадетских классах.

Abstract. The publication presents an analysis of approaches to the study of information and psychological security of personality and the results of an empirical study of it among adolescents studying in the cadet class and the regular class of secondary schools. The study involved 39 students from 9 th grade classes, including 20 students from a cadet class and 19 students from a general class. A questionnaire was conducted and a set of psychodiagnostic techniques was used: «R. Kettell's 14-factor personality questionnaire» (14-PF; R. Kettell); «Assessment of satisfaction with the need for security» (O.Y. Zotova); «Internet addiction test» (IAT, K. Yang); questionnaire «Psychological safety of the educational environment of the school» (I.A. Baeva); «Scale of subjective well-being» (A. Perue-Badu et al.); «Assessment of motivation to achieve goals» (T. Ehlers); «Value questionnaire of Sh. Schwartz». The data on cadet and general education students are compared in terms of the main components of personality, as well as external

determinants of information and psychological security formation. The article reveals the greatest information and psychological security of the personality of cadets, due to the development of emotional stability, formed due to the special military-professional and educational environment of the cadet class. Recommendations have been developed to improve the psychological support of adolescents in cadet classes.

Ключевые слова: информационно-психологическая безопасность, личность подростка, кадеты, психологическое сопровождение.

Keywords: information and psychological security, adolescent personality, cadets, psychological support.

В связи с обостренной политической обстановкой в мире, усилением информационной войны актуальным становится вопрос сохранения субъективного благополучия и информационно-психологической безопасности личности у подрастающего поколения. В особой мере это касается мониторинга защищенности личности и действенности мер государства по такой категории подростков, как учащиеся кадетских классов. Ведь в системе общего образования нашей страны обучение в кадетских корпусах, школах или классах ежегодно увеличивается [1]. Усиливающаяся поддержка со стороны государства связана с тем, что военно-профессиональная направленность, реализуемая при обучении и воспитании кадет, обладает большим потенциалом, который необходим для подготовки будущих военнослужащих [2].

Указом Президента Российской Федерации 2025 год был назван «Годом защитника Отечества». Это говорит о важности обоснования мер психологического сопровождения выбора и развития личности людей, ориентированных на деятельность военно-профессиональной направленности.

Анализ публикаций свидетельствует, что для формирования информационно-психологической устойчивости личности к деструктивным воздействиям извне важны развитие у человека нравственной устойчивости, критического мышления, рефлексивности, снижение внушаемости и тревожности, повышение оптимистичности и личностной ответственности [5; 6; 9 и др.]. Современными учёными акцентировано внимание на важности повышения информационно-психологической компетентности обучающихся и возможности достижения этого с помощью специальных программ: индивидуального и группового психологического сопровождения, показывающих значительную эффективность [3]; использования различных интерактивных методов в тренинге, способствующих развитию критического мышления и аналитических способностей в отношении конкретных форм деструктивных информационных воздействий [8]; использование медиаобразования в качестве формы воспитания, обучения и развития невосприимчивости к негативным информационным воздействиям [7].

Проведённый анализ литературы позволяет также констатировать, что в кадетских классах способность противостоять негативным информационным воздействиям формируется под воздействием особой воспитательной и военно-профессиональной среды. Важными качествами кадет для противодействия деструктивным информационным влияниям считаются критическое мышление,

высокий уровень личностной и групповой ответственности, способность к саморегуляции, опора на морально-нравственные качества, патриотическая и профессиональная мотивация.

Целью нашего исследования было выявление влияния особенностей личности подростков-кадет и условий образовательной среды на повышение у них информационно-психологической безопасности.

В эмпирическом исследовании участвовало две группы испытуемых: учащиеся кадетского класса и учащиеся общеобразовательного класса (контроль). Исследование проводилось с помощью платформы Google Forms.

В исследование участвовало 39 человек, обучающихся в 9 классах. Выборку составили 20 человек из кадетского класса (10 человек мужского пола, 10 человек женского пола) и 19 человек из общеобразовательного класса (9 человек мужского пола, 10 человек женского пола). Проведено анкетирование. Использовались следующие методики: «14-факторный личностный опросник Р. Кеттелла» (14-PF; Р. Кеттелл); «Оценка удовлетворенности потребности в безопасности» (О.Ю. Зотова); «Тест на интернет-зависимость» (IAT, К. Янг); опросник «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева); «Шкала субъективного благополучия» (А. Перуз-Баду и др.); «Оценка мотивации к достижению цели» (Т. Элерс); «Ценностный опросник Ш. Шварца». Использованы методы математической статистики: U-критерий Манна-Уитни и 95% доверительный интервал (ДИ) Вальда.

По методике «Оценка мотивации к достижению цели» (Т. Элерс) были выявлены значимые различия ($U=70,5$, $p=0,002$) между кадетами (среднее значение – $18,63\pm3,6$) и учащимися общеобразовательных классов ($15\pm3,1$). В группе кадетского класса обнаружена умеренно высокая мотивация к успеху, а в общеобразовательном классе – средний уровень мотивации. Такое распределение можно охарактеризовать наличием у кадет мотивации к достижению целевого успеха, а также можно констатировать (с учетом результатов анкетирования) наличие более высокого уровня просоциальной ориентированности у респондентов из кадетского класса.

Согласно результатам по методике «Ценностный опросник Ш. Шварца», выявлены различия между сравниваемыми группами по такой ценности, как «Власть». Превалирование данной ценности у кадет, причем в первой части методики («Обзор ценностей»), позволяет говорить об её уровне в системе идеалов. Это свидетельствует о стремлении кадет к повышению социального статуса, к престижу, а также о их целеустремленности к достижению поставленных своих целей. Отметим, что данная личностная характеристика может косвенно выступать и индикатором «защиты» от негативным информационных воздействий, так как часто предусмотрительность, осторожность, готовность к неудачам и получению нового опыта – это качества целеустремленных людей.

Оценка результатов по личностному опроснику 14-PF Р. Кеттелла показала, что между кадетами и школьниками общеобразовательного класса существуют различия по двум факторам: Е ($p =0,001$) и I ($p =0,047$). На уровне тенденций у кадет также превалирует фактор G.

Фактор Е (пассивность-доминантность) в большей степени выражен у кадет: преобладают высокие оценки доминантности, которые говорят о готовности к руководству собой и другими, выступать способным брать на себя ответственность за других людей в сложных ситуациях. Можем предположить, что развитие данного качества у обучающихся связано с особой образовательно-воспитательной системой, предусмотренной в кадетских классах.

Фактор I (реализм-сензитивность) выражен больше в аспекте сензитивности у школьников общеобразовательного класса, по сравнению с кадетами. Высокие оценки могут служить показателем высокой эмоциональной чувствительности. Кадеты, получившие большее число низких оценок по данному показателю, обладают выраженной эмоциональной устойчивостью к различным событиям.

В отношении фактора G (низкая нормативность поведения – высокая нормативность поведения), имеющего тенденцию превалирования у кадет, можно вести речь о наличии у них ориентации на принятие моральных норм и ответственности как чувство долга. Данная тенденция, на наш взгляд, выступает как следствие обучения и воспитания в специализированной среде кадетского класса.

Анализ результатов по остальным использованным методикам не выявил статистически значимых различий между сравниваемыми группами респондентов. Однако и по выявленным различиям можно резюмировать, что присущие доминирующие контрастные характеристики личности у кадет, значимо отличающиеся по сравнению с их сверстниками из общеобразовательного класса, свидетельствуют о выраженной социальной зрелости личности [4].

На основе результатов анкетирования и эмпирического исследования можно сделать вывод о необходимости улучшения психолого-педагогической работы в кадетских классах, в том числе по повышению информационно-психологической безопасности личности. Она в коллективе кадет должна включать: создание среды, обеспечивающей защиту от проявлений психологического насилия во взаимодействии с другими людьми, способствующей удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении; осуществление воспитательной работы, которая бы создала значимость ориентации кадет к военным профессиям, гарантировала бы им обеспечение психологической безопасности как участникам специфического образовательного процесса и устойчивое просоциальное развитие; создание условий, способствующих оптимальному функционированию кадет при взаимодействии с внешней средой (например, умение создавать психологически безопасные отношения и защищаться от различных угроз).

Разработанные нами рекомендации по повышению информационно-психологической безопасности востребованы в деятельности психологической службы образовательной организации, в том числе в процессе психологического сопровождения и кадетских классов (медиа-занятия, беседы с педагогами, кадетами, родителями и т.д.).

В ракурсе идущей гиперинформатизации современного общества и возрастания применения программ искусственного интеллекта считаем актуальным продолжить комплексные исследования по обеспечению информационно-психологической безопасности личности обучающихся в кадетских классах и в суворовских училищах.

Список литературы:

1. Андрущенко О.Н. Взаимосвязь индивидуально-психологических особенностей и жизнеспособности подростков, обучающихся в кадетском корпусе // Вестник Красноярского государственного педагогического ун-та им. В.П. Астафьева. 2017. № 2. С. 232-235.
2. Асриев А.Ю., Маврин С.А., Маврина И.А. Некоторые проблемы и тенденции развития кадетского образования в России // Армия и общество. 2015. № 1 (44). С. 67-70.
3. Баева И.А., Шахова Л.И. Формирование и поддержка состояния психологической безопасности учащихся кадетских классов // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2016. Т. 8. № 4. С. 91-101. DOI: 10.17759/psyedu.2016080410.
4. Кисляков П.А., Шмелева Е.А., Александрович О.А. Моральные основания и социальные нормы безопасного просоциального поведения молодежи // Образование и наука. 2020. Т. 22. № 10. С. 116-138. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-10-116-138.
5. Пенитенциарная психология: психологическая работа с осужденными, отбывающими наказание в виде лишения свободы: учебное пособие для вузов для вузов / В.М. Поздняков [и др.]; под общей ред. В.М. Позднякова. М.: Издательство Юрайт, 2020. 222 с.
6. Серебряник Е.Э. Информационно-личностная безопасность как составляющая информационной компетенции // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2011. № 8. С. 310-313.
7. Соколовская И.Э., Васякин Б.С., Щербакова О.И. Информационно-психологическая безопасность личности как психотехнология защиты от манипуляции сознанием молодёжи // Коммуникология. 2019. Т. 7. № 2. С. 154-164. DOI: 10.21453/2311-3065-2019-7-2-154-164.
8. Степаненков Д.В. Педагогический аспект обеспечения информационно-психологической безопасности личности // Обучение и воспитание: методики и практика. 2012. № 2. С. 214-215.
9. Швецов А.С., Кузнецова А.В., Донина О.И. Преемственность в формировании устойчивости личности к деструктивному воздействию в условиях ранней военной профессионализации // Проблемы современного общества в контексте социально-гуманитарных знаний: Сборник работ по результатам Международной научно-практической конференции. Ульяновск: Ульяновский государственный университет, 2022. С. 310-315.

References:

1. Andrushchenko O.N. The interrelation of individual psychological characteristics and the viability of adolescents studying in the cadet corps // Bulletin of the Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev. 2017. № 2. P. 232-235.
2. Asriev A.Yu., Mavrin S.A., Mavrina I.A. Some problems and trends in the development of cadet education in Russia // Army and society. 2015. № 1 (44). P. 67-70.
3. Baeva I.A., Shakhova L.I. Formation and support of the state of psychological safety of students of cadet classes // Psychological science and education psyedu.ru 2016. Vol. 8. № 4. P. 91-101. DOI: 10.17759/psyedu.2016080410.
4. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A., Alexandrovich O.A. Moral grounds and social norms of safe prosocial behavior of youth // Education and Science. 2020. Vol. 22. № 10. P. 116-138. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-10-116-138.
5. Penitentiary psychology: psychological work with convicts serving sentences of imprisonment: a textbook for universities for universities / V.M. Pozdnyakov [et al.]; under the general editorship of V.M. Pozdnyakov. Moscow: Yurayt Publishing House, 2020. 222 p.

6. Serebryanyk E.E. Information and personal security as a component of information competence // Problems and prospects of education development in Russia. 2011. № 8. P. 310-313.
7. Sokolovskaya I.E., Vasyakin B.S., Shcherbakova O.I. Information and psychological security of personality as a psychological technology of protection from manipulation of youth consciousness // Kommunikologiya. 2019. Vol. 7. № 2. P. 154-164. DOI: 10.21453/2311-3065-2019-7-2-154-164.
8. Stepanenkov D.V. The pedagogical aspect of ensuring information and psychological security of the individual // Education and upbringing: methods and practice. 2012. № 2. P. 214-215.
9. Shvetsov A.S., Kuznetsova A.V., Donina O.I. Continuity in the formation of personality resistance to destructive influence in conditions of early military professionalization // Problems of modern society in the context of socio-humanitarian knowledge: A collection of works based on the results of the International scientific and practical Conference. Ulyanovsk: Ulyanovsk State University, 2022. P. 310-315.

Кузьмина Татьяна Ивановна

Психолог (г. Москва, Россия), кандидат психологических наук, e-mail: ta-1@list.ru

Kuzmina Tatiana Ivanovna

Psychologist (Moscow, Russia), Candidate of Psychological Sciences

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВХОДНОГО КОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩИХ ПО ПРОГРАММАМ ДЛЯ ОПЕРАТОРОВ БЕСПИЛОТНЫХ ЛЕТАТЕЛЬНЫХ АППАРАТОВ

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE ENTRANCE CONTROL OF TRAINING PROGRAMS FOR OPERATORS OF UNMANNED AERIAL VEHICLES

Аннотация. Статья посвящена проблеме организации входного контроля для обучающихся курсов по управлению БПЛА, предложен динамический комплекс методик, который может быть использован как с диагностической, так и с обучающей и тренировочной целью. Диагностический комплекс состоит из десяти методик-упражнений, включающих в себя как общепринятые модифицированные, так и авторские методики.

Abstract. The article is devoted to the problem of organizing input control for students of UAV control courses, a dynamic complex of techniques is proposed, which can be used both for diagnostic and for educational and training purposes. The diagnostic complex consists of ten techniques-exercises, including both generally accepted modified and author's techniques.

Ключевые слова: беспилотный летательный аппарат, тесты, входной контроль, пропедевтические упражнения, оператор, диагностический комплекс

Keywords: unmanned aerial vehicle, tests, entrance control, propaedeutic exercises, operator, diagnostic complex

В связи с возникшей необходимостью массовой подготовки операторов БПЛА остро встает вопрос о сформированности психологических предпосылок к освоению данного вида деятельности у обучающихся курсов подготовки.

Основная проблема заключается в том, что не все, кто хочет, может профессионально овладеть навыками оператора дронов, и не все, кто может овладеть навыками операторов, имеют мотивацию обучаться и повышать квалификацию в этой области.

Входной и выходной контроль на курсах операторов ложится на плечи инструкторов. Инструкторы формулируют существующую психологопедагогическую проблему следующим образом: «Не все годны к овладению профессиональными навыками оператора БПЛА. Порядка 15-20 процентов группы не усваивает программу и не формирует устойчивый навык обращения с техникой и ее использования в тренировочном процессе, не говоря уже о боевой обстановке. При приеме на обучение важно потенциально понимать, кто будет испытывать выраженные трудности при формировании знаний, умений и навыков и уделять этому особое внимание с целью повышения эффективности образовательного процесса».

Отвечая на поставленный вопрос, предпосылки к овладению профессиональными навыками можно условно разделить на две группы: личностные и когнитивные. Личностные включают в себя мотивационный компонент, специфику личностной организации и формы поведения в

экстремальных ситуациях. Когнитивные включают в себя состояние высших психических функций и особенности организации деятельности.

Снижение уровня мотивации и сознательного отношения к обучению влияет на формирование системы профессиональных знаний, навыков, умений. Если познавательные процессы функционируют недостаточно хорошо: инертны и неустойчивы, возникают сложности переработки необходимой информации. В этом случае осуществление профессиональной деятельности становится затруднительным, а в некоторых случаях – невозможным.

Возможность диагностировать и прогнозировать потенциальные сложности в усвоении слушателями курсов новой ВУС и возможность нивелировать эти трудности с помощью специальных пропедевтических упражнений, становится реальной для инструкторов при условии, что они смогут использовать комплекс входной диагностики самостоятельно без участия дополнительных специалистов.

По результатам участия автора в государственных обучающих программах подготовки операторов БПЛА (выходные данные здесь и далее не упоминаем из соображений конфиденциальности и безопасности) разработан диагностический комплекс входной диагностики операторов FPV и разведывательных дронов. Результаты выполнения входной диагностики не являются причиной отказа в зачислении на обучение, а лишь свидетельствуют о психологических особенностях кандидатов.

Диагностический комплекс.

1. Методика «Просмотр видео». Исходное положение: кандидат стоит в VR очках, в руках пульт.

Инструкция: Вам будет показано видео, на фоне которого возможна демонстрация цифр. Смотрите внимательно. Цифры, которые увидите, необходимо запомнить и воспроизвести после окончания просмотра.

Действия: включается видео. Внимательно наблюдаем за тем, как человек стоит, если ли нарушения координации, интенсивные покачивания, подергивания отдельных групп мышц. Обращаем внимание на проявления попыток управления виртуальным дроном с помощью пульта в руках. По окончании просмотра забираем VR очки с пультом, просим назвать увиденные числа.

Важно: цифр в видео нет. Задание про цифры – это шкала лжи, проверка на искренность ответов. Если человек не проходит шкалу лжи, к ответам на вопросы анкеты стоит отнестись критически. Также интерпретировать указанное поведение можно как:

– испытуемый ориентируется на ранее имеющиеся установки, под которые «подгоняет реальность» (для оператора БПЛА это говорит о том, что, проводя разведку на местности и поиск целей, склонен более ориентироваться на ранее имеющуюся информацию, нежели на то, что «видит своими глазами»). В связи с чем в условиях быстрой смены обстановки такой подход может стать неадаптивным;

– испытуемый предлагаемые вводные воспринимает избыточно значимыми, в связи с чем у него могут возникать иллюзии восприятия и ему на

самом деле начинает казаться, что цифры в видео были, просто он был недостаточно внимателен и заметил их частично или не заметил вовсе (для работы оператора БПЛА это может в потенциале означать «додумывание» информации, полученной при разведке местности);

– испытуемый ориентирован на социальное одобрение, в связи с чем он умалчивает о том, что не увидел цифр в задании, где предполагалось их появление;

– испытуемый имеет высокую мотивацию к прохождению входного контроля (нужна дополнительная диагностика для исключения «гипермотивации» и попыток подменить мотивацию обучения на курсах другими видами мотивации (например, отдохнуть за время обучения, повидаться с семьей и так далее).

Оценка результатов. При выполнении данного задания в поле зрения инструктора попадает: 1) соблюдение равновесия и устойчивость кандидата, а также интенсивность потери этих качеств; 2) состояние испытуемого после упражнения (наличие головокружения, трепора в конечностях, трудностей сосредоточения, нарушения координации, вестибулярной дезориентации, необходимости сменить положение тела в пространстве, присесть, прилечь и т.д.).

Отдельно отмечаются: непроизвольные попытки управления виртуальным дроном с помощью пульта свидетельствуют о максимальной вовлеченности в процесс, достаточном координационно-моторном соотнесении, хорошей врабатываемости, что потенциально может повысить эффективность тренировочных полетов в дальнейшем. Важно переходить к заданию 2 как можно быстрее после окончания просмотра видео.

2. Методика «Моторные пробы». Исходное положение: кандидат стоит в естественном положении, затем выполняет движения по инструкции.

Инструкция:

1) Сделайте два оборота на 360 градусов вправо, затем два оборота на 360 градусов влево. Остановитесь.

2) Теперь вам необходимо 5 раз сменить предложенные положения рук. Смену необходимо осуществлять как можно быстрее. Смотрите на меня внимательно, слушайте инструкцию.

2.1. Покажите одновременно одной рукой кулак, другой рукой – открытую ладонь. Теперь другой рукой (демонстрация). Сделайте пять повторений, меняя положение рук.

2.2. Покажите одновременно одной рукой знак «виктория» указательным и средним пальцами, другой рукой – открытую ладонь (демонстрация). Сделайте пять повторений, меняя положение рук.

2.3. Покажите одновременно одной рукой знак «виктория», другой рукой – большой палец вверх (демонстрация). Сделайте пять повторений, меняя положение рук.

Действия инструктора: Показывает первое положение рук: раскрытая ладонь – кулак. По выполнении 5 раз второе: раскрытая ладонь – знак

«виктория» указательным и средним пальцами. По выполнении 5 раз третье: знак «виктория» указательным и средним пальцами – большой палец вверх.

Оценка результатов. Обращаем внимание на моторную координацию, на способность воспроизводить разноименными руками разные движения, на точность и полноту жестов, а также на эмоциональную реакцию кандидата при ошибочном воспроизведении. Уровни оценки:

- норма – 0 ошибок в одной пробе из 5 повторений;
- средний уровень моторной координации рук – 2 ошибки в одной пробе из 5 повторений;
- низкий уровень - свыше 2 ошибок.

Ошибка считается любое неточное воспроизведение движения одной рукой (например, показал знак «виктория» не два, а три пальца). Если при ошибочном воспроизведении кандидат излишне эмоционально реагирует – в дальнейшем следует уточнить причины. Это может быть избыточная мотивация к обучению, «синдром отличника», излишнюю импульсивность и иные особенности характера. Проявления эмоциональных реакций на неудачу учитываются при дальнейшем обучении. К заданию 3 переходим как можно быстрее после завершения задания 2.

3. Тестирование. Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера.

Инструкция: вам будет предложено пройти тестирование. Внимательно читайте инструкции по выполнению, выполняйте в строгом соответствии с тем, как требуется.

Действия. Поочередно запускаем тесты. Отслеживаем процесс выполнения. Результат выдается автоматически.

Оценка результатов: прилагается к каждому тесту в его классическом варианте: тест Струпа; тест «Кольца Ландольта»; тест Бурдона-Вирсма. К заданию 4 переходим как можно быстрее после завершения задания 3.

4. Методика «Простой тест на определение времени реакции». Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера.

Инструкция: вам будет предложено пройти тестирование. Внимательно читайте инструкции по выполнению, выполняйте в строгом соответствии с тем, как требуется. При изменении цвета квадрата на красный, как можно быстрее нажмите на этот квадрат.

Действия: выполнить 5 повторений для расчета среднего времени реакции.

Оценка результатов: учитывается количество ошибок, среднее время реакции. В нормативе ошибок быть не должно, время реакции до 500 мс – высокий уровень, 500-700 мс – средний уровень, выше 700 – низкий уровень. К заданию 5 переходим как можно быстрее после завершения задания 4.

5. Методика «Простой тест на определение времени принятия решения». Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера.

Инструкция: вам будет предложено пройти тестирование. Внимательно читайте инструкции по выполнению, выполняйте в строгом соответствии с тем, как требуется. При изменении цвета квадрата на красный, как можно быстрее

нажмите на этот квадрат. Цвет черного квадрата может меняться не только на красный, но и на зеленый. Будьте внимательны.

Действия: выполнить 5 повторений для расчета среднего времени реакции.

Оценка результатов: учитывается количество ошибок, среднее время реакции. В нормативе ошибок быть не должно, время реакции до 600 мс – высокий уровень, 600-800 мс – средний уровень, выше 800 – низкий уровень. К заданию 6 переходим как можно быстрее после завершения задания 5.

6. Работа с изображением – картинка на зрительную координацию. Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера, на мониторе изображение.

Инструкция: Закройте рукой левый глаз и смотрите на левую часть картинки. Найдите на картинке среди собак одну кошку. Закройте рукой правый глаз и смотрите на правую часть картинки. Найдите на картинке среди кошек одну собаку.

Действия: на выполнение задание кандидату дается время до 15 сек.

Оценка результатов: выполнил задание – 1 балл, не выполнил – 0 баллов

7. Методика «Картички». Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера, на мониторе картинка, глядя на которую можно воспринять изображение целиком или его отдельные детали (например, овощи составляют портрет человека).

Инструкция: Посмотрите внимательно на картинку. Что вы видите на ней? Перечислите изображения, которые вам встретились. Использовать 5 предъявлений разных картинок.

Действия: на просмотр картинки кандидату дается время до 15 сек.

Оценка результатов: обращать внимание на специфику восприятия изображений: что воспринимается первым: целое или части. При восприятии целого будущий оператор видит сначала панораму местности, лишь затем приступает к поиску отдельных объектов. В случае обнаружения сначала отдельных объектов, кандидат может быть склонен при оценке обстановки уделять больше внимания отдельным объектам, из пространственно-временных отношений между которыми в последствии складывается структура и особенности изучаемой местности. Как правило, при работе с БПЛА при изучении отдельных объектов используется максимальное приближение для оптического распознавания, что уводит из фокуса внимания остальные изменения обстановки. Однако для разных задач может быть целесообразно как изначальное восприятие панорамы местности и последующее изучение отдельных объектов, так и обратная процедура.

8. Методика «Скорость оценки обстановки». Исходное положение: кандидат сидит за столом.

Инструкция: вам будут предложены фотографии местности с различной высоты с изображением находящейся там живой силы противника. Вы смотрите на фото в течение 10 секунд. После просмотра фото ваша задача указать потенциальные цели.

Действия: раздаем материал, отслеживаем процесс выполнения, контролируем время.

Оценка результатов: методика может быть использована в двух видах: 1) когда цели изначально задаются инструктором, а по факту обозначения целей кандидатом происходит сверка с уже намеченными целями. Отлично – найдены все цели, которые определены как цели, хорошо – найдено больше половины целей, удовлетворительно – найдено меньше половины целей, неудовлетворительно – цели не найдены; 2) кандидат сам назначает цели и объясняет свой выбор.

9. Методика «Стереокартинки». Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера.

Инструкция: вам будут предложены 3 стереокартинки. На работу с каждой фото дается до 1,5 минут. На первый взгляд кажется, что на этих картинках не изображены какие-то предметы. Но это не так. На каждой из них есть изображение. Ваша задача назвать, что изображено на каждой картинке.

Действия: Включается первая картинка. Отслеживается процесс выполнения, контролируется время.

Оценка результатов: «Отлично» – названы три изображения; «Хорошо» – названы два изображения; «Удовлетворительно» – названо одно изображение; «Неудовлетворительно» – не названо ни одного изображения. Однако если кандидат не может увидеть изображение внутри стереокартинки из-за отсутствия опыта работы с таким материалом, можно предложить следующий алгоритм:

1. Максимально приближайте картинку к глазам. Пусть фокус «размается». Удерживая такое состояние, медленно отводите картинку от глаз на большее расстояние, пока не увидите изображение.

2. Между картинкой и глазами обозначьте точку, равноудаленную от глаз и от изображения. Фокусируйтесь на ней, смотря на изображение как бы через эту точку.

10. Методика «Карта». Исходное положение: кандидат сидит перед монитором компьютера.

Инструкция: вам будут предложены поочередно 3 фрагмента карты. Для каждого фрагмента будет предложено подобрать фотографию местности, изображенной на карте, сделанную с помощью дрона. Всего 12 фотографий. Ваша задача – соотнести реальное фото на местности с тем, что изображено на карте. На работу с каждым фрагментом дается до 1,5 минут.

Действия: включается первый фрагмент карты и на выбор 4 фотографии; отслеживается процесс выполнения, контролируется время.

Оценка результатов: «Отлично» – соотнесены все три фрагмента карты; «Хорошо» – соотнесены два фрагмента карты; «Удовлетворительно» – соотнесен один фрагмент карты; «Неудовлетворительно» – фрагменты карты и фотографии не соотнесены.

Важно не наполнять паузами процесс прохождения входного контроля даже по просьбе кандидата. В случае невозможности проходить входной

контроль с помощью компьютера, можно использовать мобильный телефон или бумажные варианты и фото.

Далее предлагается заполнить анкету с мотивационными вопросами. Сведения о результатах прохождения входного контроля вносятся инструктором в специальный раздел анкеты.

При работе с комплексом необходимо ориентироваться на единство диагностики и обучения, поэтому указанные методики могут использоваться в качестве пропедевтических и обучающих. Примерными пропедевтическими упражнениями для развития мелкой моторики и зрительно-моторной координации могут стать: шнуровка обуви на скорость; складывание мозаики, пазла на скорость; использование компьютерных игр с джойстиком; пальчиковая гимнастика; упражнения с пультом от дрона по устной инструкции на скорость; сборка-разборка дрона на скорость; распутывание запутанного мотка лески, оптоволокна и прочее. Указанные упражнения и методики могут меняться, усовершенствоваться в зависимости от задач обучения и требований наличной обстановки.

Список литературы:

1. Деланда М. Война в эпоху разумных машин: пер. с англ. Д. Кралечкин. Екатеринбург; Москва: Кабинетный учёный; Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2014. 338 с.
2. Кузмина Т.И. Живой: прикладная психология бойца / Автономная некоммерческая организация Центр правовой поддержки граждан «Ветер». Ч. 2. Краснодар: «Митра», 2025. 371 с.
3. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
4. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна: Феникс+, 2002. 320 с.
5. Озеров В.П. Диагностика психомоторных способностей у школьников, студентов и спортсменов. Методическое пособие для практических психологов и педагогов. Ставрополь: ИРО, 1995. 58 с.
6. Петров В.Е., Кокурин А.В. Особенности применения Пятифакторного личностного опросника в деятельности психологов органов внутренних дел // Психология и право. 2016. Т. 6. № 3. С. 40-47.

References:

1. Delanda M. War in the age of intelligent machines: translated from English by D. Kralechkin. Yekaterinburg; Moscow: Cabinet Scientist; Moscow: Institute of General Humanitarian Research, 2014. 338 p.
2. Kuzmina T.I. Zhivoy: applied psychology of a fighter / Autonomous non-profit organization Center for legal support of citizens «Veter». Part 2. Krasnodar: Mitra, 2025. 371 p.
3. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support of employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.
4. Ozerov V.P. Psychomotor abilities in humans. Dubna: Phoenix+, 2002. 320 p.
5. Ozerov V.P. Diagnostics of psychomotor abilities in schoolchildren, students and athletes. A methodological guide for practical psychologists and teachers. Stavropol: IRO, 1995. 58 p.
6. Petrov V.E., Kokurin A.V. Features of the use of a five-factor personality questionnaire in the activities of psychologists of law enforcement agencies // Psychology and Law. 2016. Vol. 6. № 3. P. 40-47.

Мухина Елена Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: l.muhinal@yandex.ru

Mukhina Elena Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**РАЗВИТИЕ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

**DEVELOPMENT OF MILITARY-PROFESSIONAL MOTIVATION AMONG STUDENTS
OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

Аннотация. Статья описывает исследование, целью которого была разработка модульной программы, направленной на повышение военно-профессиональной мотивации студентов. Показана структура и базовые элементы комплексной программы развития военно-профессиональной мотивации у студентов гражданских вузов.

Abstract. The article describes a study aimed at developing a modular program aimed at increasing students' military and professional motivation. The structure and basic elements of a comprehensive program for the development of military-professional motivation among students of civilian universities are shown.

Ключевые слова: военно-профессиональная мотивация, воспитательная работа, программа развития, патриотическое воспитание.

Keywords: military and professional motivation, educational work, development program, patriotic education.

Становление будущего защитника Отечества происходит не только в ведомственных образовательных организациях, но и в процессе обучения в гражданских вузах. Особая роль отводится профориентационной и воспитательной работе. Военно-профессиональная мотивация – это результат процесса осознания и принятия личностью условий и факторов социальной среды, их трансформации в активные внутренние побудительные силы, детерминирующие мышление и поведение военнослужащего. При этом воспитательная работа – это комплекс мер, направленных на выработку у студентов особых навыков, являющихся неотъемлемой частью их профессионального и личностного становления. Именно комплексная психолого-воспитательная работа может составить фундамент ранней военно-профессиональной ориентации [9; 10; 11]. На первый план, по нашему мнению, следует вывести патриотизм, гражданский долг, ответственность [1; 8; 12].

Цель программы: развить осознанную мотивацию к военной службе через систему воспитательных мероприятий, сочетающих патриотическое, психологическое и профессиональное воздействие. В основу создания программы были положены подходы к работе с личным составом силовых ведомств, отраженные в работах М.И. Марынина, А.В. Кокурина, В.Е. Петрова, В.М. Позднякова [2; 3; 4; 5; 6; 7].

Возрастная категория участников: возраст участников не ограничивается, однако, программа рассчитана на студентов 1-2 курсов специалитета и 1 курса

магистратуры, ориентированных на работу в силовых структурах, а также находящихся в поиске профессионального самоопределения.

Общая продолжительность: 4 месяца. Режим проведения: 12 модулей (блоков), проводимых с регулярностью 1 раз в неделю. Хронометраж каждого занятия: 2-3 академических часа (90-120 минут), за исключением выездного модуля (блок 11 – 3-3,5 часа).

Рекомендуемый размер группы: 15-20 человек для обеспечения эффективности интерактивных методов и глубины рефлексии.

Принципиальное значение имеет то, что программа является комплексной и последовательной. Модули выстроены по логике «от информации к идентификации»: знакомство с профессией → отработка навыков → формирование ценностного отношения → личностная рефлексия и интеграция опыта. Недопустимо произвольно менять порядок модулей или исключать их.

Позиция ведущего (модератора): Ведущий выступает в роли наставника и эксперта. Его задача – не транслировать готовые знания, а создавать условия для самостоятельного открытия, рефлексии и группового взаимодействия. Необходимо владение техниками moderation, групповой динамики и знание специфики военной психологии (табл. 1).

Таблица 1 – Структура программы по развитию военно-профессиональной мотивации

№	Название	Формат	Примерное время (минут)	Цель
1	Знакомство со службой: место психолога в силовых структурах	Беседа с демонстрацией видео-фрагментов	45	Изучить виды силовых структур и специфики выполнения функционала психолога
2	Роль современного вооружения для проведения боевых операций	Беседа с демонстрацией видео-фрагментов	45	Сформировать у студентов-психологов понимание взаимосвязи между технической оснащенностью армии, психологической подготовкой военнослужащих и эффективностью выполнения боевых задач
3	Важность критического мышления для военного психолога	Тренинг, беседа, анализ	45	Повышение осознанности студентов в отношении роли критического мышления в военно-психологической деятельности и развитие навыков его применения в профессиональных ситуациях
4	Разбор ключевых психологических проблем, связанных с прохождением военной службы	Беседа, тренинг анализ	45	Углубление знаний студентов о психологических аспектах военной службы. Развитие навыков выявления и решения профессиональных проблем военного психолога.

№	Название	Формат	Примерное время (минут)	Цель
				Повышение мотивации к дальнейшему изучению военной психологии через понимание её практической значимости
5	Психолог в зоне боевых действий	Беседа, тренинг анализ	45	Осознание студентами важности и сложности работы психолога в боевых условиях. Приобретение базовых навыков оперативного реагирования на психологические кризисы в экстремальной среде. Усиление мотивации к профессиональному развитию в военной психологии через понимание её социальной и патриотической значимости
6	Военный психолог и работа с негативными установками на военную службу	Беседа, тренинг анализ	45	Понимание студентами психологических механизмов уклонения от службы и способов их коррекции. Приобретение навыков выявления групп риска и проведения индивидуальной профилактической работы. Осознание социальной значимости роли военного психолога в укреплении дисциплины и морального духа военнослужащих
7	Присяга Родине	Беседа, тренинг анализ, демонстрация видеофрагмента	45	Глубокое понимание сакрального смысла присяги как акта личной и профессиональной самоидентификации. Приобретение навыков психологической поддержки военнослужащих на этапе принятия присяги. Укрепление патриотических ценностей и осознания миссии военного психолога
8	Жизнестойкость, патриотизм, чувство долга	Беседа, тренинг анализ, демонстрация видеофрагмента	45	Развитие жизнестойкости как ключевого качества военного профессионала, укрепление патриотических ценностей и осознанного чувства долга перед Родиной.

№	Название	Формат	Примерное время (минут)	Цель
9	Карьерные перспективы	Беседа, тренинг анализ, демонстрация видеофрагмента	45	Четкое понимание ступеней карьерного роста и требований на каждом этапе. Осознание собственных профессиональных перспектив и зон развития. Формирование навыков карьерного планирования в военной системе. Повышение мотивации к профессиональному совершенствованию
10	Маленькие шаги к большому решению	Беседа, тренинг анализ, демонстрация видеофрагмента	45	Овладение технологией постепенного преобразования сложных задач. Формирование навыка системного подхода к профессиональным вызовам. Создание персонального набора инструментов для повседневной работы Развитие уверенности в решении масштабных задач
11	Помни историю	Выездное мероприятие: квест в Центральном музее Вооруженных Сил	Время не ограничено	Понимание преемственности традиций военной психологии. Навыки исторического анализа профессиональных ситуаций. Формирование корпоративной памяти и чувства принадлежности к профессии. Создание банка исторических аналогий для практической работы
12	В чем мотивация?	Беседа, тренинг анализ, демонстрация видеофрагмента	45	Осознание собственных мотивов выбора профессии через рефлексию и анализ скрытых установок. Развитие мотивационной грамотности – умение отличать устойчивые внутренние стимулы от внешних и ситуативных. Формирование реалистичных ожиданий от службы (профилактика профессионального разочарования)

Ниже приводится пример содержания блоков 1-3.

Блок 1. Знакомство со службой: место психолога в силовых структурах.

Цель: ознакомить участников с профессией военного психолога и особенностями его деятельности и личности.

Блок 1.1. «Военный психолог и гражданский психолог: основные различия». Время: 15 минут.

Цель: сформировать представление о различиях профессий военного психолога и гражданского психолога.

Проведение:

Здравствуйте, студенты! Все вы выбрали для себя факультет Экстремальной психологии, поэтому, наши с вами встречи будут интересны и полезны для вас, как для будущих профессионалов своего дела.

Давайте обсудим кто такой психолог и зачем он нужен, где он может принести пользу и какие актуальные направления есть сейчас? (идет обсуждение, опрашивается каждый по очереди) Отлично, думаю, различия между психологом, специализирующимся на гражданском населении, и психологом, специализирующимся на военных, и других силовых структурах, мы с вами определили. Предлагаю посмотреть первый фрагмент.

Демонстрация видеофрагмента – о военном психологе.

Блок 1.2. «Военный психолог: отличающие качества». Время: 15 минут.

Цель: проанализировать качества, отличающие военного психолога от гражданского психолога.

Проведение:

Как вы считаете, какими качествами должен обладать военный психолог, которые бы отличали его от психологов других направлений и почему (идет обсуждение, опрашивается каждый по очереди)?

Да, все верно, это имеет место быть, предлагаю посмотреть еще один короткий ролик

Демонстрация видеофрагмента – разница работы военного психолога в кабинете и «поле»

Блок 1.3. «Работа военного психолога». Время: 15 минут.

Цель: анализ различий в техниках и приемах работы военного и гражданского психолога.

Проведение:

Как вы считаете, если человек обладает всеми качествами, вышеуперечисленными, которыми должен обладать военный психолог, каждый военный психолог (или психолог служебной деятельности) сможет работать в экстремальных условиях? Почему? (идет обсуждение, опрашивается каждый по очереди)

В завершении нашей с вами сегодняшней встречи, покажу видео, как о своей службе отзывается сам военный психолог:

Демонстрация видеофрагмента - пример работы военного психолога.

Блок 2. Роль современного вооружения для проведения боевых операций.

Цель: найти ответы на вопросы: качество и количество это одно и тоже? Какие требования должны предъявляться к вооружению чтобы государство могло себя защитить. Значение психологической подготовки.

Блок 2.1. «Роль современного вооружения». Время: 20 минут.

Цель: проанализировать современное вооружение и место психологической подготовки в системе обороны страны.

Проведение:

Здравствуйте, студенты!

Предлагаю начать с перечисления того, что вы можете отнести к современному вооружению, которое можно использовать для выполнения боевых операций. (обсуждение, каждый опрашивается по очереди). Все верно, техника, огнестрельное оружие – это действительно помогает при проведении военных операций, однако, можно ли считать, что психологическая подготовка является менее эффективным и необходимым, чем боевая подготовка? Почему? (обсуждение)

Как Вы считаете, каким образом, в каких формах и с использованием каких методов может/ должна проводится психологическая подготовка? И как часто она должна проводиться? (обсуждение)

Демонстрация видеофрагмента – о современном вооружении и особенностях его применения.

Блок 2.2. «Довоенная подготовка». Время: 25 минут.

Цель: демонстрация довоенной подготовки специалистов силовых структур.

Предлагаю в завершении сегодняшней встречи посмотреть, как проходит подготовка специалистов с помощью военных психологов и специалистов по огневой подготовке:

Демонстрация видеофрагмента – иллюстративное видео о проведении огневой подготовки вместе с тренером и психологом.

Блок 3. *Важность критического мышления для военного психолога.*

Цель: проанализировать важность критического мышления в условиях ограниченного времени и экстремальной ситуации.

Блок 3.1. «Критическое мышление: роль в профессии военного психолога». Время: 15 минут.

Цель: проанализировать критическое мышление и эффективные методы его развития.

Проведение:

Здравствуйте, студенты! Предлагаю нам с Вами сегодня поговорить о критическом мышлении. Что такое критическое мышление и зачем оно нужно в современном мире? (обсуждение)

Как вы думаете, нужно ли критическое мышление военному психологу и для чего? (обсуждение)

Демонстрация видеофрагмента – ситуация, когда критическое мышление стало решающим фактором в боевом соприкосновении.

Блок 3.2. «Тренинг на развитие критического мышления: «Задача государственной важности»». Время: 30 минут.

Цель: смоделировать экстремальную ситуацию, в которой нужно принять максимально верное решение за ограниченное время и минимальное количество информации используя критическое мышление.

Проведение:

Подготовьте раздаточный материал:

<p>Группа «Белые» Имеющиеся факты: Какая инфо имеется? Насколько она достоверна? Какая нужна? Где найти инфо? Как проверить?</p>	<p>Группа «Черные» Возможные препятствия, опасности и ошибки: Какие могут быть ошибки? Препятствия? Риски? Где проявить осторожность?</p>	<p>Группа «Синие» Возможные ресурсы и помочь: Как можно решить задачу? Кто может помочь? Почему это сработает? Самые безумные идеи и запасные варианты</p>	<p>Группа «Командование» Итоги и план действий: Что самое важное? Чего не хватает? Можно ли решить задачу? Наилучшее решение? Что может пойти не так?</p>

При делении на группы понадобиться 4 карточки: Белые, Синии, Черные и командование.

Группа «Белые» отвечает на такие вопросы как:

1. Какая информация имеется?
2. Насколько информация достоверна?
3. Какая информация нужна дополнительно?
4. Где найти дополнительную информацию?
5. Как проверить информацию?

Группа «Черные» отвечает на такие вопросы как:

1. Какие могут быть ошибки при разрешении сложившейся ситуации?
2. Какие могут быть препятствия при разрешении сложившейся ситуации?
3. Какие могут быть риски при разрешении сложившейся ситуации?
4. Где следует проявить осторожность при разрешении сложившейся ситуации?

Группа «Синие» отвечает на такие вопросы как:

1. Какие варианты выхода существуют из сложившейся ситуации?
2. Кто может помочь в сложившейся ситуации?
3. Почему предложенные Вами варианты должны сработать?

Также данной группе необходимо продумать самые безумные идеи и запасные варианты (план «Б»).

Группа «Командование» (на время озвучивания ситуации покидает аудиторию и возвращается после завершения времени на обсуждение других групп) отвечает на такие вопросы как:

1. Что самое важное в сложившейся ситуации?
2. Чего не хватает для принятия решения?
3. Можно ли решить задачу?

4. Что может «пойти не так»?

Командование принимает решение на основе докладов 3 подразделений.

Озвучивание вводной (операция по спасению агента):

«Благодаря службам внешней разведки была получена важная политическая информация.

В водах Тихого океана находится форт, на территорию которого недавно привезли рассекреченного агента Вашей страны, который обладает ценностями сведениями. Необходимо не допустить утечки этих сведений и получение их третьей стороной.

Задачу необходимо решить в кратчайшие сроки».

Для решения задачи в генеральном штабе сформирован оперативный совет из 3 разных ведомств. Оперативное управление – Командование штаба».

Групповое обсуждение: каждая группа старается ответить на вопросы в части касающейся общей задачи. – 10 мин.

Презентация позиций каждой группы (кроме группы «Командование»), 3 минуты на группу. Совместное обсуждение и выработка решения группой «Командование», 5 минут. Озвучивание решения по сложившейся ситуации группой «Командование», 3 минуты.

Четко отслеживайте время на каждом этапе. Важно создать атмосферу «мозгового штурма», где нет неправильных идей. После презентации решений акцентируйте внимание не на том, какое решение «верное», а на процессе анализа: как группа работала с фактами, рисками, ресурсами. Спросите: «Какой метод был самым полезным для вас лично?», обсудите принятое решение.

В заключении следует отметить, что успех реализации программы напрямую зависит от готовности ведущего к гибкому и творческому подходу, ориентации на личность студента и создания безопасной, но требовательной среды для профессионального и личностного роста. Данная программа – не набор лекций, а проживаемый опыт, который может стать решающим фактором в профессиональном самоопределении будущих специалистов.

Список литературы:

1. Гнездилов Г.В. Современные методы психологической работы с посттравматическим стрессовым расстройством у военнослужащих // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. № 2 (1). С. 50-60. DOI: 10.17759/epps.2024010204.
2. Марьин М.И., Солдатова И.Ф., Петров В.Е., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: методическое пособие. М.: ЦОКР МВД России, 2005. 180 с.
3. Петров В.Е. Психологические аспекты волонтёрства в условиях ведения боевых действий // Экстремальная психология в экстремальном мире: Материалы III научного форума с международным участием / под ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. М.: ФГБОУ МГППУ, 2024. С. 184-189.
4. Петров В.Е. Психология экстремального волонтёрства: субъектная модель, диагностика и подготовка: монография. М.: ООО «Русайнс», 2024. 118 с.
5. Петров В.Е., Кокурин А.В. Особенности применения Пятифакторного личностного опросника в деятельности психологов органов внутренних дел // Психология и право. 2016. Т. 6. № 3. С. 40-47.
6. Петров В.Е., Мухина Е.С. Особенности профессиональной мотивации кандидатов к прохождению военной службы по контракту в экстремальных условиях // Экстремальная

психология: интеграция науки и практики: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под ред. М.И. Марыина, В.Е. Петрова. М.: ФГБОУ МГППУ. 2025. С. 157-164.

7. Поздняков В.М., Петров В.Е., Кокурин А.В. Личностные предикторы волонтёрства в повседневных и экстремальных условиях // Психология и право. 2023. Т. 4. № 13. С. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.

8. Спеваков А.В., Блинова С.С., Счастливенко А.Ю., Сулейманов Р.Ф. Влияние мотивации на выбор военной профессии воспитанниками суворовского училища // Казанский педагогический журнал. 2017. № 2 (121). С. 151-157.

9. Чеботарева Н.В. Социально-психологические особенности различных категорий военнослужащих // Военная мысль. 2009. № 7. С. 59-66.

10. Чичерюкин-Мейнгардт В.Г. К изучению мотивации социального поведения военспецов в годы Гражданской войны (на примере биографии генерала В. И. Селивачева) // Вестник РГГУ. Серия: Литературоведение. Языкоznание. Культурология. 2014. № 19 (141). С. 173-182.

11. Чуранова Т.Ю. Мотивация как психологическая детерминанта успешности обучения курсантов военно-учебного заведения // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 6 (135). С. 166-175.

12. Шевченко Я.Е. Роль патриотизма в формировании личности и общества // Академическая публицистика. 2023. № 5-2. С. 641-645.

References:

1. Gnezdilov G.V. Modern methods of psychological work with post-traumatic stress disorder in military personnel // Extreme psychology and personal security. 2024. № 2 (1). P. 50-60. DOI: 10.17759/epps.2024010204.

2. Maryin M.I., Soldatova I.F., Petrov V.E., Meshcheryakova A.V. Psychological support for employees requiring increased attention: a methodological guide. Moscow: Central Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2005. 180 p.

3. Petrov V.E. Psychological aspects of volunteering in conditions of combat operations // Extreme psychology in an extreme world: Materials of the III Scientific Forum with international participation / edited by V.M. Pozdnyakov, V.E. Petrov. Moscow: FSBEI MGPPU, 2024. P. 184-189.

4. Petrov V.E. Psychology of extreme volunteerism: a subjective model, diagnosis and preparation: monograph. Moscow: Rusains LLC, 2024. 118 p.

5. Petrov V.E., Kokurin A.V. Features of the use of a five-factor personality questionnaire in the activities of psychologists of law enforcement agencies // Psychology and Law. 2016. Vol. 6. № 3. P. 40-47.

6. Petrov V.E., Mukhina E.S. Features of professional motivation of candidates to perform military service under contract in extreme conditions // Extreme psychology: the integration of science and practice: proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation / edited by M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: FSBEI MGPPU. 2025. P. 157-164.

7. Pozdnyakov V.M., Petrov V.E., Kokurin A.V. Personal predictors of volunteerism in everyday and extreme conditions // Psychology and Law. 2023. Vol. 4. № 13. P. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.

8. Spevakov A.V., Blinova S.S., Shchastyenko A.Yu., Suleymanov R.F. The influence of motivation on the choice of a military profession by pupils of the Suvorov school // Kazan Pedagogical Journal. 2017. № 2 (121). P. 151-157.

9. Chebotareva N.V. Socio-psychological features of various categories of military personnel // Military thought. 2009. № 7. P. 59-66.

10. Chicheryukin-Meingardt V.G. On the study of motivation of social behavior of military specialists during the Civil War (on the example of the biography of General V.I. Selivachev) //

Bulletin of the Russian State University of Civil Engineering. Series: Literary Studies. Linguistics. Cultural studies. 2014. № 19 (141). P. 173-182.

11. Churanova T.Y. Motivation as a psychological determinant of the success of training cadets of a military educational institution // Yaroslavl Pedagogical Bulletin. 2023. № 6 (135). P. 166-175.

12. Shevchenko Ya.E. The role of patriotism in the formation of personality and society // Academic journalism. 2023. № 5-2. P. 641-645.

Назриева Анна Петровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: 001.anya@mail.ru

Nazrieva Anna Petrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ИССЛЕДОВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТИРОВ СТУДЕНТОВ-СПАСАТЕЛЕЙ**RESEARCH OF STUDENT RESCUE WORKERS' LIFE GOALS**

Аннотация. В статье представлены результаты исследования смысложизненных ориентиров будущих специалистов в области чрезвычайных ситуаций. Проведен анализ различий в жизненных ориентациях в зависимости от уровня опыта, пола и факторов жизнестойкости студентов-спасателей.

Abstract. This article presents the results of a study of the life orientations of future emergency specialists. The analysis of the differences in life orientations depending on the level of experience, gender and factors of resilience of students-rescuers is made.

Ключевые слова: смысложизненные ориентиры, профессия спасателя, профессиональная деятельность, студенты-спасатели, жизнестойкость.

Keywords: life goals, the profession of a rescuer, professional activities, student rescuers, and resilience.

Актуальность исследования смысложизненных ориентиров студентов-спасателей обусловлена рядом факторов, приобретающих все большую значимость в современном обществе. Во-первых, возрастающая частота и масштабность чрезвычайных ситуаций (далее – ЧС) природного и техногенного характера предъявляют все более высокие требования к профессиональному и психологической устойчивости спасателей. Во-вторых, профессия спасателя привлекает особую категорию людей, мотивированных не только материальным вознаграждением, но и альтруистическими побуждениями, желанием помогать другим и испытывать чувство значимости своей работы. В-третьих, недостаточное внимание к психологической подготовке и поддержке спасателей часто приводит к профессиональному выгоранию и снижению эффективности деятельности [5; 7].

Смысложизненные ориентиры играют ключевую роль в личностном развитии человека. Они помогают преодолевать жизненные трудности и влияют на психоэмоциональное состояние. Понимание своих ценностей и целей позволяет людям не только лучше справляться с вызовами жизни, но и находить глубинный смысл в своем существовании [1; 2; 4; 6]. Таким образом, работа над осознанием своих смысложизненных ориентиров является важным аспектом личностного роста [1; 3; 4].

Понимание основных жизненных смыслов будущих спасателей на студенческом этапе позволяет разрабатывать целенаправленные психолого-педагогические программы, направленные на укрепление их внутренней стабильности и профессиональной мотивации. Данное эмпирическое

исследование направлено на выявление доминирующих смысложизненных ориентаций студентов-спасателей.

Была выдвинута гипотеза исследования о том, что существуют различия в смысложизненных ориентациях студентов-спасателей в зависимости от уровня опыта и пола.

На базе МГО ВОМО ВСКС было проведено исследование, участие в котором приняли в общей сложности 120 студентов из различных учебных программ по реагированию на чрезвычайные ситуации в трех университетах. Выборка состояла из студентов, обучающихся по специализированным образовательным программам, готовящим их к профессиональной деятельности в области реагирования на чрезвычайные ситуации и спасательных операций.

В исследовании смысложизненных ориентиров студентов-спасателей применялся формализованный опросник «Тест смысложизненных ориентаций» (Д.А. Леонтьев) для оценки уровня осмысленности жизни [1, С. 5-8].

Таблица 1 – Распределение показателей осмысленности жизни среди студентов-спасателей

Показатель	Низкий уровень (%)	Средний уровень (%)	Высокий уровень (%)
Ориентация на цель	12%	55%	33%
Удовлетворенность жизненным процессом	8%	47%	45%
Восприятие контроля над жизнью	18%	50%	32%
Осмысленное планирование будущего	10%	52%	38%
Общий индекс осмысленной жизни	11%	48%	41%

Анализ полученных данных показал, что большинство студентов имеют средний или высокий уровень смысложизненных ориентаций. Такие данные позволяет предположить, что будущие спасатели в целом демонстрируют хорошо развитое чувство цели и смысла в своей профессиональной деятельности.

Проведен сравнительный анализ различий в ориентациях на смысл жизни среди подгрупп участников в зависимости от количества лет обучения (табл. 2).

Таблица 2 – Средние значения по курсам обучения

Год обучения	Постановка целей (M)	Личная ответственность (M)	Согласованность (M)	Экзистенциальная самореализация (M)
1-й курс	7.1	7.5	6.8	7.2
2-й курс	7.6	8.0	7.2	7.8
3-й курс	8.3	8.5	7.9	8.4
4-й курс	8.7	8.8	8.1	8.6

Анализ полученных данных показал, что со временем ориентация на смысл жизни укрепляется, вероятно, благодаря профессиональной деятельности и обучению в кризисных ситуациях. Студенты первого курса имеют наименьшую согласованность и экзистенциальное удовлетворение, что может указывать на трудности в адаптации к профессиональным требованиям.

Полученные данные указывают на сильную положительную корреляцию между жизнестойкостью и всеми ключевыми показателями смысла жизни, что позволяет предположить, что люди с более высокой жизнестойкостью с большей вероятностью обретут четкое представление о смысле жизни. Этот вывод подчеркивает важность программ повышения жизнестойкости при подготовке студентов-спасателей.

Дополнительный аспект анализа включал гендерные сравнения (табл. 3). Статистически значимые различия наблюдались по всем четырем параметрам, при этом учащиеся мужского пола набрали несколько более высокие баллы, чем учащиеся женского пола. Эта тенденция может быть объяснена различиями в предполагаемых ролевых ожиданиях и подходах к управлению стрессом в рамках профессии.

Таблица 3 – Различия между мужчинами и женщинами

Показатель	Мужчины (M)	Женщины (M)	t-критерий	p-значение
Умение ставить цели	8.1	7.6	2.14	0.035
Личная ответственность	8.5	7.9	2.45	0.018
Согласованность жизненных событий	7.8	7.3	1.98	0.049
Уровень экзистенциальной удовлетворенности	8.2	7.7	2.01	0.045

В целом, эмпирическое исследование показало, что студенты-спасатели имеют развитую ориентацию на смысл жизни, с акцентом на цели и ответственность. Принципы цели и ответственности укрепляются в процессе обучения, а жизненная сила способствует формированию представлений о смысле жизни. Гендерные различия и качественные данные выявляют нюансы, требующие дополнительного изучения для психолого-педагогических вмешательств.

Полученные данные подчеркнули необходимость целенаправленных программ поддержки, обучения жизнестойкости и рефлексивных практик, которые помогают студентам-спасателям осмысленно и психологически устойчиво усваивать свои профессиональные роли.

Таким образом, закономерности, которые были выявлены в ходе эмпирического исследования, позволяют предположить, что развитие смысложизненных ориентаций является не просто дополнением к

профессиональному обучению, а основополагающим уровнем личной стойкости. Такие результаты подтверждают гипотезу о том, что существуют различия в жизненных ориентациях студентов-спасателей в зависимости от уровня опыта, пола и факторов жизнестойкости. Полученные данные позволяют переосмыслить учебные программы и, возможно, пересмотреть их не только как места передачи навыков, но и как пространство для развития самого смысла обучения.

Список литературы:

1. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 1992. 16 с.
2. Логотерапия и экзистенциальный анализ: Статьи и лекции / В. Франкл; Пер. с нем. М.: Альпина нон-фикшн, 2016. 344 с.
3. Мэй Р. Смысл тревоги // Перев. с англ. М.И. Завалова и А.И. Сибуриной. М.: Независимая фирма «Класс», 2001. 384 с.
4. Петров В.Е. Целостность мировоззрения как предиктор личностного выбора соучастия в экстремальном добровольчестве // Юридическая психология. 2024. № 3. С. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
5. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марынина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
6. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 480 с.
7. Социально-психологическая технология профилактики и преодоления профессионального выгорания у педагогов общеобразовательных организаций: монография; под общей редакцией А.В. Сечко / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, В.М. Поздняков [и др.]. М.: Общество с ограниченной ответственностью «Русайнс», 2023. 268 с.

References:

1. Leontiev D.A. Test of semantic orientations (SSO). Moscow: Smysl, 1992. 16 p.
2. Logotherapy and existential analysis: Articles and lectures / V. Frankl; Translated from German. Moscow: Alpina non-fiction, 2016. 344 p.
3. May R. The meaning of anxiety // Transl. translated by M.I. Zavalov and A.I. Siburina. Moscow: Independent firm «Klass», 2001. 384 p.
4. Petrov V.E. The integrity of the worldview as a predictor of personal choice of participation in extreme volunteerism // Legal psychology. 2024. № 3. P. 2-6. DOI: 10.18572/2071-1204-2024-3-2-6.
5. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
6. Rogers K.R. A look at psychotherapy. The formation of man. Moscow: Progress Publishing Group, Univers, 1994. 480 p.
7. Socio-psychological technology of prevention and overcoming of professional burnout among teachers of educational institutions: a monograph; edited by A.V. Sechko / T.N. Berezina, D.V. Deulin, V.M. Pozdnyakov [et al.]. Moscow: Rusains Limited Liability Company, 2023. 268 p.

Петров Владислав Евгеньевич

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), доцент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», кандидат психологических наук, доцент, e-mail: v.e.petrov@yandex.ru

Petrov Vladislav Evgenievich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Associate Professor of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology, candidate of psychological sciences, associate professor

Лучинина Валерия Дмитриевна

Университет мировых цивилизаций им. В.В. Жириновского (г. Москва, Россия), студент кафедры психологии, e-mail: rusena2004@mail.ru

Luchinina Valeria Dmitrievna

V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations (Moscow, Russia), student of the Department of Psychology

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИХ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ РЕАДАПТАЦИЮ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ В ТРУДОВЫХ КОЛЛЕКТИВАХ

THE STUDY OF PERSONALITY TRAITS THAT DETERMINE THE SOCIO- PSYCHOLOGICAL READAPTATION OF COMBATANTS IN LABOR COLLECTIVES

Аннотация. В статье представлена авторская методика оценки личностных особенностей, определяющих продуктивность социально-психологической реадаптации участников боевых действий в трудовых коллективах. Опросник опирается на факторную структуру, в составе которой выделено семь предикторов: «Категоричность», «Гипербдительность», «Дисбаланс ценностей», «Эмоциональная закрытость», «Ценность героизма», «Ценность времени», «Хаотичность». Приводится стимульный материал и диагностические ключи методики. Материал направлен на совершенствование мер социально-психологической реадаптации участников боевых действий.

Abstract. The article presents the author's methodology for assessing personal characteristics that determine the productivity of socio-psychological readaptation of combatants in labor collectives. The questionnaire is based on a factor structure that identifies seven predictors: «Categorical», «Hyper-vigilant», «Value imbalance», «Emotional closeness», «Value of heroism», «Value of time», «Chaotic». The incentive material and diagnostic keys of the technique are given. The material is aimed at improving the measures of socio-psychological readaptation of combat participants.

Ключевые слова: социально-психологическая реадаптация, участники боевых действий, категоричность, гипербдительность, дисбаланс ценностей, эмоциональная дистанцированность.

Keywords: socio-psychological readadaptation, participants in military operations, categoricity, hyper-vigilance, imbalance of values, emotional distancing.

Выполнение представителями силовых ведомства задач в экстремальных условиях связано с запредельными психическими и физическими нагрузками, что зачастую, к сожалению, негативно сказывается на их психике, межличностных отношениях в семье или последующей профессиональной деятельности.

Необходимость проведения реабилитационных, восстановительных и иных мероприятий неоднократно подчеркивалась в ряде публикаций

(А.Г. Кааяни [3], Л.А. Герасимова [1], О.С. Исаева [2], Л.Н. Костина, И.О. Котенёв, Ю.В. Дворниченкова [5], Я.О. Новикова, О.В. Финикова [7], М.И. Марын и др. [8], М.С. Романова [10] и др.). Затрагиваются вопросы трудовой реституции (О.Д. Сальникова, Н.М. Борозинец, А.А. Дарган [9]). Во многом именно от последующего трудоустройства участников боевых действий зависят стабильность и интеграционные процессы в обществе, удовлетворённость жизнью и отношениями. Подобное обстоятельство актуализирует обращение внимания на личностные особенности участников боевых действий, которые ограничивают возможности ресоциализации субъекта и продуктивности мер социально-психологической поддержки.

С точки зрения личностных особенностей, оказывающих существенное влияние на успешность социально-психологической ресоциализации участников боевых действий, в первую очередь, можно выделить следующие семь компонент.

1. Категоричность – это характеристика личности, проявляющееся в безапелляционных суждениях или поведении, в первую очередь, связанных с экстремальными условиями деятельности, не допускающих возражений и других мнений.

2. Гипербдительность – это характеристика, проявляющаяся в повышенной бдительности и постоянного поиска признаков опасности, что, вероятно, связано с имевшими место травматическими событиями в жизни человека.

3. Дисбаланс ценностей – это характеристики, отражающая внутриличностный конфликт между убеждениями, установками, принципами, приоритетами и поведением человека.

4. Эмоциональная закрытость – это характеристика, связанная с избеганием глубокой эмоциональной связи, сокрытием своих чувств и внутренних переживаний.

5. Ценность героизма – это характеристика, устанавливающая для данной личности приоритет мужества, духовной стойкости, самоотверженности, просоциального поведения в экстремальных ситуациях.

6. Ценность времени – это характеристика, проявляющаяся в приоритете для личности временного ресурса, акценте на нём как на главном инструменте для достижения целей жизнедеятельности, удовлетворения важнейших потребностей.

7. Хаотичность – это характеристика, проявляющаяся как отсутствие предсказуемости, систематичности и последовательности в мыслях или поведении человека.

Приведенные характеристики определяют как отношение участника к психологу и иным субъектам (агентам) процесса ресоциализации, так и к референтному окружению, вовлеченному во взаимодействие с заинтересованным лицом (члены семьи, коллеги по службе или работе). Важно отметить, что наша точка зрения актуальна не только по отношению к лицам, добровольно принимавшим участие в боевых действиях, но и части

ресоциализации бывших осужденных – участников специальной военной операции (Д.В. Катаев [4], К.О. Миненко, А.О. Миненко [6]).

В настоящей статье приводится пилотажная версия опросника «Опросника оценки реадаптационных возможностей участников боевых действий» (форма А-144).

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений, касающихся различных сторон жизнедеятельности. С каждым из них Вы можете согласиться или не согласиться. Ответ должен отражать только Ваше собственное мнение – здесь нет «правильных» или «неправильных» ответов.

При работе с методикой последовательно изучайте каждое утверждение. В том случае, если Вы согласны с высказыванием, на регистрационном бланке в графе «Верно (утвердительный ответ)» отметьте свой выбор знаком «✓», если не согласны – проставьте знак «✗» в графе «Неверно (отрицательный ответ)». Если Вы не можете уверенно ответить, согласны с утверждением или нет, постарайтесь все же выбрать наиболее предпочтительный для Вас вариант. В исключительном случае, при невозможности сделать однозначный выбор, допустимо отметить знаком «✗» нейтральный ответ, что будет означать «затрудняюсь ответить» или «да и нет в равной степени». Если Вы допустили ошибку, исправьте ее – отметьте нужный вариант ответа, обведя его кружком.

1. Считаю, что среди важнейших качеств человека пунктуальность занимает далеко не последнее место.

2. В решении большинства жизненных ситуаций существует только одно правильное решение.

3. Неформальное общение между руководителями и подчиненными невозможно.

4. Демонстрация эмоций на работе считается признаком слабости.

5. Настоящие поступки всегда требуют самопожертвования.

6. Раздражают низкопродуктивные совещания, обсуждения или встречи.

7. Четкий план на день придаёт чувство уверенности в том, что можно справиться с любыми трудностями.

8. Промедление далеко не всегда равносильно поражению.

9. Считаю, что рутина жизни подрывает её смысл.

10. Просить о помощи часто бывает проще, чем решать проблему в самостоятельно.

11. Большинство людей относится к работе безответственно.

12. Компромисс не обязательно означает «предательство своих принципов».

13. Неопределенность подлежащих исполнению профессиональных задач вызывает сильный стресс.

14. Незначительные детали и изменения в окружающей обстановке часто остаются мной незамеченными.

15. Людей можно разделить на «своих» и «чужих», промежуточных вариантов не существует.

16. Даже в кругу близких не следует делиться тем, что действительно беспокоит.

17. Нет ничего плохого в том, чтобы иногда позволить событиям идти своим чередом.
18. Работа в условиях неполной информации творческая и интересная.
19. Стабильность в жизни привлекает больше, чем вероятность совершения героического поступка.
20. Неформальные отношения с коллегами мешают работе.
21. Незнакомое помещение обязательно следует оценить на предмет безопасности.
22. Незначительная ошибка человека может стать причиной сомнений в его компетентности в целом.
23. Трудным испытанием можно считать ситуацию, когда другие очень долго принимают решение.
24. Расслабиться в многолюдных или шумных местах сложно.
25. Считаю принципиально важным, чтобы у каждой вещи было своё место.
26. Сотрудничество с людьми, чьи взгляды отличаются от моих, может быть продуктивным.
27. Внезапные звуки (звонок, хлопок) заставляют вздрогивать и мгновенно напрягаться.
28. В современных условиях личные симпатии или неприязнь между сотрудниками практически не сказываются на рабочих процессах в коллективе.
29. Искренний интерес коллег к частной жизни редко воспринимается как вторжение в личное пространство.
30. Работу можно начинать, даже если цель и алгоритм действий не до конца ясны.
31. Иногда отложить задачу на завтра бывает правильнее, чем сделать ее «вчера».
32. Чтобы почувствовать себя «живым», нужны острые ощущения.
33. Мне легко подобрать слова, чтобы поддержать коллег в трудной ситуации.
34. Длительные согласования простых рабочих вопросов обычно имеют логичное объяснение.
35. Считаю, что чувство «настороже» редко возникает без видимой на то причины.
36. Надёжность в работе связана скорее с чётким следованием инструкциям, чем с разумным творчеством.
37. Шутки и непринуждённое общение в коллективе даются легко.
38. Хаос и беспорядок на рабочем месте мешают сосредоточиться.
39. Состояние «ничего не делать» следует воспринимать как мучительное и непродуктивное.
40. Люди, которые исключают рисковое поведение в жизни, всегда вызывают уважение.
41. Истинные мысли должны скрываться, если они могут вызвать споры или вопросы окружающих.
42. Прощение окружающим слабостей приводит к их безответственности.

43. Если кто-то находится позади, то сосредоточиться на работе сложно.

44. Объёмные задачи необходимо выполнять целиком, без разбивки на этапы.

45. Время считается главным ресурсом, который нельзя восполнить.

46. Доверие к людям в большей степени определяется их поступками, нежели внешними данными.

47. У любого человека раздражение возникает, когда ситуация выходит из-под контроля.

48. Большинство жизненных вопросов не имеют однозначного ответа по типу «да» или «нет».

49. Чтобы ускорить процесс общения, допустимо прерывать собеседника.

50. Должностные инструкции всегда должны были чёткими и подробными.

51. Гармонизация психического состояния после пережитого интенсивного стресса требует работы над собой в течение длительного времени.

52. В любой работе порядок и субординация ценятся больше, чем творческий подход и свобода.

53. Гораздо важнее стабильно хорошо выполнять свои обязанности, чем ждать «звездного часа».

54. Во многих случаях следует избегать действий без предварительного одобрения окружающих.

55. Психологический комфорт на работе в большей степени зависит от постоянства «правил игры», чем от отношения с руководителем.

56. Считаю, что героем может быть только тот, кто прошел через серьёзные испытания.

57. В отношениях на первый план должна выходить порядочность, а не pragmatism.

58. В предложении «Сотрудник обратно прочитал должностную инструкцию» имеется ошибка.

59. Мнение, которое считается верным, не обязательно должно разделяться всеми.

60. В любой ситуации оптимальную последовательность действий следует установить заранее.

61. Нет смысла считаться с мнением руководителей, которые не могут отдавать чёткие приказы.

62. Смелость и решительность важные критерии при оценке поступков людей.

63. Перерывы на кофе или бесцельное общение коллег следует рассматривать как пустую трату времени.

64. Цели жизнедеятельности большинства окружающих кажутся мне незначимыми.

65. Считаю, что переубедить взрослого человека практически невозможно.

66. Сон может быть крепким даже при небольшом шуме.

67. Внезапные изменения в планах могут вывести из равновесия любого человека.

68. Ради результата в деле можно пренебречь формальностями и процедурами.

69. Приоритет работы над семьёй способствует самореализации человека.

70. Многозадачность вряд ли следует рассматривать как эффективный способ использования времени.

71. Нейтральная позиция окружающих в споре может восприниматься как потенциальная угроза личности.

72. Можно утверждать, что определённость в жизни – это её фундамент.

73. Оценивая поступки окружающих, важно учитывать обстоятельства, а не только принцип «правильно / неправильно».

74. Даже без долгой проверки доверять незнакомым обычно несложно.

75. В ближайшем окружении всегда найдутся люди, способные понять и поддержать человека.

76. Всегда следует вести подсчет времени, ушедшего на выполнение той или иной задачи.

77. В сравнении с творчеством работать в рамках установленных процедур безопаснее.

78. Небольшие, но стабильные успехи обычно высоко ценятся.

79. Повышенное внимание к проблемам человека неизбежно вызывает у него психологический дискомфорт.

80. Для обеспечения личной безопасности необходимо постоянно анализировать возможные негативные сценарии развития событий в жизни.

81. Установленные в обществе правила должны соблюдаться всеми людьми без исключений.

82. Какова бы ни была жизненная ситуация, нет необходимости проявлять эмоции.

83. В жизни всегда необходимо ставить чёткие сроки реализации планов.

84. Реальность всегда должна соответствовать ожиданиям, чтобы не вызывать раздражения.

85. В современной жизни нет необходимости думать о рисках и угрозах.

86. Долгосрочные цели субъективно менее привлекательны, чем те, которых можно достичнуть в ближайшем будущем.

87. С точки зрения русского языка предложение «Увеличение уровня благосостояния людей должно быть связано с повышением заработной платы» построено корректно.

88. В конфликте человеку необходимо учитывать собственные интересы, а не искать компромиссный вариант.

89. Необходимо избегать ситуаций, которые кажутся непредсказуемыми.

90. Достижения – это то, что придает жизни смысл.

91. Свободное время, в первую очередь, предназначено для отдыха, а не для работы.

92. Следует поддерживать людей, которые ставят перед собой максимально конкретные задачи.

93. Трудно гордиться успехом, если он не был добыт «в бою».
94. Современный мир безопасен для человека, не требуя приложения каких-либо усилий для личной защиты.
95. Гибкость в убеждениях является признаком силы характера.
96. Справедливость поступка человека должна определяться занимаемой позицией оценивающих.
97. Делиться личными достижениями с коллегами – это естественная часть взаимоотношений в коллективе.
98. Стандартные и предсказуемые рабочие процессы часто вызывают скуку.
99. Медлительность коллег следует воспринимать как непрофессионализм.
100. Человек по-настоящему раскрывается только в экстремальной ситуации.
101. В конфликте целесообразно «замкнуться в себе», а не вызывать дискуссию.
102. Подлинная ответственность редко встречается в повседневной жизни.
103. В оценке поступков окружающих не должно быть исключений.
104. Чувствовать себя в безопасности в незнакомой компании – это норма.
105. Общение с действующими или бывшими военными проще, чем с гражданскими.
106. Обычная жизнь кажется «пресной» по сравнению с прошлым опытом.
107. Каждый прожитый день должен приносить человеку ощущимые результаты.
108. Можно все отдать за высказывание «Мы это сделали!».
109. Ценность командообразования сомнительно, если не направлена на конкретную задачу.
110. Полагаю, что временный творческий беспорядок в документах или на столе не мешают работе.
111. Дома можно легко перестать думать о работе и возможных проблемах.
112. Жалобы окружающих на бытовые проблемы вызывают злость.
113. Личные проблемы должны оставаться за «порогом обсуждения».
114. Ответственность в сложных ситуациях чаще вызывает опасения, чем душевный подъём.
115. Терпение быстрее закончится при столкновении с бюрократическими проволочками, нежели с бытовыми проблемами.
116. Систематизировать получаемую современным человеком информацию обычно не требуется.
117. Предложение «Авторитетный руководитель должен во всём показывать образец своим подчинённым» построено правильно.

118. Полагаю, что большинству окружающих истинные (человеческие) ценности не интересны.

119. Работа в группе более продуктивна, даже если приходится идти на уступки.

120. Обеспечение личной безопасности указывает на необходимость многократно перепроверять информацию или принимаемые решения.

121. Лояльность к руководству имеет большее значение для управления организацией, чем дисциплинированность сотрудников.

122. Стремление человека поделиться с окружающими собственными переживаниями следует рассматривать как слабость.

123. «Боевое прошлое» романтизируется, по нему скучают.

124. Отсутствие чёткой обратной связи в отношениях заставит нервничать любого человека.

125. Переживание негативного прошлого позволяет обезопасить себя в будущем.

126. Авторитет человека обретается скорее поступками, чем его прошлым опытом.

127. Динамика событий в бизнесе и на войне принципиально различается.

128. Новые (нестандартные) методы работы вызывают недоверие.

129. Ожидание (в очереди, перед встречей и т.п.) часто приводит к сильному внутреннему беспокойству.

130. В предложении «Успехи сотрудника были отмечены памятным сувениром» имеется ошибка.

131. Любая проблема может иметь несколько причин её существования.

132. Сложный процесс далеко не всегда можно представить стройной системой.

133. Достижения человека в основном зависят от его личных усилий, а не от наличия «связей».

134. В современной жизни нет смысла в разговорах о своих чувствах и переживаниях.

135. Для успешной самореализации в жизни гораздо важнее быть настойчивым, чем справедливым.

136. Во многих случаях проще выполнить задачу самому, чем долго объяснять её другому.

137. Настоящих друзей можно приобрести не только в экстремальных условиях, но и в спокойной обстановке.

138. Публичные похвалы часто ставят человека в неловкое положение.

139. В современных условиях человеку следует решать только собственные проблемы, поскольку это его «зона ответственности».

140. «Хорошее» и «Плохое» – понятия относительные.

141. Изречение «Делу время – потехе час» потеряло свою актуальность.

142. Любой человек не в меньшей степени герой, чем участник боевых действий.

143. Время является гораздо более значимым ресурсом человека, чем здоровье.

144. Переживания человека должны охраняться их как любые секреты.

Первичные значения диагностических шкал оцениваются в соответствии с ключом (табл. 1). Совпадение с ключом – 2 балла; нейтральный ответ – 1 балл; несовпадение с ключом – 0 баллов.

Таблица 1 – Таблица диагностических ключей опросника

Наименование шкалы	Прямой ключ	Обратный ключ
Категоричность	2, 15, 22, 36, 42, 60, 65, 81, 84, 88, 99, 103, 115, 124, 128, 139	12, 26, 48, 59, 73, 95, 119, 131, 137, 140
Гипербдительность	21, 24, 27, 35, 43, 46, 47, 51, 71, 80, 89, 120, 125, 129	14, 66, 74, 85, 94, 104, 111
Дисбаланс ценностей	3, 11, 52, 61, 64, 68, 96, 102, 105, 109, 112, 140	28, 34, 57, 118, 121, 126, 133, 135
Эмоциональная закрытость	4, 16, 20, 41, 79, 82, 101, 113, 122, 134, 138, 144	10, 29, 33, 37, 75, 97
Ценность героизма	5, 9, 32, 53, 56, 62, 69, 78, 90, 93, 100, 106, 108, 123, 137	19, 40, 85, 114, 142
Ценность времени	1, 6, 17, 23, 39, 45, 49, 54, 63, 76, 83, 91, 99, 107, 127, 136, 143	8, 31, 70, 141
Хаотичность	13, 18, 30, 67, 86, 98, 110, 116	7, 25, 38, 44, 50, 52, 55, 60, 72, 77, 92, 124, 132
Понимание стимула	58, 130	87, 117

В настоящее время методика проходит этап психометрической валидизации. Предполагается, что инновационный диагностический инструментарий позволит оптимизировать меры социально-психологической поддержки участников боевых действий.

Список литературы:

- Герасимова Л.А. Ключевые проблемы и механизмы воздействия на процесс ресоциализации участников боевых действий // Концепт. 2024. № 11. С. 411-420. DOI: 10.24412/2304-120X-2024-12020.
- Исаева О.С. Проблема психологической подготовки членов семьи комбатантов // Царскосельские чтения. 2024. Т. I. С. 298-302.
- Кааяни А.Г. Боевой стресс: проблемы определения и классификации // Вестник Московского университета МВД России. 2024. № 1. С. 254-264. DOI: 10.24412/2073-0454-2024-1-254-264.
- Катаев Д.В. Проблемные вопросы ресоциализации бывших осужденных – участников специальной военной операции // Caucasian Science Bridge. 2025. Т. 8. № 1 (27). С. 51-60. DOI: 10.18522/2658-5820.2025.1.5.
- Костина Л.Н., Котенёв И.О., Дворниченкова Ю.В. Об изменениях индивидуально-психологических особенностей сотрудников полиции Российской Федерации, исполняющих обязанности в особых условиях служебной деятельности // Психология и педагогика служебной деятельности. 2022. № 4. С. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.
- Миненко К.О., Миненко А.О. Система мер ресоциализации, социальной адаптации и социальной реабилитации помилованных участников специальной военной операции // Философия права. 2023. № 3 (106). С. 125-134.
- Новикова Я.О., Финикова О.В. Психолого-педагогические аспекты реадаптации и реабилитации участников специальной военной операции // Проблемы правоохранительной деятельности. 2024. № 3. С. 82-86.

8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

9. Сальникова О.Д., Борозинец Н.М., Дарган А.А. Прикладные результаты исследования проблем семей инвалидов боевых действий // Специальное образование. 2025. № 2 (78). С. 160-177.

10. Романова М.С. Особенности самоотношения участников боевых действий в период адаптации к гражданской жизни: теоретический анализ // Мир науки. Педагогика и психология. 2024. Т. 12. № 6. С. 16.

References:

1. Gerasimova L.A. Key problems and mechanisms of influence on the process of resocialization of combatants // Concept. 2024. № 11. P. 411-420. DOI: 10.24412/2304-120X-2024-12020.

2. Isaeva O.S. The problem of psychological training of family members of combatants // Tsarskoye Selo readings. 2024. Т. I. P. 298-302.

3. Karayani A.G. Combat stress: problems of definition and classification // Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2024. № 1. P. 254-264. DOI: 10.24412/2073-0454-2024-1-254-264.

4. Kataev D.V. Problematic issues of the re-socialization of former convicts participating in a special military operation // Caucasian Science Bridge. 2025. Vol. 8. № 1 (27). P. 51-60. DOI: 10.18522/2658-5820.2025.1.5.

5. Kostina L.N., Kotenev I.O., Dvornichenkova Yu.V. On changes in the individual psychological characteristics of police officers of the Russian Federation who perform duties in special conditions of official activity // Psychology and pedagogy of official activity. 2022. № 4. P. 64-67. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-64-67.

6. Minenko K.O., Minenko A.O. A system of measures for resocialization, social adaptation and social rehabilitation of pardoned participants in a special military operation // Philosophy of Law. 2023. № 3 (106). P. 125-134.

7. Novikova Ya.O., Finikova O.V. Psychological and pedagogical aspects of readaptation and rehabilitation of participants in a special military operation // Problems of law enforcement. 2024. № 3. P. 82-86.

8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.

9. Salnikova O.D., Borozinets N.M., Dargan A.A. Applied research results of families of disabled military personnel // Special education. 2025. № 2 (78). P. 160-177.

10. Romanova M.S. Features of the self-attitude of participants in hostilities during the period of adaptation to civilian life: a theoretical analysis // The world of science. Pedagogy and psychology. 2024. Vol. 12. № 6. p. 16.

Петров Владислав Евгеньевич

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), доцент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», кандидат психологических наук, доцент, e-mail: v.e.petrov@yandex.ru

Petrov Vladislav Evgenievich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Associate Professor of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology, candidate of psychological sciences, associate professor

Соколова Алевтина Алексеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: a.sokolova777@mail.ru

Sokolova Alevtina Alekseevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СТЕПЕНИ ВЫРАЖЕННОСТИ МОРАЛЬНОЙ ТРАВМАТИЗАЦИИ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛОВЫХ ВЕДОМСТВ**DIAGNOSTIC ASSESSMENT OF THE SEVERITY OF MORAL TRAUMATIZATION AMONG REPRESENTATIVES OF LAW ENFORCEMENT AGENCIES**

Аннотация. В статье представлена авторская методика оценки степени выраженности моральной травматизации у представителей силовых ведомств. Обоснована семикомпонентная структура оценки моральной травмы, в составе которой выделены такие предикторы, как: «Конфликт восприятия», «Кризис убеждений», «Аффективная дезорганизация», «Дисфункциональные паттерны», «Соматизация стресса», «Разрыв самоидентификации», «Ролевая дезинтеграция». Приводятся базовые психометрические сведения опросника, инструкция, стимульный материал, описание и диагностические ключи. Материал направлен на совершенствование психодиагностической работы с личным составом силовых ведомств, а также мер психологической поддержки в ситуации моральной травматизации.

Abstract. The article presents the author's methodology for assessing the severity of moral traumatization among representatives of law enforcement agencies. A seven-component assessment structure of moral trauma is substantiated, which includes such predictors as: «Conflict of perception», «Crisis of beliefs», «Affective disorganization», «Dysfunctional patterns», «Stress somatization», «Self-identification gap», «Role disintegration». The basic psychometric information of the questionnaire, instructions, stimulus material, description and diagnostic keys are provided. The material is aimed at improving psychodiagnostic work with law enforcement personnel, as well as psychological support measures in situations of moral trauma.

Ключевые слова: моральная травма, моральная травматизация, конфликт восприятия, кризис убеждений, аффективная дезорганизация, дисфункциональные паттерны, соматизация стресса, разрыв самоидентификации, ролевая дезинтеграция.

Keywords: moral trauma, moral traumatization, conflict of perception, crisis of beliefs, affective disorganization, dysfunctional patterns, stress somatization, identity gap, role disintegration.

Прохождение службы в силовых ведомствах априори относится к экстремальным видам деятельности, что во многом связано с действием такого фактора как моральная травма [1]. В отличие от посттравматического стрессового расстройства, в основе которого лежит реакция страха на угрозу

жизни и физической целостности, моральная травма, во-первых, является внеклиническим явлением, во-вторых, в её основе лежит нравственно-этический конфликт, которым изобилует экстремальная деятельность. Б.Т. Литц (B.T. Litz), ведущий эксперт в исследовании феномена, формулируя определение моральной травмы, выделяет два основных компонента: первый – это столкновение с событиями, путём их совершения, непредотвращения или наблюдения, которые выступают в конфликт с базовыми моральными убеждениями или ожиданиями субъекта, второй – переживание предательства со стороны институционально наделённого властью лица / группы лиц в условиях высокой значимости последствий [2; 3]. Данное состояние проявляется в интенсивном чувстве вины, стыда, утрате доверия, социальной изоляции, ролевой дезинтеграции, а также сопутствует соматическим состояниям. Моральная травматизация во многом носит латентный характер, что только усиливает ее разрушительное действие на психику сотрудника, снижает продуктивность профессиональной деятельности.

Несмотря на широкую распространённость феномена моральной травмы среди профессиональных групп, сталкивающихся с морально-этическими дилеммами, данная проблематика остается недостаточно изученной. В первую очередь, в части оценки степени выраженности моральной травматизации и её симптомов. Так, большинство существующих зарубежных опросников, таких как Moral Injury Events Scale и Moral Injury Symptom Scale, не имеют русскоязычных версий, прошедших полный цикл психометрической адаптации и учитывающих социокультурный контекст [3; 4]. Это создаёт серьезное препятствие для выявления и оценки состояния у конкретных профессиональных групп (в нашем случае – у представителей силовых ведомств), а также для проведения различных научных и прикладных исследований.

Можно резюмировать, что разработка и валидизация специализированного опросника для измерения степени моральной травматизации является актуальной научно-практической задачей. Создание методики позволит использовать данный инструментарий для эмпирического изучения феномена в России, способствуя развитию направленной психологической поддержки в кризисных ситуациях профессиональной деятельности. Именно на разработку опросника оценки выраженности моральной травматизации у сотрудников силовых ведомств было направлено проведенное нами в 2025 году научное исследование.

Организация и методика психометрического исследования. Первоначальная апробация опросника была проведена на выборке из 22 респондентов в возрасте от 22 до 27 лет ($M_{возраст}=23,04$; $SD_{возраст}=2,23$), 8 мужчин и 14 женщин, являющихся молодыми специалистами профессий особого риска. Основной задачей на данном этапе был анализ качества и дискриминативной способности пунктов с целью отбора наиболее информативных утверждений для финальной версии методики. Исходный опросник состоял из 160 пунктов, из которых 10 пунктов были направлены на самооценку общего самочувствия, в дальнейший анализ не включались. Ядро опросника, направленное на измерение моральной

травмы, включало 150 пунктов. Методом факторного анализа 143 пункта было сгруппировано в 7 тематических шкал («Конфликт восприятия», «Кризис убеждений», «Аффективная дезорганизация» «Дисфункциональные паттерны», «Соматизация стресса», «Разрыв самоидентификации», «Ролевая дезинтеграция»). Семь вопросов непосредственно (открыто) соответствовали компонентам оцениваемого феномена (когнитивный, нравственно-ценостный, эмоционально-волевой, поведенческий, физиологический, компонент идентичности и социально-ролевой).

Для проверки связи пунктов каждой шкалы с измеряемым конструктом был использован метод межпунктной корреляции с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена, что обусловлено небольшим объёмом выборки. Анализ проводился путём вычисления корреляций между пунктами внутри каждой из 7 шкал и соответствующим им прямым вопросом (оценкой) по феномену моральной травмы (МТ).

Критерии для модификации и отбора пунктов опросника были следующими:

1. Пункты, показавшие значение коэффициента корреляции ниже 0,20, рассматривались как неинформативные и подлежали пересмотру.

2. Пункты с корреляцией выше 0,40 считались приемлемыми и сохранялись в стимульном материале опросника без изменений.

Установлено, что 25 пунктов из 143 показали корреляции ниже установленного порогового уровня (пункты 7, 16, 19, 41, 45, 49, 55, 56, 59, 64, 68, 72, 78, 82, 85, 94, 99, 101, 112, 126, 131, 136, 138, 139, 140). Анализ содержания указанных пунктов позволил выявить причины их низкой дискриминативной способности. Например, пункт 49 («Негативное отношение к общественным нормам, а также взглядам и ценностям других людей является закономерной защитной реакцией на предательство или обман») был признан слишком объёмным и сложным для восприятия, что могло вызывать избыточную когнитивную нагрузку у респондентов. Пункт 72 («После сильного стресса некоторые люди отмечают, что стали менее эмоциональными, как будто «оцепенели») мог провоцировать социально желательные ответы в силу своей излишней прямолинейности. В результате уточнения утверждений опросника была обоснована многокомпонентная структура выраженности моральной травматизации.

Векторная модель включает в себя **семь компонент**:

– **когнитивный** («Конфликт восприятия» – это характеристика, отражающая внутреннее противоречие в мышлении при получении моральной травмы; измеряет конфликт между старым и новым опытом, нарушение логических связей в восприятии происходящего);

– **нравственно-ценостный** («Кризис убеждений» – это характеристика, отражающая крушение ценностей и идеалов вследствие имевшей место моральной травматизации; оценивает степень потери веры в ранее значимые принципы и смыслы);

– **эмоционально-волевой** («Аффективная дезорганизация» – это характеристика, индикаторующая степень эмоционального дисбаланса и

утраты контроля; измеряет интенсивность негативных эмоций (вины, тревоги, страх) и неспособность управлять ими);

– *поведенческий* («Дисфункциональные паттерны» – это характеристика выраженности деструктивного поведения, обусловленного имевшей место моральной травмы; оценивает появление неадаптивных действий (агрессия, избегание, зависимость и т.п.));

– *физиологический* («Соматизация стресса» – это характеристика выраженности телесного проявления стресса; измеряет физические симптомы психологического напряжения (усталость, боль, бессонница и т.п.));

– *компонент идентичности* («Разрыв самоидентификации» – это характеристика, связанная с утратой целостного «Я» вследствие моральной травматизации; оценивает потерю чувства собственной идентичности, непонимание себя и своих жизненных ориентиров);

– *социально-ролевой* («Ролевая дезинтеграция» – это характеристика, связанная с нарушением социального функционирования личности; измеряет неспособность выполнять привычные социальные роли (например, профессиональные, семейные).

На основе проведенного психометрического исследования была создана модифицированная версия опросника, в которой дополнительно введена шкала оценки валидности («Понимание стимула»).

Версия опросника М-148 имеет следующую инструкцию: «Ознакомьтесь с приведенными ниже утверждениями и отметьте, насколько каждое из них соответствует Вашим мыслям и чувствам *в последнее время*: если Вы в целом *согласны* с утверждением, отметьте ответ *«Верно»*; если Вы в основном *не согласны*, отметьте *«Неверно»*. Страйтесь избегать ответа *«Затрудняюсь ответить»*. Используйте этот вариант ответа только в том случае, если Вы действительно не можете выбрать между *«Верно»* и *«Неверно»*. Помните: здесь не может быть *«правильных»* или *«неправильных»* ответов. Важно только Ваше личное мнение. Если вы ошиблись, просто исправьте свой ответ, обведя кружком новый вариант».

Стимульный вариант опросника содержит 148 утверждений:

1. Случается, что пережитый опыт заставляет усомниться в привычном представлении о себе.

2. Считаю, что интенсивный стресс почти всегда оказывается на режиме питания и аппетите.

3. Уверенность в собственной правоте обычно помогает избежать внутриличностного конфликта.

4. Постоянная необходимость скрывать свои истинные чувства на работе приводит к эмоциональному истощению.

5. Предательство со стороны тех, кому доверяешь, может навсегда изменить отношение к людям.

6. Полный отказ от построения планов на будущее может свидетельствовать о пережитом стрессе.

7. Некоторые решения, принятые в трудную минуту, могут «годами отзываться сожалением».

8. Стремление постоянно соответствовать ожиданиям окружающих, скрывать свои истинные эмоции и переживания, обязательно отразится на здоровье.

9. Можно утверждать, что кардинальная смена жизненных ценностей ведёт к ощущению потерянности.

10. Переживания часто оставляют после себя неясное, но постоянное чувство тревоги.

11. Недомогания, вызванные душевными проблемами, редко делятся долго и обычно проходят без каких-либо последствий для человека.

12. Иногда, кажется, что быть честным с собой и другими – непозволительная роскошь.

13. Изречение «Над ним сыграли шутку» построено стилистически верно.

14. Личность и убеждения остаются неизменными, какие бы испытания ни выпадали на долю человека.

15. Доверительные отношения с близкими обычно помогают справиться с последствиями стресса.

16. Столкновение с трудным выбором нередко заставляет человека полностью пересмотреть свои жизненные ориентиры.

17. Соглашусь с мнением о том, что человека можно морально надломить.

18. Полноценный отдых, как правило, позволяют организму полностью восстановиться.

19. Утратив однажды веру в людей, вернуть её бывает невероятно сложно.

20. Чтобы преодолеть негативные переживания, иногда приходится с головой уходить в работу или иные виды активности.

21. Чувство потери контроля над собственной жизнью подрывает уверенность в себе.

22. Гармоничные отношения с окружающими способствуют быстрому восстановлению после пережитого негативного опыта или стресса.

23. Чувство стыда способно парализовать волю и желание действовать.

24. Уверенность в собственной правоте обычно помогает избегать внутриличностного конфликта.

25. Связь между психоэмоциональным состоянием и физическим самочувствием преувеличена.

26. Профессиональная психологическая помощь, как правило, даёт человеку эффективные инструменты для преодоления последствий тяжелого опыта.

27. Чувство стыда за собственные действия может заставить человека отречься от самого себя.

28. Нравственный выбор даётся легко, если чётко знаешь, во что веришь.

29. Временами проще сделать вид, что «всё в порядке», чем объяснять своё истинное состояние.

30. Подавленные эмоции рано или поздно дают о себе знать с новой силой.

31. Большинство событий жизни не стоят того, чтобы постоянно их анализировать и проживать вновь.

32. Сильное горе или потрясение могут ощущаться физически (ком в горле, тяжесть в груди и т.п.).

33. Полагаю, что активные попытки забыть произошедшее обычно приводят к обратному эффекту.

34. Внутренняя сила человека наиболее отчётливо проявляется в способности сохранять верность себе, какими бы ни были обстоятельства.

35. Способность в критической ситуации отступить от строгих моральных принципов чаще говорит о слабости человека, чем о его гибкости.

36. Потеря уважения коллег или близких переживается более остро, чем полный разрыв отношений с ними.

37. Острота даже самых тяжелых переживаний с годами естественным образом притупляется.

38. Поиск смысла в пережитых трудностях – естественная потребность человека.

39. Тело расплачивается за длительное напряжение ноющей болью в спине или шее, будто несет невидимый груз.

40. Верить в приметы и совершать «ритуалы» – это способ вернуть ощущение контроля над жизнью.

41. Умение пережить глубокое потрясение, не утратив своего «Я», – верный признак духовной стойкости.

42. Нравственные ориентиры, усвоенные в детстве, как правило, служат надёжной опорой при принятии решений в сложных обстоятельствах во взрослом возрасте.

43. Страх осуждения со стороны окружающих заставляет человека «надевать маску благополучия».

44. Бывают моменты в жизни, когда подавленное настроение лишает всяких сил и желания что-либо делать.

45. Бесконечное «прокручивание в голове» прошлых событий, как правило, помогает найти решение или облегчить душевную боль.

46. Сильное душевное потрясение может буквально «сбить с ног» любого человека, вызвав головокружение или приступ тошноты.

47. Увлечения позволяют лучше справиться со стрессом, чем пассивный отдых.

48. Сомнения в собственной профессиональной компетентности – частое последствие пережитой неудачи.

49. Предательство может вызвать реакцию отторжения к любым правилам и ценностям, которые раньше казались незыблемыми.

50. Опасение, что тебя не поймут или осудят, заставляет избегать новых знакомств и открытости в общении.

51. Опыт показывает, что «время лечит» любые душевные раны.

52. Отдельные поступки могут годами не давать покоя человеку, заставляя вновь искать правильное решение.

53. Маловероятно, что постоянные головные боли могут быть вызваны исключительно психологическими причинами.

54. Новые увлечения помогают человеку восстановиться после критических (трагических, сложных жизненных) событий.

55. Устоявшееся представление о себе, как правило, остаётся стабильным даже после пережитых испытаний.

56. Личный опыт несправедливости может изменить сложившуюся систему моральных ценностей человека.

57. Страх быть неправильно понятым или осуждённым заставляет некоторых отгораживаться от окружающих.

58. Часто люди сильно переживают из-за событий, которые, на самом деле, для них незначимы.

59. Экстремальные ситуации способны «размыть» даже самые чёткие границы между правильным и неправильным.

60. Считаю, что «тяжёсть на душе» вытягивает из человека все силы, оставляя после себя лишь истощение и апатию.

61. Следует избегать мест, напоминающих о пережитом трудном опыте.

62. Осознание того, что в сложной жизненной ситуации не демонстрируешь максимум возможностей, может подорвать веру в себя.

63. Внутренний стержень позволяет человеку сохранить нравственные принципы при любых обстоятельствах.

64. Ощущение отчуждённости и одиночества нарастает, когда кажется, что не оправдываешь ожиданий даже близких людей.

65. Мысль о том, что поступил неправильно в критический момент жизни может стать источником постоянной тоски.

66. Анализ событий прошлого оберегает человека в настоящем.

67. Реакция на болезненные воспоминания непроизвольной дрожью в теле – это норма.

68. Чтобы заглушить душевные страдания, допустимо время от времени «отходит от реальности» любым способом.

69. Постоянные сомнения в себе мешают человеку двигаться дальше.

70. Сложно сохранить веру в справедливость, столкнувшись с равнодушием «системы» или окружающих.

71. Чтобы ни происходило в жизни человека, его социальные роли («родитель», «специалист», «друг» и т.п.) остаются понятными и неизменными.

72. Допускаю проявление эмоционального онемения или чувства «оцепенения» как защитной реакции на тяжелые переживания.

73. Некоторым поступкам в жизни невозможно найти оправдание.

74. Влияние моральных страданий на здоровье человека обычно незначительно.

75. Трудоголизм редко помогает отвлечься от навязчивых мыслей.

76. Считаю, что после пережитого трудного опыта являюсь другим человеком.

77. После столкновения с предательством или подлостью, вера в порядочность людей может быть утрачена безвозвратно.

78. В состоянии стресса повседневные дела могут требовать колоссальных усилий, будто на них тратится последние силы.

79. Способность человека быстро восстанавливаться после критических ситуаций свидетельствует о его силе духа.

80. Нравственные дилеммы часто не имеют однозначно правильного решения.

81. Организм большинства людей быстро восстанавливается после сильных потрясений.

82. Рассматриваю поиск виновных в чём-либо не как попытку найти правду, а как способ справиться с непереносимой душевной болью.

83. Поступки, совершенные «под давлением обстоятельств», не характеризуют личность человека.

84. В критических ситуациях представления о «хорошем» и «плохом» часто расплывчаты.

85. Поддерживать формальные отношения обычно менее энергозатратно, чем строить глубокие и доверительные.

86. Даже очень тяжелые переживания редко надолго лишают человека душевного равновесия.

87. Столкновение с жестокостью людей способно подорвать веру в человеческую природу.

88. В момент острого переживания может возникать ощущение, что не хватает воздуха.

89. После трагических событий многие люди намеренно избегают напоминаний о случившемся.

90. Уверенность в правильности сделанного сложного выбора редко подвергается сомнению.

91. Опыт подсказывает, что за красивыми словами чаще всего скрываются корыстные цели.

92. Бывает ощущение, что играешь роль, а не живешь.

93. Сильные переживания не должны мешать принимать взвешенные решения.

94. Даже в ситуации тяжелого и противоречивого выбора большинство людей находят возможность поступить в соответствии со своей совестью.

95. Крепкий от природы организм, как правило, успешно выдерживает нагрузки, связанные со стрессом.

96. Иногда кажется, что никто не способен понять твоё состояние, поэтому проще держать дистанцию в отношениях.

97. Потеря профессиональной уверенности часто следует за неудачей, которая воспринимается как личный провал.

98. Негативный опыт не способен изменить истинные моральные принципы человека.

99. Дисбаланс между тем, что чувствуешь, и тем, что показываешь окружающим, естественен, но скрывать его утомительно.

100. Контроль над эмоциями обычно помогает быстрее справиться с последствиями пребывания в экстремальной ситуации.

101. Главные жизненные принципы, как правило, не подвергаются пересмотру под влиянием жизненных обстоятельств.

102. Когда психика истощена, то обостряются прежние недуги, напоминая о себе с новой силой.

103. Иногда следует прекратить общение с людьми, которые напоминают о тяжелом периоде жизни.

104. Тяжелый и трудный опыт меняет фундаментальные ценности человека.

105. Доверие к общественным институтам после личного негативного опыта может быть безвозвратно утрачено.

106. Чувство, что тебя не поймут, заставляет многих скрывать свои истинные переживания даже от близких.

107. Длительная внутренняя борьба неизбежно ведёт к состоянию полного эмоционального истощения.

108. В жизни каждого человека бывают ситуации, не оставляющие выбора, о котором потом не пришлось бы жалеть.

109. В предложении «Сотрудник обратно прочитал должностную инструкцию» имеется ошибка.

110. Активная социальная жизнь – один из эффективных способов восстановления после перенесённого стресса.

111. Пережитая критическая ситуация может настолько изменить человека, что он сам себя перестаёт узнавать.

112. Система ценностей, усвоенная в молодости, в большинстве случаев остаётся неизменной на протяжении всей жизни.

113. Внутренние переживания, как правило, не влияют на качество выполняемой работы.

114. Выражать эмоции при стрессе гораздо лучше, чем копить проблемы в себе.

115. В большинстве случаев возможно найти логичное объяснение произошедшему.

116. Внутреннее беспокойство и напряжение часто отражаются в проблемах с желудком и пищеварением.

117. Некоторые люди не выходят из дома, чтобы бы не отвечать на вопросы близких о пережитом событии.

118. Иногда возникает ощущение, что прежний «Я» безвозвратно потерян.

119. Ради выживания или помощи близким иногда приходится переступать через свои принципы.

120. Трудности в выполнении повседневных обязанностей могут быть следствием пережитого стресса.

121. Ощущение безнадёжности и отчаяния гораздо хуже для человека, чем тяжелый физический труд.

122. Со временем приходит понимание, что мир устроен не так справедливо, как казалось раньше.

123. С точки зрения русского языка предложение «Увеличение уровня благосостояния людей должно быть связано с повышением заработной платы» построено корректно.

124. Рискованное поведение может быть способом бегства от непереносимых переживаний.

125. После определенных событий приходится заново отвечать себе на вопрос «Кто Я?».

126. Столкновение с суровой реальностью может разрушить идеализированные представления, не подкрепленные практическим опытом.

127. Предложение «Хороший руководитель должен во всём показывать образец своим подчинённым» построено правильно.

128. Чувство вины за некоторые поступки может не отпускать человека годами.

129. Решения, принятые в критический момент, как правило, впоследствии не подвергаются длительному анализу и сомнениям.

130. Сердце может начать бешено колотиться при одном лишь воспоминании о выборе, изменившим ценности.

131. В сложные периоды жизни поддержка близких, как правило, оказывается ценнее, чем уединение и самостоятельное переживание.

132. Смена жизненных ценностей часто ведет к ощущению потерянности.

133. Уверенность в надёжности близких людей часто оказывается иллюзией.

134. Постоянная необходимость скрывать свои истинные чувства на работе приводит к истощению.

135. В предложении «Успехи сотрудника были отмечены памятным сувениром» имеется ошибка.

136. Постоянные мысли о том, «что было бы, если бы...», затягивают в прошлое, мешая жить настоящим и строить будущее.

137. Тревожные мысли, приходящие ночью, могут разрушить сон, запуская бесконечный и изматывающий внутренний диалог.

138. Сокрытие определённых поступков от других не является проблемой, если это никому не причиняет вреда.

139. Умение пережить глубокое потрясение, не утратив своего «Я», – верный признак духовной стойкости.

140. Некоторые события в жизни могут заставить навсегда перестать верить в то, что раньше казалось незыбленным.

141. Трудные жизненные события неизменно отражаются на внешнем виде человека.

142. Чувство растерянности и потери жизненных ориентиров – частое следствие пребывания человека в морально сложных ситуациях.

143. Крепкий от природы организм обычно справляется с любой психологической нагрузкой без серьёзных последствий.

144. Обычно, тяжело рассказывать близким о трудностях на работе.

145. Стессоустойчивость никак не влияет на физическую выносливость.

146. Сильные переживания о тяжелых событиях вызывают мышечные боли.

147. Социальные роли («родитель», «специалист», «друг» и т.п.) остаются неизменными даже при непростых жизненных обстоятельствах.

148. Способность справляться с сильным стрессом проявляется в отсутствии длительных переживаний.

Первичные значения диагностических шкал оцениваются в соответствии с ключом (табл. 1). Совпадение с ключом – 2 балла; нейтральный ответ – 1 балл; несовпадение с ключом – 0 баллов.

Таблица 1 – Таблица диагностических ключей опросника

Наименование шкалы	Прямой ключ	Обратный ключ
Конфликт восприятия	7, 16, 38, 52, 59, 66, 73, 80, 87, 108, 111, 122, 136, 143	3, 24, 31, 45, 94, 101, 115, 129
Кризис убеждений	5, 12, 19, 49, 56, 70, 77, 84, 91, 105, 119, 126, 133, 140	28, 35, 42, 63, 98, 112
Аффективная дезорганизация	10, 17, 23, 30, 44, 58, 65, 72, 107, 114, 121, 128, 142	37, 51, 79, 86, 93, 100, 148
Дисфункциональные паттерны	4, 6, 20, 33, 40, 61, 68, 82, 89, 96, 103, 117, 124, 144	26, 47, 54, 75, 110, 131, 138
Соматизация стресса	2, 32, 39, 46, 60, 67, 88, 102, 116, 130, 137, 146	11, 18, 25, 53, 74, 81, 95, 143, 145
Разрыв самоидентификации	1, 9, 21, 27, 48, 62, 69, 76, 97, 118, 125, 132	14, 34, 41, 55, 83, 90, 104, 139
Ролевая дезинтеграция	8, 29, 36, 43, 50, 57, 64, 78, 92, 106, 120, 134	15, 22, 71, 85, 99, 113, 147
Понимание стимула	109, 135	13, 123, 127

Апробация модифицированной версии опросника была проведена на выборке, включавшей 28 респондентов (17 женщин, 11 мужчин) в возрасте от 22 до 27 лет ($M=23,43$; $SD=1,32$).

Рассчитаны нормативные данные по всем диагностическим шкалам (табл. 2).

Таблица 2 – Нормативные данные к шкалам опросника

Наименование шкалы	M	SD
Конфликт восприятия	18,71	3,57
Кризис убеждений	19,21	1,91
Аффективная дезорганизация	20,11	1,59
Дисфункциональные паттерны	26,93	3,55
Соматизация стресса	20,11	1,85
Разрыв самоидентификации	19,82	1,89
Ролевая дезинтеграция	20,75	1,92

Проведён анализ однородности пунктов с помощью коэффициента вариации (CV). Низкие значения коэффициента вариации (табл. 3) по всем шкалам указывают на их высокую однородность и внутреннюю согласованность. Можно утверждать, что ответы респондентов внутри каждой шкалы были высоко консолидированы, а разброс данных относительно

среднего значения был невелик. Качественный анализ утверждений опросника на основе данных повторной апробации показал, что все пункты модифицированной версии опросника имели значения корреляции более 0,25, что подтверждает их удовлетворительные психометрические свойства и достижение цели модификации.

Таблица 3 – Однородность шкал опросника моральной травматизации

Наименование шкалы	Коэффициент вариации (CV)
Конфликт восприятия	2,67
Кризис убеждений	2,37
Аффективная дезорганизация	2,63
Дисфункциональные паттерны	2,12
Соматизация стресса	2,08
Разрыв самоидентификации	2,16
Ролевая дезинтеграция	2,54

На основании данных, полученных на выборке 28 респондентов, можно сделать предварительный вывод об удовлетворительных психометрических характеристиках предложенного опросника. Высокая внутренняя согласованность шкал, подтвержденная низкими значениями коэффициента вариации, свидетельствует о надёжности методики. Все пункты финальной версии демонстрируют удовлетворительные показатели взаимной корреляции. Успешная модификация пунктов на основе анализа данных, полученных при первичной апробации и последующее подтверждение их качества при вторичной указывает на содержательную валидность. Наличие шкалы прямых вопросов (МТ) позволяет верифицировать характеристики конструктной валидности. Таким образом, опросник прошёл первичную апробацию и готов для дальнейших исследований на большей выборке.

Обсуждение результатов. На первом этапе апробации анализ межпунктных корреляций ($n=22$) позволил выявить и модифицировать 25 пунктов, показавших низкую дискриминативную способность. Пилотажное исследование повысило содержательную валидность методики, устранив формулировки, которые могли быть неправильно истолкованы респондентами или провоцировать социально желательные ответы. Результаты апробации на втором этапе на независимой выборке ($n=28$) свидетельствуют о психометрической состоятельности опросника. Высокая внутренняя согласованность всех шкал подтверждена низкими значениями коэффициента вариации ($CV=2-3$). Следовательно, пункты внутри каждой шкалы измеряют один и тот же конструкт, а ответы респондентов являются высоко консолидированными. После модификации все пункты опросника продемонстрировали удовлетворительные показатели взаимной корреляции, что подтверждает эффективность проведенной модификации инструмента. Расчёт норм для всех шкал делает опросник практическим инструментом, позволяющим интерпретировать индивидуальные результаты в категориях «низкий», «средний» и «высокий» уровень выраженности признака.

Основным ограничением настоящего исследования является небольшой объём выборки. Не проводилась проверка ретестовой надёжности и конструктной валидности, что является предметом для дальнейших исследований.

Таким образом, нами был разработан опросник для измерения степени выраженности моральной травматизации у сотрудников силовых ведомств, проведено его базовое психометрическое исследование. В ходе двухэтапной процедуры проверки была доказана психометрическая состоятельность методики – инструмент обладает высокой внутренней согласованностью, а его пункты являются дискриминативными и валидными.

Практическая значимость научного изыскания заключается в создании стандартизированного инструмента для оценки предикторов моральной травмы. Опросник может быть использован в исследовательской работе для изучения распространённости и специфики моральной травмы в различных профессиональных группах, а в практической деятельности – для скрининга моральной травматизации у сотрудников силовых ведомств. Методика открывает перспективы для дальнейшего изучения феноменологии моральной травмы и разработки средств психологической поддержки личного состава.

Список литературы:

1. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
2. Litz B.T., Kerig P.K. Introduction to the Special Issue on Moral Injury: Conceptual challenges, methodological issues, and clinical applications // Journal of Traumatic Stress. 2019. Vol. 32. № 3. P. 341-349.
3. Litz B.T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W.P., Silva C., Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy // Clinical Psychology Review. 2009. Vol. 29. № 8. P. 695-706.
4. Shay J. Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character. New York: Scribner, 1994. 246 p.

References:

1. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
2. Litz B.T., Kerig P.K. Introduction to the Special Issue on Moral Injury: Conceptual challenges, methodological issues, and clinical applications // Journal of Traumatic Stress. 2019. Vol. 32. № 3. P. 341-349.
3. Litz B.T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W.P., Silva C., Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy // Clinical Psychology Review. 2009. Vol. 29. № 8. P. 695-706.
4. Shay J. Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character. New York: Scribner, 1994. 246 p.

Хадду Алёна Вадимовна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: vadalmakka@gmail.com

Haddou Alena Vadimovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**СЛАГАЕМЫЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА КРИЗИСНЫХ ВОЛОНТЁРОВ-
ПСИХОЛОГОВ****PROFESSIONALISM COMPONENTS OF CRISIS VOLUNTEER PSYCHOLOGISTS**

Аннотация. В статье рассматриваются слагаемые профессионализма кризисных волонтёров-психологов. На основе изучения современной литературы и результатов анкетирования волонтёров-психологов выделены пять центральных составляющих, определяющих эффективность данной деятельности: психологическая компетентность, ответственность, аффективная эмпатия, эмоциональный интеллект и стрессоустойчивость. Подчёркивается необходимость отбора волонтёров-психологов с учётом потенциально деструктивных личностных особенностей, а также актуальность дальнейшего изучения мотивационной структуры кризисных волонтёров-психологов. Результаты исследования показывают сложившийся в профессиональном кругу образ эффективного кризисного волонтёра-психолога, который может послужить ориентиром для профессионального отбора специалистов, создания обучающих программ и проведения дальнейших исследований.

Abstract. The article examines the professionalism components of crisis psychology volunteers. Based on the study of modern literature and the results of a survey of volunteer psychologists, five central components have been identified that determine the effectiveness of this activity: psychological competence, responsibility, affective empathy, emotional intelligence and stress tolerance. The necessity of selecting psychological volunteers is emphasized, taking into account potentially destructive personality traits, as well as the relevance of further studying the motivational structure of crisis psychological volunteers. The results of the study show the image of an effective crisis volunteer psychologist that has developed in the professional community, which can serve as a guideline for professional selection of specialists, creation of training programs and further research.

Ключевые слова: кризис, волонтёр-психолог, кризисный волонтёр-психолог, психологическая помощь, профессионализм.

Keywords: crisis, volunteer psychologist, crisis volunteer psychologist, psychological help, professionalism.

Среди различных направлений социально-поддерживающей деятельности особая роль отводится кризисному волонтерству [8; 10 и др.]. Кризисные волонтеры-психологи – это специалисты, которые безвозмездно оказывают квалифицированную психологическую помощь людям, переживающим сильный стресс и эмоциональный кризис. Кризисные волонтеры-психологи работают как на местах происшествий и аварий, в реабилитационных лагерях, так и дистанционно, через горячие линии и онлайн-чаты. Последние обеспечивают доступную и анонимную поддержку в острых состояниях, особенно когда очная помощь невозможна.

Чрезвычайные ситуации, потеря близких, развод в семье, потеря рабочего места, пережитое насилие и прочие потенциально травмирующие ситуации

сталкивают человека с зачастую невыносимыми эмоциональными состояниями, требующими квалифицированной помощи. Человек в экстремальной ситуации может переживать острые стрессовые реакции: истерику, агрессию, страх, апатию и т.д., в связи с этим своевременная и квалифицированная психологическая помощь становится не просто вспомогательной, а необходимой мерой для предотвращения посттравматических последствий и восстановления психологического равновесия [6; 7; 9 и др.].

В связи с нестабильностью современной реальности, вызванной мировыми потрясениями последних лет (пандемия, военные действия, природные катаклизмы и т.д.), люди стали чаще сталкиваться с ситуациями, «выбивающими почву из-под ног», лишающими их внешних и внутренних личностных ресурсов для здоровой адаптации к меняющемуся миру. В связи с этим возрастаёт потребность в специалистах, способных оказать квалифицированную психологическую помощь на безвозмездной основе, в том числе в цифровой среде.

Для эффективного подбора кризисных волонтёров-психологов в некоммерческие организации, разработки соответствующих психодиагностических методик, а также повышения качества экстренной психологической помощи кризисными волонтёрами в целом, необходимо идентифицировать слагаемые их профессионализма, определяющие успешность оказания психологической помощи в кризисных ситуациях.

Одним из наиболее востребованных направлений в изучении деятельности кризисных волонтёров-психологов является рассмотрение её в контексте проблемы выгорания и связанных с ним феноменов: усталости от сочувствия и вторичной травматизации. Такой интерес обусловлен высокой эмоциональной нагрузкой, с которой сталкиваются специалисты при работе с травмированными людьми, а также спецификой кризисного взаимодействия, нередко краткосрочного, интенсивного, в условиях дефицита информации, что затрудняет завершённость контакта и повышает риск накопления специалистом не прожитых до конца эмоциональных переживаний.

Специфично к горячим линиям риск выгорания связывают также со столкновениями с абонентами, совершающими оскорбительные/сексуально неподобающие действия, работой с повторяющимися звонками, неспособностью предвидеть или контролировать поступающие звонки или знать, насколько эффективной оказалась помощь для абонента из-за отсутствия неверbalного компонента общения [12].

Особое значение в этом контексте придаётся таким характеристикам, как [4]: эмоциональная устойчивость, саморегуляция, сбалансированная эмпатия, психологическая гибкость, толерантность к неопределённости, просоциальность, стрессоустойчивость, стремление к переживанию собственной эффективности, преданность своему делу, ответственность и т.д. Интерес представляет проблема эмпатии. Например, Т.Д. Карягиной отмечается, что для оптимальной работы в помогающих профессиях необходим баланс её когнитивного и аффективного компонентов [3]. При недостатке когнитивной эмпатии, позволяющей человеку анализировать эмоциональное

состояние другого, предсказывать его реакции, а также отслеживать свои собственные эмоции, волонтёр-психолог не будет иметь возможности вывести человека из негативного состояния, «погрузится» в чужие эмоции, что, скорее всего, приведёт его к эмоциональному истощению. В случае недостаточной аффективной эмпатии специалист не будет искренне включён в процесс оказания помощи, что само по себе может быть дополнительным стресс-фактором для того, кому эта помощь оказывается. Таким образом, для эффективного оказания кризисной психологической помощи специалист должен иметь сбалансированно развитую эмпатию.

Одним из актуальных направлений в исследовании слагаемых профессионализма кризисных волонтёров-психологов является изучение их в аспекте оказания психологической помощи участникам специальной военной операции и их близким [2; 11]. Волонтёрами-психологами зачастую являются начинающие специалисты, не имеющие достаточного опыта и навыков для работы с боевыми травмами. В связи с этим, особое внимание в проблеме психологической помощи участникам боевых действий уделяется такому качеству как психологическая компетентность [1; 5]. Такая характеристика должна включать в себя сразу несколько составляющих: психологические знания касательно специфической проблемы благополучателя (например, достаточно глубокие познания о ПТСР, боевых травмах и об эффективных методах работы с ними), умение оказывать позитивное влияние в процессе оказания психологической помощи, навыки эффективной коммуникации (например, наличие опыта общения с военнослужащими и применение эффективных психологических методов влияния на представителей данной группы).

Личностные особенности волонтёров находят значительное место в современных исследованиях, однако зачастую выделяются не специфично к волонтёрам-психологам, а, в общем, применительно к волонтёрам, которые могут оказывать психологическую поддержку только отчасти. В связи с этим интересен вопрос, должны ли волонтёры уже обладать необходимыми личностными качествами для оказания профессиональной помощи или можно надеяться, что они приобретут их уже в процессе волонтёрской деятельности? Исследователи указывают на то, что верно и то, и другое [4]. Однако относительно волонтёрства, направленного именно на психологическую помощь в кризисных ситуациях, которая требует достаточного уровня профессионализма, есть основания полагать, что отбор по личностным характеристикам должен осуществляться более строго – хотя волонтёрство зачастую предполагает привлечение начинающих специалистов, то есть студентов-психологов старших курсов и недавних выпускников, важно, чтобы даже при нехватке профессионального опыта человек, по крайней мере не обладал личностными качествами, препятствующими эффективному оказанию психологических услуг. Например, такие качества (например, некоторые акцентуации характера) могут не являться противопоказанием к оказанию волонтёрской деятельности при организации мероприятий или гуманитарной

помощи, но должны быть исключены у волонтёров, имеющих доступ к личным и глубоким переживаниям других людей.

Мотивационные характеристики кризисных волонтёров-психологов также остаются недостаточно изученными в современной науке. Хотя мотивационная сфера волонтёров в целом достаточно широко освещается в современных исследованиях, специфика мотивации именно психологов, оказывающих безвозмездную помощь в кризисных ситуациях, до сих пор представлена в научной литературе фрагментарно и требует дальнейшего изучения. В литературе, изучающей мотивацию волонтёров, отмечается, что волонтёрам свойственна внутренняя мотивация. Однако данное утверждение требует проверки и дифференциации относительно кризисных волонтёров-психологов различного уровня подготовки. Например, по мнению волонтёров со стажем, студенты-психологи стремятся лишь получить соответствующие навыки и отработать минимально необходимое количество часов, предусмотренное учебным планом, что, несомненно, больше относится к внешней мотивации [13].

Таким образом, несмотря на значительный объём исследований, посвящённых составляющим профессионализма волонтёров в целом, специфика профессионализма волонтёров-психологов, а особенно тех, кто оказывает кризисную психологическую помощь, остаётся недостаточно изученной. Наиболее острым проблемой выступает отсутствие целостного понимания мотивационной структуры таких специалистов, а также взаимосвязи между их психологической компетентностью, профессиональным опытом и личностными особенностями. Эта проблема приобретает особую актуальность в контексте оказания помощи участникам боевых действий и членам их семей, где одновременно предъявляются высокие требования к эмоциональной устойчивости и способности работать с травмой. Всё это обуславливает необходимость целенаправленного изучения слагаемых профессионализма кризисных волонтёров-психологов.

Цель исследования: установить, какие слагаемые профессионализма кризисные волонтёры-психологи оценивают как наиболее важные в своей деятельности. В исследовании участвовали волонтёры-психологи чат-бота и горячей линии Российского Красного Креста (14 человек) и волонтёры-психологи из числа студентов Московского института психоанализа (5 человек). Для определения слагаемых, которые кризисные волонтёры-психологи определяют как наиболее значимые для эффективного осуществления данного вида деятельности, была создана авторская анкета на выбор пяти характеристик из 60 предложенных. Выбор слагаемых профессионализма, вошедших в анкету, был обоснован вниманием к ним в современных исследованиях. Исследование проводилось дистанционно с использованием Google-форм.

Результаты исследования. В итоговый перечень характеристик (при условии выбора единожды и более) вошли 38 личных особенностей из 60 (рисунок 1). Не были выбраны вообще следующие качества: интеллигентность, независимость, самоуверенность, аккуратность, обаятельность, конформность,

целеустремлённость, самокритичность, самоуважение, патриотичность, уступчивость, разносторонность, совестливость, автономия, харизматичность, энергичность, приспособляемость, склонность к лидерству, проницательность, тактичность, находчивость, красноречивость.

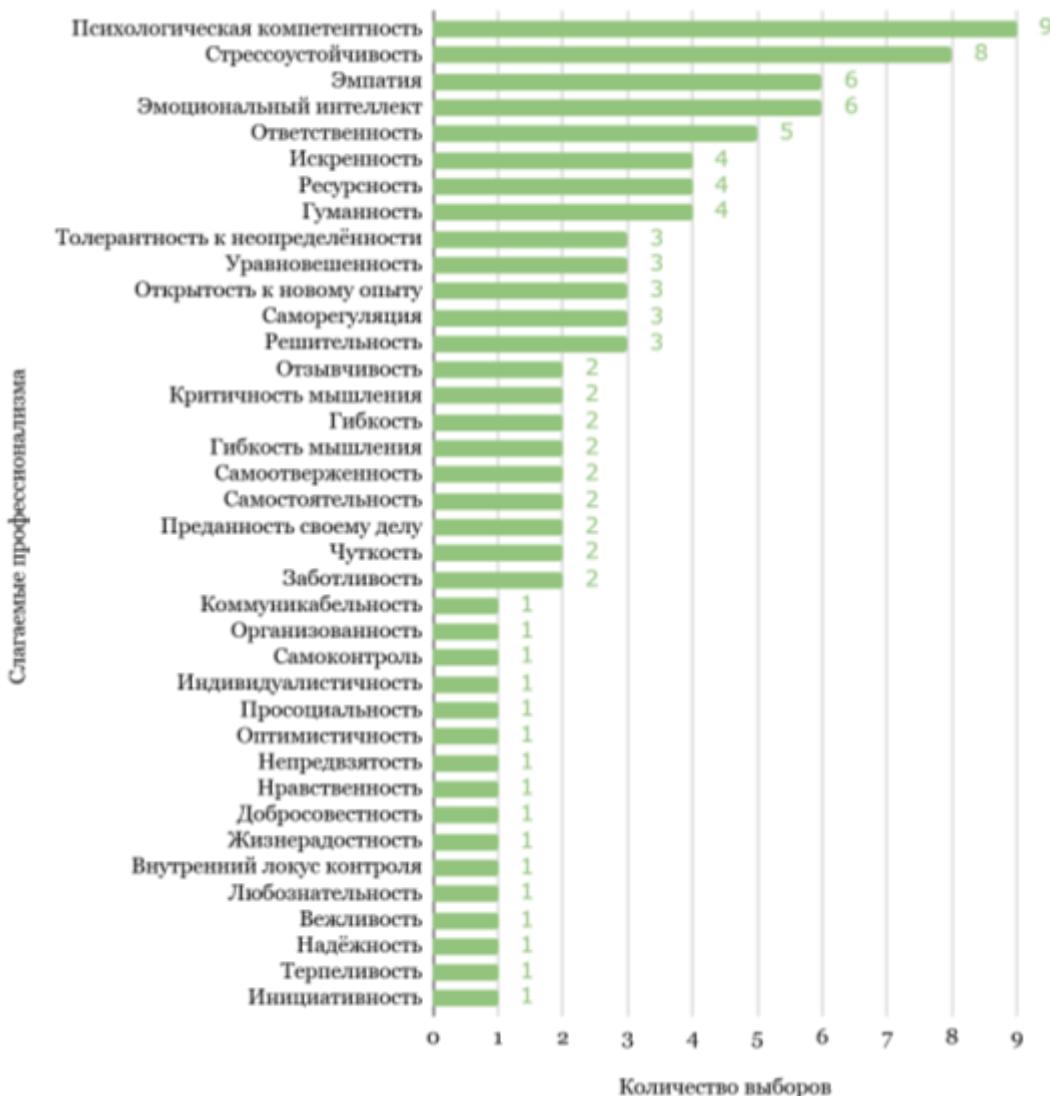


Рисунок 1 – Выбранные респондентами слагаемые профессионализма кризисных волонтёров-психологов

Исследование показало, что большинство опрошенных наиболее важными слагаемыми профессионализма кризисного волонтера-психолога считают следующие пять характеристик: психологическую компетентность, стрессоустойчивость, эмпатию, эмоциональный интеллект и ответственность.

Психологическая компетентность – это комплекс психологических знаний, умений и навыков, позволяющих психологу эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность. Помимо личностных и мотивационных составляющих, данный феномен является неотъемлемой частью профессионализма. Это качество обеспечивает профессиональную основу для оказания эффективной помощи в кризисных ситуациях. Данное качество получило наибольшее количество выборов в анкете.

Стрессоустойчивость – это свойство человека, позволяющее ему адаптироваться к воздействию неблагоприятных ситуаций благодаря достаточным ресурсам организма и психики с сохранением его работоспособности. Работа в кризисных условиях сопряжена с высоким эмоциональным напряжением и риском выгорания, способность сохранять спокойствие, ясность мышления и профессиональную эффективность в стрессовых ситуациях критически важна для устойчивой помощи другим. Данное качество заняло второе место по количеству выборов.

Эмпатия (от греч. *empatheia*) – это способность понимать другого путём параллельного переживания эмоций, возникающих в момент взаимодействия с ним. Это то, что позволяет волонтёру-психологу искренне сопереживать, понимать переживания клиента и устанавливать доверительный контакт. Это особенно важно в кризисной помощи, где отсутствие её проявления в кризисной ситуации может стать дополнительным источником травматизации.

Эмоциональный интеллект – это способность человека отслеживать свои и чужие эмоции, управлять ими и использовать для эффективного осуществления своей деятельности. Высокий уровень эмоционального интеллекта помогает волонтёру осознавать и регулировать собственные эмоции, точно распознавать эмоциональные состояния других, предвидеть реакции человека. Это способствует более гибкому и адекватному взаимодействию в напряжённых и непредсказуемых ситуациях.

Достаточно интересным результатом оказалось то, что и эмпатичность как аффективное проявление эмпатии, и эмоциональный интеллект как когнитивное её проявление получили равное количество голосов. Это соответствует обнаруженным при обзоре современной литературы данным о том, что и аффективная, и когнитивная составляющая эмпатии должны быть одновременно и сбалансированно развиты у кризисного волонтёра-психолога.

Ответственность – это способность осознавать себя как причину совершаемых поступков и их последствий, а также контролировать свои действия в соответствии со своими обязанностями. От решений и действий кризисного волонтёра-психолога зависят благополучие и даже безопасность человека. Ответственность гарантирует серьёзный, надёжный и этичный подход к своей роли и последствиям своей работы, что имеет особую важность в кризисных ситуациях.

Вышеуказанные пять слагаемых отражают целостный образ кризисного волонтёра-психолога как профессионала, обладающего высоким уровнем психологической компетенции и ответственно подходящего к оказанию психологической помощи, основанной не только на способности к сопереживанию, но и использовании эмоциональной информации для позитивного воздействия на обратившегося за помощью. Паттерн качеств личности кризисного волонтёра частично совпадает с моделью личности экстремального добровольца, предложенного В.Е. Петровым [7; 8 и др.]. При этом такой профессионал способен выдержать нагрузки, заключающиеся в столкновении с кризисными ситуациями благополучателей. Результаты

исследования позволяют оптимизировать меры поддержки кризисного волонтёрства.

Список литературы:

1. Гнездилов Г.В. Современные методы психологической работы с посттравматическим стрессовым расстройством у военнослужащих // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. № 2 (1). С. 50-60. DOI: 10.17759/epps.2024010204.
2. Демиденко Н.Н. Психолог-волонтер как субъект трудовой деятельности по оказанию психологической помощи семье в условиях кризисной ситуации // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2025. № 2. С. 17-28. DOI: 10.26456/vtvsyped/2025.2.017.
3. Карягина Т.Д. Эмпатия и выгорание у представителей помогающих профессий // Современная зарубежная психология. 2023. № 2 (12). С. 30-42. DOI: 10.17759/jmfp.2023120203.
4. Корнеева Е.Л. Основные направления исследования волонтерской деятельности // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2015. № 7 (1). С. 131-141. DOI: 10.17759/psyedu.2015070113.
5. Кузьмина Т.И. Последствия оказания неквалифицированной психологической помощи участникам боевых действий // Материалы III научного форума с международным участием «Экстремальная психология в экстремальном мире». М.: Московский государственный психолого-педагогический университет. 2024. С. 159-164.
6. Петров В.Е. Психодиагностическая модель оценки склонности к политическому волонтёрству // Прикладная психология и педагогика. 2024. Т. 9. № 3. С. 70-82. DOI: 10.12737/2500-0543-2024-9-3-70-82.
7. Петров В.Е. Психологические аспекты волонтёрства в условиях ведения боевых действий // Экстремальная психология в экстремальном мире: Материалы III научного форума с международным участием / под ред. В.М. Позднякова, В.Е. Петрова. М.: ФГБОУ МГППУ, 2024. С. 184-189.
8. Петров В.Е. Психология экстремального волонтёрства: субъектная модель, диагностика и подготовка: монография. М.: ООО «Русайнс», 2024. 118 с.
9. Петров В.Е. Сравнительный анализ представлений о личностных особенностях волонтёров и добровольцев // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация: Материалы V Международной научно-практической конференции / под общ. ред. А.В. Черной; Южный федеральный университет. Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2024. С. 166-171.
10. Поздняков В.М., Петров В.Е., Кокурин А.В. Личностные предикторы волонтёрства в повседневных и экстремальных условиях // Психология и право. 2023. Т. 4. № 13. С. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.
11. Ульянина О.А. Организация системы межведомственного адресного сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: материалы V Всероссийской научно-практической конференции. Екатеринбург: Издательство Уральского университета. 2023. С. 76-84.
12. Donnellan A. Social support and self-efficacy serially mediate the association of strength of identification with text-based crisis support line volunteers' compassion fatigue and compassion satisfaction // Journal of Community & Applied Social Psychology. 2024. № 1 (34). DOI: 10.1002/casp.2735.
13. Sundram F. Motivations, Expectations and Experiences in Being a Mental Health Helplines Volunteer // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2018. № 10 (15). DOI: 10.3390/ijerph15102123.

References:

1. Gnezdilov G.V. Modern methods of psychological work with post-traumatic stress disorder in military personnel // Extreme psychology and personal security. 2024. № 2 (1). P. 50-60. DOI: 10.17759/epps.2024010204.
2. Demidenko N.N. A volunteer psychologist as a subject of labor activity to provide psychological assistance to a family in a crisis situation // Bulletin of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology. 2025. № 2. P. 17-28. DOI: 10.26456/vtpsped/2025.2.017.
3. Karyagina T.D. Empathy and burnout among representatives of helping professions // Modern foreign psychology. 2023. № 2 (12). P. 30-42. DOI: 10.17759/jmfp.2023120203.
4. Korneeva E.L. The main activities of the volunteer organization // Psychological science and education psyedu.ru. 2015. № 7 (1). P. 131-141. DOI: 10.17759/psyedu.2015070113.
5. Kuzmina T.I. Consequences of providing unqualified psychological assistance to participants in hostilities // Materials for the III and scientific forum with international participation «Extreme psychology in an extreme world». Moscow: Moscow State Psychological and Pedagogical University. 2024. P. 159-164.
6. Petrov V.E. A psychodiagnostic model for assessing political volunteerism // Applied psychology and pedagogy. 2024. Vol. 9. № 3. P. 70-82. DOI: 10.12737/2500-0543-2024-9-3-70-82.
7. Petrov V.E. Psychological aspects of volunteering in combat conditions // Extreme psychology in an extreme world: Materials for the III and Scientific Forum with international participation / edited by V.M. Pozdnyakov, V.E. Petrov. Moscow: FSBEI MGPPU, 2024. P. 184-189.
8. Petrov V.E. Psychology of extreme volunteerism: a subjective model, diagnosis and preparation: monograph. Moscow: Rusains LLC, 2024. 118 p.
9. Petrov V.E. Comparative analysis of ideas about the personal characteristics of volunteers and volunteers // Personality in culture and education: psychological support, development, socialization: Materials in a scientific and practical International conference / under the general editorship of A.V. Chernaya; Southern Federal University. Rostov-on-Don; Taganrog: Southern Federal University Press, 2024. P. 166-171.
10. Pozdnyakov V.M., Petrov V.E., Kokurin A.V. Personal predictors of volunteerism in everyday and extreme conditions // Psychology and Law. 2023. Vol. 4. № 13. P. 164-174. DOI: 10.17759/psylaw.2023130412.
11. Ulyanova O.A. Organization of a system of interdepartmental targeted support for participants in a special military operation and their family members // Actual problems of extreme and crisis psychology: proceedings in the V All-Russian Scientific and Practical Conference. Yekaterinburg: Ural University Publishing House. 2023. P. 76-84.
12. Donnellan A. Social support and self-efficacy serially mediate the association of strength of identification with text-based crisis support line volunteers' compassion fatigue and compassion satisfaction // Journal of Community & Applied Social Psychology. 2024. № 1 (34). DOI: 10.1002/casp.2735.
13. Sundram F. Motivations, Expectations and Experiences in Being a Mental Health Helplines Volunteer // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2018. № 10 (15). DOI: 10.3390/ijerph15102123.

Верховская Дарья Дмитриевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: dariadmochenova@yandex.ru

Verkhovskaya Daria Dmitrievna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ПРЕДПОСЫЛКИ УСПЕШНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОКСЁРА**PREREQUISITES FOR SUCCESS IN A BOXER'S COMPETITIVE ACTIVITIES**

Аннотация. В статье излагаются основные подходы к трактовке понятий профессиональной и спортивной успешности, определению их критериев и обуславливающих причин. Рассматриваются позиции учёных о предпосылках успешной соревновательной деятельности боксёров, к которым относятся правильная психологическая подготовка, субъективное «чувство времени», эмоционально-волевые качества, социально-психологические установки относительно тренера, который должен уметь грамотно выстраивать тренировочный процесс, стрессоустойчивость, предстартовое состояние, личные опасения результатов боя, особенности мотивационной сферы и уровень тревожности, а также особенности функционирования нервной системы и головного мозга боксёра.

Abstract. The article outlines the main approaches to interpreting the concepts of professional and sports success, as well as defining their criteria and underlying causes. It examines the views of scientists on the prerequisites for successful competitive activity among boxers, which include proper psychological preparation, a subjective «sense of time», emotional and volitional qualities, socio-psychological attitudes towards a coach who must be able to effectively manage the training process, stress resistance, pre-competition state, personal concerns about the outcome of the fight, motivational characteristics, and anxiety levels, as well as the functioning of the nervous system and the brain of a boxer.

Ключевые слова: профессиональная успешность, успешность спортивной деятельности, личность спортсмена, бокс.

Keywords: professional success, success in sports, athlete personality, boxing.

Бокс – один из видов спорта, который требует от бойца не только высоких физических параметров, но и особой психологической готовности к поединку. Многие боксёры во время соревнований получают серьёзные увечья: выбитые зубы, сломанные носы, руки, ноги, рёбра и прочее. Частые нокауты (состояния, для которых характерно головокружение, частичная или полная потеря ориентации или сознания) и нокдауны (при которых боксёр сбит с ног, но в состоянии встать и продолжить поединок) нередко провоцируют серьёзные проблемы с головным мозгом. Психологическая готовность к этим тяжелым последствиям является одной из причин успешного выступления на соревновании. Если говорить о непосредственном периоде поединка, то он также требует от спортсмена высоких показателей: начиная от крепкой физической формы и отточенных ударов, заканчивая скоростью реакции и стрессоустойчивостью. В связи с этим актуальным становится вопрос о предпосылках успешности боксёров, однако прежде необходимо рассмотреть саму категорию успешности и составляющие ее характеристики.

С позиции системного подхода успех – это сочетание, компенсация и стимуляция различных психологических факторов, а не только наличие выдающихся способностей, то есть для успешной профессиональной (в том числе и спортивной) деятельности необходимо взаимодействие различных сторон психики, которые могут взаимно компенсировать недостатки друг друга [13]. С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лuria и другие представители деятельностного подхода постулировали идею о том, что успешность зависит от определенного набора личностных качеств и уровня развития таких компонентов психики, как память, сенсомоторные навыки, внимание, эмоциональная устойчивость, волевые качества и пр. Развитие всех этих компонентов психики возможно лишь благодаря включению человека в непосредственную деятельность [13]. Поэтому, по нашему мнению, крайне важным является введение развития перечисленных высших психических функций в тренировочный процесс.

В рамках личностного подхода, основные идеи которого отражены в работах К.К. Платонова, Л.И. Анцыфировой, В.А. Бодрова, выдвигается положение, согласно которому профессиональная успешность зависит не только от необходимых знаний, умений и навыков, но и от таких личностных свойств субъекта, как мотивация, уровень готовности функциональных систем, состояние индивидуально-психологических качеств человека и других составляющих структуры личности [13].

Рассмотрим подробнее критерии спортивной успешности. Так, А.Ц. Пуни определяет спортивную успешность как многогранное понятие, в которое входят индивидуальные особенности спортсмена (его характер, мотивация, темперамент), уровень физической подготовки, его психоэмоциональное состояние, стиль деятельности, волевые качества и психическая готовность к соревнованию [8]. И.М. Брегер предложил математическую модель спортивной успешности, которая оценивается отношением суммы занятых мест к общему числу проведенных боёв [1]. Д.В. Стоюнина и А.И. Алонцева разработали матрицу успешности, в которую входят когнитивный, психомоторный эмоционально-волевой, мотивационно-ценостный блоки, а также блок личностных характеристик [13].

Таким образом, несмотря на отсутствие единого представления о том, какие компоненты входят в понятие профессиональной и спортивной успешности, во всех вышеперечисленных подходах можно выделить нечто общее, а именно: успешность, как многокомпонентное понятие, зависит от целого ряда как внешних, так и внутренних факторов. Например, Д.С. Каськова относит к факторам, которые определяют успех спортсменов, особенности взаимодействия в команде, эмоциональное состояние и социально-психологические установки относительно тренера, тренировочного процесса и возможного поражения [4]. Е.П. Ильин в оценке предпосылок успешности в спорте делает акцент на эмоционально-волевых качествах: целеустремленности, самообладании, эмоциональной возбудимости и уравновешенности, настойчивости [2]. Ю.Б. Романова и В.Е. Петров выводят на

первый план склонность к физической активности как интегральную характеристику готовности в спортивной деятельности [10].

Правильная психологическая подготовка к соревнованию является одной из наиболее важных предпосылок успешности боксёра. А.Ц. Пуни выделяет 8 ее компонентов: 1) сбор корректной и необходимой информации об условиях предстоящего поединка и сопернике; 2) отслеживание динамики тренировочного прогресса; 3) верное определение цели выступления на соревновании; 4) выработка или пересмотр общественно-значимых мотивов участия в соревновании в соответствии с обозначенной целью; 5) мысленное формирование плана действий в возможных условиях состязания; 6) особая подготовка к вероятностному столкновению с препятствиями, в том числе и неожиданными, и тренировка их преодоления; 7) освоение приёмов саморегуляции в случае наступления негативных психологических состояний; 8) выбор и использование эффективных методов сохранения нервно-психической деятельности как перед соревнованием, так и во время него [8, С. 18-19].

Рассмотрим узкоспециализированные исследования в рамках обозначенной проблематики. Так, в исследовании, проведенном в 2003-2005 годах на выборке из 43 человек, среди которых 33 человека были спортсменами 1 разряда, 6 мастеров спорта и 4 КМС, изучалась взаимосвязь между способностью спортсмена оценивать временной промежуток, субъективно воспринимаемый как «минута», и адекватностью его оценки собственного состояния перед поединком. Предполагалось, что боксёры, отличающиеся тенденцией к ускорению времени (со средним индексом длительности минуты 39,3 секунды), имели больше шансов на победу, поскольку обладали преимуществом перед соперником в скорости реакции. У представителей этой же группы наблюдалась более высокая самооценка предстартовых состояний. Тем не менее, спортсмены, быстрее всего оценившие субъективную «минуту», во время поединка могут перегореть и впасть в апатию. Таким образом, исследователями был сделан вывод о том, что способность боксёра адекватно оценить минуту является важной предпосылкой успешного выступления на соревновании [6].

Одной важной детерминантой успешности боксёра является показатель его стрессоустойчивости [4; 5; 11; 12 и др.]. Анализ литературных источников позволил установить причины, влияющие на этот показатель: скорость сенсомоторных реакций, под которой следует понимать способность быстро и точно реагировать на меняющиеся условия; скорость переключения и дифференцирование внимания, указывающая на умение быстро переключаться между задачами, подмечать важные детали; как было указано выше, субъективное «чувство времени», что позволяет осуществлять тактическое планирование; скорость простой сенсомоторной реакции (на одиночный стимул), обеспечивающая возможность быстро реагировать на стимулы, одновременно удерживать внимание на нескольких задачах [5].

Поскольку бокс отличается от неконтактных видов спорта, прежде всего, тем, что требует от бойца одновременного удержания внимания и на себе, и на

сопернике, все перечисленные выше показатели являются крайне важными для успешного завершения поединка. Так, во время боя боксёр должен думать о своём положении в ринге, выборе оптимальной тактики боя, обладать способностью некоторого предугадывания действий соперника для принятия решения о грамотных защитных действиях и проведения ответной атаки, для выбора последовательности ударов в которой необходимо за секунды проанализировать нынешнее и спрогнозировать будущее положение рук, ног, корпуса, головы соперника. Однако на некоторые аспекты следует, наоборот, не обращать внимание. К таким аспектам, например, можно отнести своё физическое состояние: нередки случаи, когда боксёры продолжали поединок, несмотря на сломанные конечности. Недостаточное развитие хотя бы одной из вышеуказанных характеристик может оказывать ключевое влияние на проигрыш в поединке. Следовательно, улучшение показателей по этим личностным свойствам – не только фактор готовности к соревнованию, но и важнейшая предпосылка успешности.

Ю.Н. Кабановым была выявлена корреляция между индивидуальными особенностями функциональной асимметрии головного мозга и успешностью спортсменов. Так, такие значимые для боксёра физические характеристики, как сила, быстрота, выносливость напрямую связаны с типом межполушарной организации моторных и сенсорных процессов в мозге. Иными словами, потенциал человека в различных видах спорта зависит от того, как мозг обрабатывает информацию и координирует движения [3]. Кроме того, сочетание доминирующей руки и глаза связано с особенностями внимания: леворукие спортсмены с доминирующим правым глазом демонстрируют повышенную концентрацию внимания, с левым – выраженное распределение внимания [3]. В целом, поскольку большинство боксёров – правши, леворукие спортсмены могут создавать большие трудности для противника. Тренер обязан учить своего бойца драться с соперником, стоящим в чужой стойке с передней правой, а не левой рукой, зеркально «отражать» привычные атакующие и защитные комбинации.

Нельзя недооценивать роль тренера в подготовке боксёра к поединку: от него требуется грамотное выстраивание тренировочного процесса в зависимости от того, по какой формуле будет проходить бой: 3 раунда по 3 минуты, 4 раунда по 2 минуты или 5 раундов по 3 минуты. От этого зависят наставления тренера о грамотном распределении внутренних ресурсов боксёра на протяжении всего поединка. Знание спортсменом особенностей тактического ведения боя при разном количестве раундов разной длительности – не менее важный залог успеха.

Возвращаясь к особенностям психологической подготовки спортсмена, отметим, что был выявлен ряд показателей предстартового состояния, влияющего на успешность боксёра в поединке. Так, у боксёров, потерпевших поражение, предстартовое волнение начинало ярко развиваться за 1-2 дня до поединка. У победителей нарастало непосредственно перед боем. Преждевременное появление предстартового напряжения может быть связано с плохой тренированностью боксёра, его неуверенностью в своих силах.

Предстартовое волнение, в свою очередь, приводит к эмоциональному «перегоранию» и, как следствие, к проигрышу [9].

На успешность поединка также могут влиять личные опасения результатов поединка: страх неудачи и страх успеха, которые, в свою очередь возникают, по следующим причинам: 1) страх ответственности за результаты; 2) страх испытать боль или получить травму; 3) последствия собственной агрессии (боязнь нанести серьёзный урон сопернику, что может не дать возможности провести грамотную атаку или обречь бойца на проведение боя «вполсилы»); 4) нереалистичная оценка силы соперника [2, С. 56].

Для успешных боксёров также характерна высокая скорость реакции на движущийся объект (наряду с фигуристами и футболистами) [2, С. 89].

По результатам исследования, проведенного среди 36 боксёров 1 разряда в возрасте 14-15 лет и 14 подростков-кандидатов в мастера спорта, было выявлено, что боксёры КМС по показателю «мотивация к успеху» отличаются активностью, инициативностью, настойчивостью в достижении цели. Эффективность их деятельности и вовлечённость в тренировочный процесс в большей степени зависят от внутренней мотивации и самоконтроля, а не давления извне [7]. При сравнительном анализе боксёров КМС и перворазрядников было выявлено, что для спортсменов высшей спортивной квалификации характерны высокие показатели по уровню «реактивной тревожности», в отличие от спортсменов низкой квалификации, для которых присущи высокие и реактивная, и личностная тревожность. Иными словами, их можно охарактеризовать как людей, которые воспринимают более широкий круг потенциально опасных ситуаций как угрожающие [7].

Таким образом, на успешную спортивную подготовку боксёра влияет широкий спектр факторов: грамотно выстроенная тренером подготовка к бою, особенности функционирования нервной системы и головного мозга бойца, ряд его психологических и психофизиологических характеристик, уровень и тип его мотивации, субъективное «чувство времени», предстартовое состояние, опыт соревновательной деятельности и некоторые иные детерминанты.

Список литературы:

1. Брегер М.И. Нетрадиционная подготовка боксёра к соревнованиям. Минск: Боксинг, 1991. 102 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2016. 352 с.
3. Кабанов Ю.Н. Успешность спортивной деятельности и функциональная асимметрия головного мозга // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 3 (15). С. 194-201.
4. Каськова Д.С. Социально-психологические факторы успешности спортивной деятельности // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. № 6 (76). С. 72-76.
5. Клевенко В.М. Быстрота в боксе. М.: Книга по Требованию. 2021.
6. Прогнозирование успешности соревновательной деятельности боксёров на основе их «чувства времени» / С.Е. Бакулев, О.А. Двойрина, И.А. Афанасьев, В.А. Чистяков // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2013. № 9 (103). С. 23-27.
7. Психофизиологические и психологические качества, определяющие успешность спортивной деятельности юных боксёров / А.Т. Хасанов, Э.Ш. Шаяхметова, Э.Р. Хакимов [и др.] // Психология. Психофизиология. 2019. Т. 12, № 4. С. 105-111. DOI: 10.14529/jpps190411.

8. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1969. 88 с.
9. Родионов А.В. Психология спортивного поединка. М.: Фис. 1968.
10. Романова Ю.Б., Петров В.Е. Психотипология склонности клиентов фитнес-клубов к выбору вида физической активности // Современное образование: интеграция науки и практики. Сборник публикаций преподавателей и студентов по итогам международных и научно-практических конференций в апреле 2024 года. М., 2024. С. 189-195.
11. Сечко А.В., Леонгардт О.Р. Профессиональная вовлеченность педагогов в системе психологических взглядов // Психология обучения. 2018. № 5. С. 104-113.
12. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е. М.: Олимпия Пресс, 2005.
13. Стоюнина Д. В. Алонцева А.И. К вопросу о психологических детерминантах профессиональной успешности в спорте высших достижений // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 7-3 (49). С. 151-157. DOI: 10.18454/IRJ.2016.49.167.

References:

1. Breger M.I. Unconventional preparation of a boxer for competitions. Minsk: Boxring Publ., 1991. 102 p.
2. Ilyin E.P. Psychology of sports. St. Petersburg: Peter, 2016. 352 p.
3. Kabanov Yu.N. The success of sports activity and the functional asymmetry of the brain // The world of science, culture, education. 2009. № 3 (15). P. 194-201.
4. Kaskova D.S. Socio-psychological factors of success in sports activities // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. 2011. № 6 (76). P. 72-76.
5. Klevenko V.M. Speed in boxing. Moscow: Book on Demand. 2021.
6. Forecasting the success of competitive activity of boxers based on their «sense of time» / S.E. Bakulev, O.A. Dweyrina, I.A. Afanasyeva, V.A. Chistyakov // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. 2013. № 9 (103). P. 23-27.
7. Psychophysiological and psychological qualities that determine the success of sports activities of young boxers / A.T. Khasanov, E.Sh. Shayakhmetova, E.R. Khakimov [et al.] // Psychology. Psychophysiology. 2019. Vol. 12. № 4. P. 105-111. DOI: 10.14529/jpps190411.
8. Puni A.C. Psychological preparation for competition in sports. Moscow: Physical culture and sport, 1969. 88 p.
9. Rodionov A.V. Psychology of a sports duel. Moscow: Fis. 1968.
10. Romanova Yu.B., Petrov V.E. Psychotypology of the propensity of clients of fitness clubs to choose the type of physical activity // Modern education: integration of science and practice. Collection of publications of teachers and students based on the results of international and scientific-practical conferences in April 2024. Moscow, 2024. P. 189-195.
11. Sechko A.V., Leonhardt O.R. Professional involvement of teachers in the system of psychological views // Psychology of learning. 2018. № 5. P. 104-113.
12. Solodkov A.S. Human physiology. General. Sports. Age group: Textbook. Ed. 2-E. M.: Olympia Press, 2005.
13. Stoyunina D.V., Alontseva A.I. On the issue of psychological determinants of professional success in high-performance sports // International Scientific Research Journal. 2016. № 7-3 (49). P. 151-157. DOI: 10.18454/IRJ.2016.49.167.

Галин Кирилл Олегович

Московский государственный университет спорта и туризма (г. Москва, Россия),
аналитик отдела проектной и научной деятельности, e-mail: it.cirogalin@yandex.ru

Galin Kirill Olegovich

Moscow state university of sport and tourism (Moscow, Russia),
analyst, department of project and research activities

Петров Владислав Евгеньевич

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
доцент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», кандидат психологических наук, доцент, e-mail: v.e.petrov@yandex.ru

Petrov Vladislav Evgenevich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), Associate Professor of
the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology,
candidate of psychological sciences, associate professor

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ В АВТОСПОРТЕ

PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING DECISION-MAKING IN MOTORSPORT

Аннотация. Статья рассматривает ключевые психологические факторы, влияющие на принятие пилотом решений в автоспорте. Выделены такие факторы, как: когнитивные навыки, эмоциональная регуляция, ценностно-мотивационные характеристики, психосоматика. Учтены возможности социально-психологического фактора и поддержки окружающих. Выделенные аспекты являются перспективными направлениями для работы спортивного психолога с пилотами. Исследование актуализирует необходимость совершенствования мер психологического сопровождения в области автоспорта.

Abstract. The article examines the key psychological factors influencing a driver's decision-making in motorsport. Such factors as cognitive skills, emotional regulation, value-motivational characteristics, and psychosomatics are highlighted. The possibilities of the socio-psychological factor and the support of others are taken into account. The highlighted aspects are promising areas for the work of a sports psychologist with athletes. The study highlights the need to improve psychological support measures in the field of motorsport.

Ключевые слова: автоспорт, экстремальные нагрузки, принятие решений.

Keywords: motorsport, extreme loads, decision-making.

Одним из динамично развивающихся направлений субъектной активности людей является увлечённость экстремальными видами спорта [4]. Подобные сложные виды деятельности во многом сопряжены с экстремальными физическими и психическими нагрузками. От спортсменов требуется предельная концентрация внимания, способность оперативного ориентирования в происходящем, готовность принимать решения в высоко динамичных, сложных и неопределенных ситуациях.

Понимание процессов, лежащих в основе анализа обстановки и принятия решений в спорте, имеет особое значение как для учёных, так и для практиков. Несмотря на наличие большого количества публикаций в области психологии и педагогики спорта, экстремальных увлечений физической направленности, существует определённые пробелы в части исследования психологических аспектов принятия решений в автоспорте [3; 11]. Как известно, психологические особенности принятия решения в спорте анализируются в

«системе регулирования тренировочного процесса с учётом специфических особенностей вида спорта», могут различаться в индивидуальных и командных видах спорта [1, С. 73]. Проведены психологические изыскания по командным видам спорта, но отмечается недостаток аналогичных исследований в автоспорте [3; 6 и др.].

Целью нашего исследования ставилось теоретически обосновать психологические факторы, влияющие на принятие решений в автоспорте.

По результатам анализа публикаций установлено, что принятие решений в автоспорте является сложным процессом, который зависит от множества психологических факторов. Базовыми являются *когнитивные навыки*: способность пилота анализировать большое количество данных, поступающих от различных источников с приборной панели, команд по радио, изменений в поведении соперников и условиях трассы, погодных условиях, технического состояния гоночного автомобиля, тактических и стратегических планов команды. Управление транспортным средством требует высокой концентрации внимания и способности фильтрации важной информации от второстепенной.

Процесс обработки и анализа данных формирует общий уровень системного мышления [5] и умение выявлять причинно-следственные связи при управлении транспортным средством (спортивным болидом).

Принятие обоснованных решений, которые могут включать в себя выбор траектории движения, реакцию на действия соперников, изменение скорости и другие тактические манёвры должны быть особенно быстрыми и точными, ввиду высокой динамики развития событий и ограниченного времени на них, ошибки могут иметь серьёзные последствия. Принятие оптимальных решений в таких условиях невозможно без способности к ситуационной осведомлённости.

Рефлексия опыта предыдущих заездов может позволить пилотам быстрее адаптироваться к новым условиям на трассе. Это требует развитой кратковременной и долговременной памяти, а также способности к быстрому обучению.

Для пилота актуально адекватное восприятие риска – способность объективно оценивать возможные риски и на основе этого принимать верные решения, которые минимизируют возможные негативные последствия пилотирования в экстремальных условиях.

В работах западных исследователей Диаса дель Кампо и Френча сравнивались особенности принятия решений футболистов и бейсболистов с низким и высоким уровнем игрового мастерства. В обоих исследованиях респонденты были женского и мужского пола. Исследователи пришли к однаковому выводу, что независимо от возрастной группы, игроки высокого профессионального мастерства показали лучшие результаты в когнитивных аспектах игровой деятельности [7; 9 и др.]. Это согласуется с другими исследованиями, которые подтверждают, что более талантливые игроки демонстрируют значительно более высокие показатели принятия решений [6; 8; 10]. Проводя аналогию, можно подтвердить обоснованность выделения когнитивных характеристик пилотов спортивных болидов. Способность быстро находить альтернативные варианты действия, оценивать их потенциальные

последствия и выбирать оптимальный вариант решения в сложных ситуациях является одним из показателей, присущим пилотам высокого профессионального уровня и членам команды, отвечающих за стратегию гонки.

Огромное значение отводится *эмоциональной регуляции*: умению управлять своими эмоциями, такими как страх, тревога или волнение. Пилоты должны быть способны распознавать своё эмоциональное состояние. В этой связи перспективным направлением исследований является изучение успешности использования различных техник (дыхательные упражнения, медитация, визуализация) для управления эмоциями во время тренировочного процесса, предстартовых процедур и заезда. А.Ю. Гиринская пришла к выводу, «что спортсмены с высоким уровнем развития волевой саморегуляции и распределения и переключения внимания более активны, работоспособны, устойчивы к помехам и менее склонны к совершению ошибок в принятии решений» [2, С. 54].

Стрессоустойчивость один из важных факторов для принятия оптимального решения в критической ситуации управления спортивным болидом. Регулярные тренировки и симуляции стрессовых ситуаций могут способствовать развитию стрессоустойчивости. Такие тренировки проходят в условиях высокого стресса, чтобы научиться управлять своими эмоциями в реальных гоночных условиях.

Эмоциональная поддержка со стороны команды, друзей и семьи также может играть важную роль в нормализации эмоционального состояния. Ввиду этого спортивному психологу гоночной команды следует делать больший акцент на психологической атмосфере внутри команды, знать и понимать особенности коммуникации пилота с близкими друзьями и членами семьи.

Принципиальное значение имеют *ценностно-мотивационные* характеристики пилота. Обсуждение и утверждение конкретных целей в совокупности с высоким уровнем личностной и коллективной мотивации могут способствовать осознанному и обоснованному принятию решений. Тренировочный и соревновательный опыт должен быть проанализирован и отрефлексирован для закрепления в качестве успешно приобретённого рефлекса при управлении болидом.

Нельзя исключить влияние *психосоматического* фактора. Например, уровень физической усталости может влиять на анализ и обработку поступающей пилоту информации, что оказывается на способности принимать решения, концентрации внимания, особенно в длительных заездах и гонках на выносливость. Изучение особенностей физиологических реакций организма пилотов в коротких гонках и гонках на выносливость является перспективным направлением в изучении психологических и физиологических особенностей автоспортсменов.

Важен *социально-психологический* фактор. Командная динамика, успешная коммуникация со всеми членами команды, включая механиков, инженеров и стратегов, могут существенно влиять на качество обратной связи между пилотом и командой, что может повышать качество принятия

стратегических и тактических решений не только в рамках гоночного заезда, но и общего дальнейшего развития соревновательного / тренировочного процесса.

Вышеуказанные аспекты обладают синергетическим эффектом, действуют комплексно и усиливают влияние на психику спортсмена при их сочетанном действии. «Работая с каждым составляющим процесса принятия решения, например, вниманием, волевой сферой, мотивацией, памятью, эмоциональной сферой и т.д. возможно компенсировать действие стрессовой ситуации и избежать возникновения ошибок» [2, С. 55].

Таким образом, были выделены социально-психологические и психологические факторы, влияющие на принятие решений в автоспорте. В первую очередь, это когнитивные навыки, эмоциональная регуляция, ценностно-мотивационные характеристики, психосоматика. Факторы являются перспективными направлениями для работы спортивного психолога с автоспортсменами и могут являться перечнем тем будущих исследований в данной сфере. Исследование актуализирует необходимость совершенствования мер психологического сопровождения в области автоспорта.

Список литературы:

1. Василенко С.В. Социально-психологические факторы качества принятия решений спортсменами групповых видов спорта // Коллекция гуманитарных исследований. 2017. № 4 (7). С. 73-78.
2. Гиринская А.Ю., Кухтова Н.В. Роль волевого самоконтроля спортсмена в принятии решений // Рудиковские чтения – 2015: материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием по психологии спорта и физической культуры. Москва: Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2015. С. 53-56.
3. Пушкина В.Н., Зелянина А.Н., Оляшев Н.В., Размахова С.Ю., Цинис А.В. Индивидуально-психологические характеристики лиц, занимающихся экстремальными видами спорта // Интернет-журнал «Мир науки». 2016. Т. 4. № 3. <http://mir-nauki.com/vol4-3.html> (дата обращения: 02.10.2025).
4. Романова Ю.Б., Петров В.Е. Психотипология склонности клиентов фитнес-клубов к выбору вида физической активности // Современное образование: интеграция науки и практики. Сборник публикаций преподавателей и студентов по итогам международных и научно-практических конференций в апреле 2024 года. М., 2024. С. 189-195.
5. Шулятьев В.М., Дугблей А.Д. Психологические факторы, влияющие на мыслительную деятельность футболистов, в ходе групповых взаимодействий // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2018. № 1. С. 260-262.
6. Ashford M, Abraham A, Poolton J. Understanding a Player's Decision-Making Process in Team Sports: A Systematic Review of Empirical Evidence // Sports (Basel). 2021. № 9 (5). P. 65. DOI: 10.3390/sports9050065.
7. Diaz del Campo D.G., Gonzalez Villora S., Garcia Lopez L.M., Mitchell S. Differences in decision-making development between expert and novice invasion game players // Percept. Mot. Skills. 2011. № 112. P. 871-888.
8. Fajen B.R., Riley M.A., Turvey M.T. Information, affordances, and the control of action in sport // Int. J. Sport Psychol. 2018. № 40. P. 79-107.
9. French K.E., Spurgeon J.H., Nevett M.E. Expert-novice differences in cognitive and skill execution components of youth baseball performance // Res. Q. Exerc. Sport 1995. № 66. P. 194-201.

10. Silva A., Conte D., Clemente F. Decision-Making in Youth Team-Sports Players: A Systematic Review // International journal of environmental research and public health. 2020. № 17. P. 3803. DOI: 10.3390/ijerph17113803.

11. Swann C., Keegan R.J., Piggott D., Crust L. A systematic review of the experience, occurrence, and controllability of flow states in elite sport // Psychol. Sport Exerc. 2012. № 13. P. 807-819. DOI: 10.1016/j.psychsport.2012.05.006.

References:

1. Vasilenko S.V. Socio-psychological factors of the quality of decision-making by athletes of group sports // Collection of humanitarian studies. 2017. № 4 (7). P. 73-78.

2. Girinskaya A.Yu., Kukhtova N.V. The role of volitional self-control of an athlete in decision-making // Rudikov readings – 2015: proceedings of the XI All-Russian Scientific and practical Conference with international participation on the psychology of sports and physical culture. Moscow: Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism, 2015. P. 53-56.

3. Pushkina V.N., Zelyanina A.N., Olyashev N.V., Razmakhova S.Yu., Tsinis A.V. Individual psychological characteristics of people involved in extreme sports // Online magazine «The World of Science». 2016. Vol. 4. № 3. <http://mir-nauki.com/vol4-3.html> (date of reference: 02.10.2025).

4. Romanova Yu.B., Petrov V.E. Psychotypology of fitness club clients' propensity to choose the type of physical activity // Modern education: integration of science and practice. Collection of publications of teachers and students based on the results of international and scientific-practical conferences in April 2024. Moscow, 2024. P. 189-195.

5. Shulyatyev V.M., Dugbley A.D. Psychological factors influencing the mental activity of football players during group interactions // The resources of athletes' competitiveness: theory and practice of implementation. 2018. № 1. P. 260-262.

6. Ashford M, Abraham A, Poolton J. Understanding a Player's Decision-Making Process in Team Sports: A Systematic Review of Empirical Evidence // Sports (Basel). 2021. № 9 (5). P. 65. DOI: 10.3390/sports9050065.

7. Diaz del Campo D.G., Gonzalez Villora S., Garcia Lopez L.M., Mitchell S. Differences in decision-making development between expert and novice invasion game players // Percept. Mot. Skills. 2011. № 112. P. 871-888.

8. Fajen B.R., Riley M.A., Turvey M.T. Information, affordances, and the control of action in sport // Int. J. Sport Psychol. 2018. № 40. P. 79-107.

9. French K.E., Spurgeon J.H., Nevett M.E. Expert-novice differences in cognitive and skill execution components of youth baseball performance // Res. Q. Exerc. Sport 1995. № 66. P. 194-201.

10. Silva A., Conte D., Clemente F. Decision-Making in Youth Team-Sports Players: A Systematic Review // International journal of environmental research and public health. 2020. № 17. P. 3803. DOI: 10.3390/ijerph17113803.

11. Swann C., Keegan R.J., Piggott D., Crust L. A systematic review of the experience, occurrence, and controllability of flow states in elite sport // Psychol. Sport Exerc. 2012. № 13. P. 807-819. DOI: 10.1016/j.psychsport.2012.05.006.

Курских Валерия Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: kurskikhv@gmail.com

Kurskikh Valeria Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК ОСНОВА ПРОФИЛАКТИКИ СПОРТИВНОГО СТРЕССА В ПЕРИОД СОРЕВНОВАНИЙ

SELF-REGULATION AND PREVENTION OF SPORTS STRESS DURING COMPETITIONS

Аннотация. В статье представлен обзор проблемы стресса спортсменов в период соревнований как общего состояния, нарушающего деятельность спортсмена. Описывается саморегуляция спортсменов и ее роль в профилактике соревновательного стресса. Приведены эмпирические данные исследования, подтверждающие положительное влияние программы по развитию навыков саморегуляции для снижения уровня стресса и соревновательной тревоги, а также повышения уверенности в себе у спортсменов командных видов спорта. По результатам делается вывод о необходимости внедрения в спортивное сопровождение методов по развитию саморегуляции.

Abstract. The article presents an overview of the problem of athletes' stress during the competition period as a general condition that disrupts the athlete's activity. Describes the self-regulation of athletes and its role in the prevention of competitive stress. Empirical data of the study are presented, confirming the positive impact of the program for developing self-regulation skills to reduce the level of stress and competitive anxiety, as well as to increase self-confidence in athletes of team sports. According to the results, it is concluded that it is necessary to introduce methods for developing self-regulation in sports support.

Ключевые слова: спортивный стресс, саморегуляция, соревновательная тревожность, психологическая подготовка, психическая надёжность.

Keywords: sports stress, self-regulation, competitive anxiety, psychological training, and mental reliability.

Интенсивный рост конкуренции и увеличение физических нагрузок спортсменов делает действительно актуальным изучение проблемы соревновательного стресса и методов его профилактики в связи с повышением значимости психологических ресурсов, определяющих конкурентоспособность и успешность спортсменов [2; 12]. Соревновательный стресс, понимаемый как состояние чрезмерной психической напряженности и дезорганизации поведения под воздействием экстремальных факторов спортивной деятельности [1; 13], способен нивелировать месяцы физической подготовки. Так, разработка и внедрение эффективных способов профилактики выступает важной практической задачей.

В настоящее время накопилось большое количество литературных источников, посвященных психологии спорта (А.Ц. Пуни, Е.П. Ильин, А.В. Алексеев), однако актуальной проблемой остается недостаточное внедрение практико-ориентированных методов психологического

сопровождения, направленных на развитие у спортсменов навыков самостоятельной оценки и регуляции своего состояния [3; 4].

Теоретические аспекты спортивного стресса и саморегуляции. В современных исследованиях понятие стресса определяется как системное явление, включающее физиологический, когнитивный и эмоциональный компоненты [5]. Опираясь на теорию Г. Селье, стресс рассматривается как неспецифическая реакция организма на любое предъявленное ему требование. С точки зрения Р. Лазаруса решающим элементом является когнитивная оценка индивида ситуации как угрожающей [5; 6]. К факторам, провоцирующим стресс в спорте, относятся – физиологические (боль, усталость, перенапряжение), психологические (занятые ожидания, ответственность, риск ошибки), социальные (взаимоотношения тренером, взаимодействие с товарищами, отсутствие поддержки) и объективные (условия тренировочного процесса, особенности обстановки) [1; 7]. В спортивной психологии также необходим учёт следующих психологических характеристик – самооценка, мотивация достижения и уровень тревожности.

Важнейшим инструментом для работы с указанными стрессогенами выступает саморегуляция. В отечественной психологии саморегуляция определяется как сложная, осознанная системная организация психических процессов, которая позволяет человеку управлять своей целенаправленной деятельностью в изменяющихся условиях (О.А. Конопкин, Б.Ф. Ломов, А.К. Осницкий и др.). Развитая саморегуляция позволяет спортсмену гибко адаптироваться к изменяющимся условиям, поддерживать оптимальный уровень активации и противостоять дезорганизующему влиянию стресса [8].

В зарубежной литературе проблемой саморегуляции занимался Р. Баумайстер, он понимал саморегуляцию как ограниченный ресурс, связанный с силой воли. С точки зрения теории самодетерминации Р. Райана и Э. Деси, основанием саморегуляции служит внутренняя мотивация и удовлетворения базовых психологических потребностей (автономии, компетентности, связанности) [9; 10].

Профилактика спортивного стресса и нейтрализация негативных последствий возможна благодаря использованию различных методов саморегуляции, таких как аутогенная тренировка, психомышечная тренировка [2], идеомоторная тренировка (метод «Ключ» Х.М. Алиева), направленных на формирование навыков управления психофизиологическим состоянием.

Организация и методы исследования. Участие в исследование принимали 20 профессиональных спортсменов – баскетболистов мужского пола, в возрасте от 20 до 24 лет ($M=21,5$; $D=1,43$). На констатирующем этапе с помощью методики «Анкета психической надёжности спортсмена» В.Э. Мильмана измерялся уровень саморегуляции спортсменов. Также, оценивался уровень тревоги и стресса посредством методик: «Диагностика соревновательной тревоги» (CSAI-2, в адаптации К.А. Бочавер и др.) и «Теста на определение уровня стресса» Ю.В. Щербатых. По полученным результатам выборка была распределена на две группы – «группа 1» с высокими показателями саморегуляции ($n=9$) и «группа 2» с низкими ($n=11$). На формирующем этапе с

экспериментальной группой («группа 2») была реализована авторская программа по развитию навыков саморегуляции, включающая обучение техникам релаксации, мобилизации, идеомоторной тренировки («Ключ» Алиева) и формированию уверенности. На контрольном этапе определялась динамика изменения уровня саморегуляции спортсменов после проведения программы с использованием тех же методик.

Результаты исследования. На основании данных первичной диагностики были получены статистически значимые различия между группами. Так, у спортсменов с низкой саморегуляцией («группа 2») уровень стресса был выражен сильнее (19,3 балла против 10,7 в группе 1, $p \leq 0,01$), кроме того, показатели по когнитивной тревоге (19,6 против 16,0, $p \leq 0,05$) и соматической тревоге (20,3 против 14,3, $p \leq 0,01$) существенно выше. Было установлено, что уровень уверенности в себе имел значимые отличия (19,4 против 26,2, $p \leq 0,01$). Корреляционный анализ Спирмена показал, что существует обратная зависимость ($p \leq 0,01$) между уровнем стресса и саморегуляцией.

Далее, по завершению программы по развитию навыков саморегуляции была проведена повторная диагностика, результаты которой, свидетельствуют о наличие положительного сдвига у экспериментальной группы. Анализ данных показал, что количество спортсменов с высокой саморегуляцией возросло до 65% (с 9 до 13 человек), при этом у 35% (7 человек) спортсменов уровень саморегуляции увеличился, но не значительно или остался на том же уровне.

Таблица 1 – Сравнение показателей психической надёжности спортсменов до и после проведения программы по развитию навыков саморегуляции в экспериментальной «группе 2» (по методике В.Э. Мильман)

Шкалы	Группы	Среднее значение		Т – критерий	Достоверность
		До	После		
Соревновательно-эмоциональная устойчивость	Группа 1	-2,7	-1,8	6	-
	Группа 2 Э	-4,3	-2,5	6	$p < 0,01$
Саморегуляция	Группа 1	0,4	0,5	5	-
	Группа 2 Э	-2,9	-0,8	1	$p < 0,01$
Мотивационно-энергетический компонент	Группа 1	2,1	2	8,5	-
	Группа 2 Э	1,0	2,2	14	-
Стабильность и помехоустойчивость	Группа 1	-0,4	-0,4	30	-
	Группа 2 Э	-1,4	-0,9	7,5	-

Можно сделать вывод (табл. 1), что разработанная программа произвела положительное воздействие по некоторым показателям. Так, достоверные различия были получены по шкалам «Соревновательная эмоциональная устойчивость» – показатель вырос с -4,3 до -2,5, «Саморегуляция» – показатель вырос с -2,9 до -0,8 у группы 2.

Таблица 2 – Сравнение показателей соревновательной тревоги спортсменов до и после проведения программы по развитию навыков саморегуляции в экспериментальной «группе 2» (по методике К.А. Бочавер)

Шкалы	Группа	Среднее значение		T – критерий	Достоверность
		До	После		
Когнитивная тревога	Группа 1	16	15	10	-
	Группа 2 Э	19,6	18,4	7,5	p<0,05
Соматическая тревога	Группа 1	14,3	13,8	11	-
	Группа 2 Э	20,3	19,5	15	-
Уверенность в себе	Группа 1	26,2	27,3	4,5	p<0,05
	Группа 2 Э	19,4	20,6	10	p<0,05

Изменения отмечены у всех групп, однако динамика и выраженность результатов разная (табл. 2). У экспериментальной группы статистически значимые различия были получены по шкалам «Когнитивная тревога» и «Уверенность в себе», что свидетельствует об усвоении спортсменами навыков саморегуляции, позволяющих успешно справляться со стрессом и самостоятельно формировать установку на уверенное поведение, что в свою очередь подтверждает результативность проведенной программы. Предположительно, рост уверенности в себе у контрольной группы связан с успешным завершением нескольких предшествующих диагностике игр.

При этом достоверных результатов по шкале «Соматическая тревога» достичь не удалось. Это может быть обусловлено краткосрочностью вмешательства, поскольку физиологические компоненты тревоги требуют более длительной коррекции.

Заключение. Результаты, полученные в ходе нашего исследования, позволяют сделать вывод о ключевой роли саморегуляции в профилактике деструктивного спортивного стресса в соревновательный период. Разработанная и апробированная нами программа по развитию навыков саморегуляции доказала свою эффективность. Так у спортсменов командных видов спорта уровень стресса и когнитивной тревоги снизился, а уверенность в своих силах наоборот увеличилась.

Таким образом, развитие навыков осознанной саморегуляции является одним из основных направлений психологического сопровождения спортсменов. Внедрение и реализация такой программы в тренировочный процесс позволяет повысить психическую надёжность и соревновательную устойчивость спортсменов, что в результате способствует достижению высших спортивных результатов. Перспективой дальнейших исследований является разработка долгосрочных программ с акцентом на коррекцию соматической тревоги и учёт индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции.

Список литературы:

1. Абрамова В.В., Иванькова Ю.А. Пути преодоления стресса спортсменами в спортивной соревновательной деятельности // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2016. № 4 (10). С. 70-76.
 2. Алексеев А.В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 352 с.
 3. Бебенина М.В. Обзор современных исследований в области осознанной саморегуляции спортсменов // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2015.
 4. Боровик О.Н. Индивидуальные особенности саморегуляции спортсмена как фактор снижения негативных проявлений спортивной деятельности// Современные вопросы биомедицины. 2018. № 4 (5). С. 191-197.
 5. Бохан Т.Г. Психология стресса: системный подход: учебное пособие. Томск: Издательский Дом Томского государственного университета, 2019. 140 с.
 6. Бочавер К.А., Довжик Л.М. Совладающее поведение в профессиональном спорте: феноменология и диагностика // Клиническая и специальная психология. 2016. Т. 5. № 1. С. 1-18.
 7. Васюра С.А., Иоголевич Н.И. Категории спортивного стресса и совладания в традициях Пермской психологической школы // Теория и практика физической культуры. 2021. № 4. С. 9-11.
 8. Вонсович К.А., Рогалева Л.Н. Исследование саморегуляции произвольной активности у студентов института физической культуры // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2014. № 2. С. 89-95.
 9. 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.
 10. Кадзиковска-Вжосек Р. Сила воли. Автономия, саморегуляция и контроль деятельности / Пер. с польск. Х.: изд-во «Гуманитарный Центр», 2022. 244 с.
 11. Розенова М.И., Екимова В.И., Кокурин А.В., Огнев А.С., Ефимова О.С. Стресс и страх в экстремальной ситуации // Современная зарубежная психология. 2020. № 9 (1). С. 94-102.
 12. Романова Ю.Б., Петров В.Е. Психотипология склонности клиентов фитнес-клубов к выбору вида физической активности // Современное образование: интеграция науки и практики. Сборник публикаций преподавателей и студентов по итогам международных и научно-практических конференций в апреле 2024 года. М., 2024. С. 189-195.
 13. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
- References:**
1. Abramova V.V., Ivankova Yu.A. Ways for athletes to overcome stress in competitive sports activities // Scientific result. Pedagogy and psychology of education. 2016. № 4 (10). P. 70-76.
 2. Alekseev A.V. Overcome yourself! Mental training in sports. Rostov n/A: Phoenix, 2006. 352 p.
 3. Bebenina M.V. Review of modern research in the field of conscious self-regulation of athletes // Resources of competitiveness of athletes: theory and practice of implementation. 2015.
 4. Borovik O.N. Individual features of athlete's self-regulation as a factor in reducing negative manifestations of sports activity// Modern issues of biomedicine. 2018. № 4 (5). P. 191-197.
 5. Bohan T.G. Psychology of stress: a systematic approach: a textbook. Tomsk: Publishing House of Tomsk State University, 2019. 140 p.

6. Bochaver K.A., Dovzhik L.M. Coping behavior in professional sports: phenomenology and diagnosis // Clinical and special psychology. 2016. Vol. 5. № 1. P. 1-18.
7. Vasyura S.A., Iogolevich N.I. Categories of sports stress and coping in the traditions of the Perm Psychological School // Theory and practice of physical culture. 2021. № 4. P. 9-11.
8. Vonsovich K.A., Rogaleva L.N. A study of self-regulation of voluntary activity among students of the Institute of Physical Culture // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. 2014. № 2. P. 89-95.
9. Gordeeva T.O. Theory of self-determination: present and future. Part 1: Problems of theory development // Psychological research. 2010. Vol. 3. № 12. DOI: 10.54359/ps.v3i12.906.
10. Kadzikowska-Wrzosek R. Willpower. Autonomy, self-regulation and activity control / Translated from Polish. Kh.: publishing house «Humanitarian Center», 2022. 244 p.
11. Rozenova M.I., Ekimova V.I., Kokurin A.V., Ognev A.S., Efimova O.S. Stress and fear in an extreme situation // Modern foreign psychology. 2020. № 9 (1). P. 94-102.
12. Romanova Yu.B., Petrov V.E. Psychotypology of fitness club clients' propensity to choose the type of physical activity // Modern education: integration of science and practice. Collection of publications of teachers and students based on the results of international and scientific-practical conferences in April 2024. Moscow, 2024. P. 189-195.
13. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.

Раздел III. Теория и практика экстренной и кризисной психологической помощи

Авилова Анна-Мария Ильинична

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
магистр психологии, e-mail: rozaroz98@rambler.ru

Avilova Anna-Maria Ilyinichna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master of psychology

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ

PSYCHOLOGICAL PREVENTION OF SUICIDAL BEHAVIOR IN EARLY ADOLESCENCE USING VIRTUAL REALITY TECHNOLOGIES

Аннотация. Статья посвящена психологической профилактике суицидального поведения в раннем юношеском возрасте. В статье рассмотрены как теоретические, так и практические аспекты профилактики суицидального поведения. Был проведён эксперимент, нацеленный на профилактику суицидального поведения. В эксперименте приняли участие 30 студентов 2 курса факультета экстремальной психологии МГППУ. Из них 15 вошли в контрольную группу (12 девушек и 3 юношей) и 15 в экспериментальную (13 девушек и 2 юношей). По результатам эксперимента была составлена программа психологической профилактики суицидального поведения.

Abstract. This article is devoted to the psychological prevention of suicidal behavior in early adolescence. It examines both theoretical and practical aspects of suicidal behavior prevention. An experiment aimed at preventing suicidal behavior was conducted. Thirty second-year students from the Faculty of Extreme Psychology at Moscow State University of Psychology and Education participated in the experiment. Fifteen of these students were in the control group (12 girls and 3 boys) and 15 in the experimental group (13 girls and 2 boys). Based on the experiment's results, a program for the psychological prevention of suicidal behavior was developed.

Ключевые слова: психологическая профилактика, суицидальное поведение, ранний юношеский возраст, виртуальная реальность, VR-технологии.

Keywords: psychological prevention, suicidal behavior, early adolescence, virtual reality, VR technology.

Ранний юношеский возраст характеризуется интенсивным личностным развитием и поиском социальной идентичности, что нередко сопровождается эмоциональными трудностями и межличностными конфликтами, повышающими риск возникновения суицидальных мыслей. Современные цифровые технологии и социальные сети могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на психику представителей раннего юношеского возраста. Буллинг, кибербуллинг, груминг, шантаж, группы смерти – это лишь часть того, что может негативно повлиять на поведение и психологическое благополучие юношей и девушек. В условиях ограниченной доступности психологической помощи актуально создание и внедрение эффективных профилактических программ суицидального поведения [6]. Таким образом, психологическая профилактика суицидального поведения становится

ключевым элементом обеспечения психического здоровья и гармоничного развития юношей и девушек. Современные технологии, в частности виртуальная реальность (VR), предоставляют новые возможности для профилактики и психологической коррекции. VR-среда позволяет безопасно моделировать потенциально стрессовые и угрожающие ситуации, способствуя развитию устойчивости к негативным факторам и развитию навыков совладания со стрессовыми ситуациями.

В настоящее время в отечественных и зарубежных исследованиях нет информации об использовании VR-симуляторов в качестве метода профилактики суицидального поведения. Этот факт подчёркивает значимость проведённого исследования и его новизну.

Теоретические основы исследования. Феномен суицидального поведения рассматривался многими авторами в контексте социокультурных, личностных и психопатологических факторов. Одним из основоположников суицидологии считается французский социолог Эмиль Дюркгейм. В 1897 году он опубликовал книгу «Самоубийство», в которой изучал социальные и культурные факторы, влияющие на вероятность совершения самоубийства. Эта работа стала первым систематическим исследованием проблемы самоубийства и положила основу для дальнейшего развития суицидологии. Э. Дюркгейм выделил такие типы самоубийства, как: аномическое, эгоистическое, альтруистическое и фаталистическое [3]. Ж.-Э.Д. Эскироль ещё в 1838 году выдвинул гипотезу о том, что саморазрушающее поведение, это патология, которая разрушает весь организм человека [4]. В отечественной психологии значительный вклад в исследование проблемы внесла А.Г. Амбрумова, рассматривая суицид, как следствие взаимодействия индивидуальных и ситуационных факторов [1].

Согласно классификации ООН, возраст молодёжи начинается с 15 лет и продолжается до 24 лет [7]. Именно на эту классификацию мы будем опираться в нашей работе. Юношеский возраст делится на ранних юношей (15-18 лет) и поздних юношей (18-23 года). Юноши сталкиваются с задачей выбора профессии и начинают работать. В этом возрасте будущее становится главным направлением, и личность устремляется в будущее, определяя образ жизни и выбор профессии. В 9 и 11 классах ученик оказывается в состоянии выбора - продолжения или завершения образования. Ранняя юность характеризуется неравномерностью развития и сменой акцентов от самоопределения к самореализации. Кризис 17 лет происходит на грани школьной и взрослой жизни. [5] Из-за кризиса, смены гормонального фона и других факторов данная возрастная категория является уязвимой по отношению к суицидальному поведению. По этой причине, эта возрастная группа остро нуждается в профилактических мероприятиях по предотвращению такого поведения.

Профилактика суицидального поведения включает информирование, консультирование, развитие стрессоустойчивости и формирование позитивного отношения к жизни. Однако традиционные формы профилактики часто оказываются недостаточно эффективными, особенно среди молодёжи, привыкшей к интерактивным и визуальным форматам восприятия информации.

Использование технологий виртуальной реальности открывает новые перспективы. VR позволяет смоделировать экстремальные ситуации без угрозы для жизни и обучить молодых людей конструктивным стратегиям реагирования на стресс. Исследования показывают, что VR способствует развитию когнитивной гибкости, улучшению психического здоровья и психологического благополучия у студентов, а также способствует их психологической безопасности [6]. Благодаря эффекту незаконченного действия или эффекту Зейгарник, заключающегося в том, что человек лучше запоминает прерванные действия, чем завершённые, была сделана гипотеза о том, что после проигрывания опасной для жизни ситуации и смерти в конце игры, суицидальные мысли и желания исчезнут. Так как потенциально опасная для жизни ситуация была прожита в виртуальной реальности. Появится желание жить, так как придет осознание ценности жизни.

Методы исследования. В исследовании использовались такие эмпирические методы, как стандартизированные методики и опросники (шкала безнадёжности Бека, BHS, шкала депрессии Бека, BDI; ауто- и гетероагgressия Е.П. Ильина; суицидная личность СЛ-19 П.И. Юнацкевича; антивитальность и жизнестойкость, АВиЖС О.А. Сагалаковой и Д.В. Труевцева; тест самочувствие-активность-настроение, САН В.А. Доскина, М.П. Мирошникова и др.).

Методы экспериментального воздействия. Для моделирования опасной для жизни ситуации были использованы такие VR симуляторы, как: 1) Survivor VR (игра, где можно «сгореть»); 2) Richie's Plank Experience (игра, где по инструкции экспериментатора нужно пройти по балке для моделирования опасной для жизни ситуации и упасть вниз); 3) Nature Treks VR (в игре предлагается выбрать красивый, успокаивающий фон; на выбор игрока предоставляются различные фоны, например лес с пением птиц, море и пляж со звуками волн и т.д.). Следует отметить, что игры в виртуальной реальности с имитацией опасной ситуации в случае страха высоты, могут наоборот подтолкнуть к действию лиц с суицидальными мыслями, за счёт избавления от страха. Поэтому, перед тем, как дать им пройти игру Richie's Plank Experience, нужно уточнить у участников эксперимента, боятся ли они высоты и при положительном ответе дать им пройти Survivor VR.

Оборудование: Vive Focus Plus и Oculus Quest.

Результаты исследования. Все респонденты, давшие добровольное согласие, на участие в эксперименте (30 человек), с помощью рандомизации были разделены на 2 группы: экспериментальную и контрольную. Были сравнены данные в экспериментальной и контрольной группах до эксперимента. Для сравнения групп был использован критерий U-Манна-Уитни (табл. 1). Установлены различия по параметрам: антивитальные мысли и действия, антивитальные мысли, антивитальные действия, импульсивность поведения, микросоциальный конфликт, конфликт в группе, функциональная семья, самочувствие, настроение. Достоверные различия показателей двух групп обнаружены по 9 шкалам из 35. Группы можно сравнивать между собой, т.к. по большинству показателей различий не обнаружено.

Мы сравнили экспериментальную группу по всем методикам до и после участия в эксперименте по критерию Т-Вилкоксона (табл. 2). Достоверные различия показателей двух групп обнаружены по показателю тревожные руминации и шкале депрессии Бэка. Уровень значимости по этим показателям равен 0,05. На уровне тенденции к снижению находится безнадёжность, агрессия направленная на других, суициdalный риск, и такие показатели антивитальности, как: антивитальные действия, антивитальные переживания, негативный образ, беспомощность, дисморфофобия, конфликт в семье, конфликт с педагогами, одиночество / недоверчивость, склонность к аддиктивному поведению. На уровне тенденции к повышению находятся такие показатели жизнестойкости, как: психологическая поддержка, функциональная семья, удовлетворенность жизнью, саморегуляция/планирование, позитивный образ будущего. Показатели самочувствия, активности и настроения снизились, что может свидетельствовать об усталости студентов после эксперимента.

Таблица 1 – Сравнение экспериментальной и контрольной групп до эксперимента по критерию U-Манна-Уитни

Названия шкал методик	Эксп. группа	Контр. группа	U эмп	p
Методика 1 (Шкала безнадёжности Бека)	8.133	5.400	159,0	0.052
Методика 2 (Шкала депрессии Бека)	14.933	9.267	138,5	0.28
Методика 3 (Автоагgressия)	4.933	3.400	146,5	0.155
Гетероагgressия	3.333	3.200	113,5	0.966
Методика 4 (Уровень суициdalного риска)	6.200	3.533	152,5	0.091
Методика 5 (Антивитальные мысли и действия)	3.533	1.867	175	0.007**
Антивитальные мысли	4.133	2.200	169,5	0.012*
Антивитальные действия	4.867	3.000	160,5	0.035*
Импульсивность поведения	3.400	2.000	169	0.016*
Демонстративность	2.533	1.600	152	0.074
Антивитальные переживания	3.600	2.667	155	0.073
Негативный образ	3.600	2.933	139,5	0.241
Заброшенность	3.733	3.133	148,5	0.123
Беспомощность	3.800	2.867	139	0.257
Неопосредованность эмоций	3.333	2.867	130,5	0.449
Страх негативной оценки	3.133	2.467	139,5	0.244
Гелотофобия	2.200	2.133	113	0.983
Дисморфофобия	3.733	2.933	134,5	0.354
Микросоциальный конфликт	2.333	0.733	179,5	0.004**
Конфликт в семье	4.200	2.333	150,5	0.109
Конфликт в группе	2.800	0.867	182	0.003**
Конфликт с педагогами	1.133	0.933	118,5	0.791
Одиночество/недоверчивость	4.467	3.400	146,5	0.153
Вредные привычки	1.400	2.533	71	0.078
Тревожные руминации	5.133	4.400	129,5	0.474
Склонность к АП	3.600	4.867	87,5	0.294
Психологическая поддержка	4.867	5.267	91	0.36
Функциональная семья	3.400	5.600	59,5	0.025*
Удовлетворенность жизнью	4.067	4.933	91	0.362
Стремление к успеху	4.600	5.067	93	0.399

Саморегуляция/планирование	5.667	6.000	100.5	0.588
Позитивный образ будущего	4.600	4.867	109	0.882
Методика 6 (Самочувствие)	3.447	4.900	51	0.011*
Активность	3.527	4.640	66.5	0.056
Настроение	3.893	5.773	34.5	0.001***

Примечание: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

Таблица 2 – Сравнение экспериментальной группы ДО и ПОСЛЕ эксперимента по методикам исследования по критерию Т-Вилкоксона

Названия шкал методик	ЭГ (ДО)	ЭГ (ПОСЛЕ)	Т эмп	p
Методика 1 (Шкала безнадёжности Бека)	5.400	5.000	39.5	0.56
Методика 2 (Шкала депрессии Бека)	9.267	6.867	95	0.046*
Методика 3 (Автоагрессия)	3.4	3.533	22	0.57
Гетераагрессия	3.2	2.733	33	0.204
Методика 4 (Уровень суициального риска)	3.533	3.067	23	0.473
Методика 5 (Антивитальные мысли и действия)	1.867	1.933	10	0.915
Антивитальные мысли	2.200	2.333	3.5	0.577
Антивитальные действия	3.000	2.667	19.5	0.347
Импульсивность поведения	2.000	2.200	16.5	0.454
Демонстративность	1.600	1.867	6	0.317
Антивитальные переживания	2.667	2.467	4.5	0.414
Негативный образ	2.933	2.667	17.5	0.527
Заброшенность	3.133	3.400	4	0.336
Беспомощность	2.867	2.600	24.5	0.351
Неопосредованность эмоций	2.867	2.933	17.5	0.942
Страх негативной оценки	2.467	2.467	5	1
Гелотофобия	2.133	2.267	5	0.48
Дисморфофобия	2.933	2.800	6	0.715
Микросоциальный конфликт	0.733	0.867	2.5	0.317
Конфликт в семье	2.333	2.133	3	0.18
Конфликт в группе	0.867	0.867	5	1
Конфликт с педагогами	0.933	0.800	14	0.414
Одиночество/недоверчивость	3.400	3.267	26.5	0.623
Вредные привычки	2.533	2.800	7	0.206
Тревожные руминации	4.400	3.467	28	0.016*
Склонность к АП	4.867	4.533	41	0.463
Психологическая поддержка	5.267	5.400	5	0.48
Функциональная семья	5.600	5.800	0	0.083
Удовлетворенность жизнью	4.933	5.200	0	0.102
Стремление к успеху	5.067	4.933	12	0.739
Саморегуляция/планирование	6.000	6.133	3.5	0.577
Позитивный образ будущего	4.867	5.267	9	0.196
Методика 6 (Самочувствие)	4.900	4.800	63.5	0.842
Активность	4.640	4.380	70.0	0.57
Настроение	5.773	5.633	62.0	0.909

В контрольной группе также сравнены показатели по всем методикам исследования (табл. 3). Достоверные различия на уровне 0,5 показателей двух групп обнаружены только по показателю настроение. Данный показатель нельзя отнести к витальным или анти-витальным и его изменение может быть случайным.

Таким образом, после прохождения эксперимента у участников снизился уровень депрессии и тревожных рутинаций на уровне значимости 0,05, что свидетельствует о снижении суициального риска. Гипотеза об эффективности применения технологий виртуальной реальности в психологической профилактике суициального поведения у представителей раннего юношеского возраста частично подтверждена, так как не все показатели суициального риска были снижены.

Таблица 3 – Сравнение контрольной группы ДО и ПОСЛЕ эксперимента по методикам исследования по критерию Т-Вилкоксона

Название шкал методик	ЭГ (ДО)	ЭГ (ПОСЛЕ)	T эмп	p
Методика 1 (Шкала безнадёжности Бека)	8.133	7.867	7.0	0.45
Методика 2 (Шкала депрессии Бека)	14.933	15.267	4.0	0.715
Методика 3 (Автоагрессия)	4.933	4.733	21.0	0.669
Гетераагрессия	3.333	2.867	18.5	0.084
Методика 4 (Уровень суициального риска)	6.200	6.533	3.0	0.461
Методика 5 (Антивитальные мысли и действия)	3.533	3.600	6.0	0.655
Антивитальные мысли	4.133	4.400	3.0	0.465
Антивитальные действия	4.867	5.067	1.0	0.276
Импульсивность поведения	3.400	3.200	8.0	0.257
Демонстративность	2.533	2.733	0.0	0.317
Антивитальные переживания	3.600	3.733	5.0	0.48
Негативный образ	3.600	3.733	5.0	0.48
Заброшенность	3.733	3.800	6.5	0.783
Беспомощность	3.800	3.800	6.0	0.713
Неопосредованность эмоций	3.333	3.267	12.0	0.748
Страх негативной оценки	3.133	3.467	0.0	0.102
Гелотофобия	2.200	2.133	2.0	0.655
Дисморфофобия	3.733	3.733	4.0	0.713
Микросоциальный конфликт	2.333	2.333	10.5	1
Конфликт в семье	4.200	3.533	22.0	0.161
Конфликт в группе	2.800	3.200	8.5	0.673
Конфликт с педагогами	1.133	1.533	1.5	0.098
Одиночество/недоверчивость	4.467	4.600	8.0	0.595
Вредные привычки	1.400	2.000	2.0	0.131
Тревожные рутинации	5.133	5.333	8.5	0.671
Склонность к АП	3.600	3.133	15.0	0.339
Психологическая поддержка	4.867	4.933	2.0	0.564
Функциональная семья	3.400	3.400	5.0	1
Удовлетворенность жизнью	4.067	4.200	6.0	0.68
Стремление к успеху	4.600	4.733	1.5	0.414
Саморегуляция/планирование	5.667	5.867	1.0	0.655
Позитивный образ будущего	4.600	4.533	14.0	1
Методика 6 (Самочувствие)	3.447	3.527	35.0	0.753
Активность	3.527	3.467	29.0	0.44
Настроение	3.893	4.127	12.0	0.019*

Психологическая профилактика, основанная на технологиях виртуальной реальности, может использоваться в образовательных учреждениях, а также в учреждениях психологической помощи населению, для формирования у

молодёжи навыков эмоциональной саморегуляции и конструктивного реагирования на стресс. В частности, программу целесообразно использовать в работе с лицами, подверженными суицидальному риску. В дальнейшем эксперимент может быть включен в тренинг по профилактике суицидального поведения.

Список литературы:

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. М., 1980. 58 с.
2. Анисимова Д.О. Особенности развития временной перспективы в юношеском возрасте // Мировая наука. 2022. № 11 (68). С. 12-16.
3. Дюркгейм Э. Самоубийство: социологический этюд / Эмиль Дюркгейм. Перевод с французского А.Н. Ильинского. СПб.: Мысль, 1994. 399 с.
4. Каннабих Ю.В. История психиатрии. М.: Издательство Юрайт, 2024. 384с.
5. Литвинова А.В., Березина Т.Н., Кокурин А.В., Екимова В.И. Психологическая безопасность обучающихся во взаимодействии с виртуальной реальностью // Современная зарубежная психология. 2022. Т. 11. № 3. С. 94-104. DOI: 10.17759/jmfp.2022110309.
6. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марынина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
7. Сайт ООН. [Электронный ресурс] URL: <https://www.un.org/ru/events/youth2010/background.shtml> (дата обращения: 11.10.2025).

References:

1. Ambrumova A.G., Tikhonenko V.A. Diagnostics of suicidal behavior. Moscow, 1980. 58 p.
2. Anisimova D.O. Features of the development of the time perspective in adolescence // World Science. 2022. № 11 (68). P. 12-16.
3. Durkheim E. Suicide: a sociological study / Emile Durkheim. Translated from the French by A.N. Ilyinsky. St. Petersburg: Mysl, 1994. 399 p.
4. Kannabikh Yu.V. History of psychiatry. Moscow: Yurait Publishing House, 2024. 384 p.
5. Litvinova A.V., Berezina T.N., Kokurin A.V., Ekimova V.I. Psychological safety of students in interaction with virtual reality // Modern foreign psychology. 2022. Vol. 11. № 3. P. 94-104. DOI: 10.17759/jmfp.2022110309.
6. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
7. The UN website. [Electronic resource] URL: <https://www.un.org/ru/events/youth2010/background.shtml> (date of request: 11.10.2025).

Брагина Татьяна Вячеславовна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: bragina1976@mail.ru

Bragina Tatiana Vyacheslavovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ ГРУППЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА**PERSONALITY TRAITS OF ADOLESCENTS AT RISK OF SUICIDE**

Аннотация. Проблема суицидального поведения среди подростков является одной из наиболее острых и актуальных в современной психологии и педагогике. Суицид – это сложный многофакторный феномен, обусловленный совокупностью биологических, психологических и социальных факторов. Подростковый возраст, характеризующийся повышенной эмоциональной лабильностью, кризисом идентичности и стремлением к самоопределению, является особенно уязвимым периодом. Данная статья посвящена изучению на основе факторного анализа личностных особенностей юношей и девушек, входящих в группы суицидального риска.

Abstract. The problem of suicidal behavior among adolescents is one of the most pressing and relevant issues in modern psychology and pedagogy. Suicide is a complex, multifactorial phenomenon, driven by a combination of biological, psychological, and social factors. Adolescence, characterized by heightened emotional instability, identity crises, and the desire for self-determination, is a particularly vulnerable period. This article is devoted to the study, based on factor analysis, of the personality traits of young men and women included in suicide risk groups.

Ключевые слова: суицидальный риск, гендерные различия, суицидальное поведение, подростковый возраст, группа риска, психопрофилактика.

Keywords: suicide risk, gender differences, suicidal behavior, adolescence, risk group, psychoprophylaxis.

Вопросы суицидальной безопасности подрастающего поколения остаются приоритетными в связи с нестабильной социально-политической ситуацией, ростом депрессивных состояний, агрессии и насилия в обществе. Важно понимать, что суицидальные мысли и попытки – это не внезапное решение, а результат длительного процесса накопления негативных переживаний, связанных с трудностями адаптации, конфликтами, чувством безнадёжности и отсутствием поддержки [7]. Своевременное выявление факторов риска и особенностей личности подростков группы риска позволяет разработать и реализовать эффективные программы профилактики и коррекции суицидального поведения.

Подростковый возраст является ключевым этапом в развитии личности, во время которого происходят значительные изменения в психическом состоянии и поведении. В логике функциональной психологии В.К. Шабельников, утверждает, что подростки, сталкиваясь с неопределенностью жизненных ситуаций, вынуждены формировать собственное мировоззрение и убеждения, выстраивать отношения с разными людьми, в том числе и теми, кто придерживается иных взглядов. Это приводит

к развитию более зрелой личности, способной существовать в мире, полном противоречий. Этот процесс является необходимым этапом взросления и подготовки к жизни в динамичном и многообразном обществе, которое включает в себя сферу личного общения и сложные моральные нормы, не отраженные в школьной программе [8]. Возрастно-психологический подход, представлен в трудах Эльконина и Драгуновой. Они акцентируют внимание на возрастных изменениях и их влиянии на личностные свойства. Подростковый возраст характеризуется нестабильностью в эмоциональном плане, что связано с физическим и психическим взрослением, с активными поисками новых ролей в социуме и с необходимостью адаптироваться к быстро меняющимся требованиям окружающего мира. Поэтому важно учитывать то, что каждая личность уникальна и темпы развития в подростковом возрасте могут существенно отличаться.

Культурно-историческая теория психического развития даёт устойчивую основу исследований психологических проблем социализации и личностного развития в подростковом возрасте [1]. Исследования в области социометрии показывают, что подростки с высоким социальным статусом чаще обладают такими чертами, как открытость, эмоциональная стабильность и адаптивность, в отличие от их сверстников с низким статусом, которые могут демонстрировать замкнутость и ригидность [3]. У подростков, находящихся в группе риска, часто наблюдаются такие личностные черты, как низкая самооценка, высокая степень тревожности и депрессии, а также проблемы с эмоциональной регуляцией [5]. Подростки с суицидальными склонностями часто испытывают трудности в межличностных отношениях, проявляя это в напряженности, конфликтности и агрессивности, отчуждённости [2]. Сравнительные анализы, проведённые на основании различных опросников и анкет, выявляют характерные особенности, отличающие подростков с суицидальными наклонностями от их сверстников. Низкая психологическая устойчивость и высокая подверженность стрессу также могут служить индикаторами повышенного риска.

Исследования, учитывающие половые различия в суициальном поведении подростков, играют немаловажную роль при разработке профилактических программ. Результаты показывают, что юноши и девушки могут проявлять разные формы суицидальных мыслей и поведения. Например, подростки мужского пола часто используют более решительные методы, которые в большинстве случаев приводят к летальному исходу, тогда как девушки могут прибегать к менее прямым демонстративным, привлекающим к себе внимание подходам [4]. Анализ личностных особенностей подростков, находящихся в группе риска, позволяет выявить определенные паттерны, которые могут служить индикаторами потенциальной угрозы.

Для проверки предположения о том, что у юношей группы риска более выражены принятие одиночества, самооценка психических состояний, акцентуации личности в сравнении с девушками, было проведено эмпирическое исследование. Исследование проводилось на базе ГБУ «Центр диагностики и консультирования» Краснодарского края среди обучающихся 8-

9-х классов, приняли участие обучающиеся, состоящие в «группах риска», в возрасте 14-15 лет. Выборка была разделена на две группы: 1 группа – юношей ($N=10$) и 2 группа – девушек ($N=10$).

Использовались следующие психодиагностические методики: дифференциальный опросник переживания одиночества, созданный и валидизированный Е.Н. Осиным и Д.А. Леонтьевым; опросник Г.Ю. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста и определения уровня тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности личности, влияющих на формирование суицидальных наклонностей; характерологический опросник Г. Шмишека, направленный на диагностику типа акцентуации личности; методика выявления суицидального риска А.А. Кучера и В.П. Костюкевича для выявления аутоагрессивных тенденций и факторов, которые формируют суицидальные намерения у подростков.

Факторный анализ на основе метода вращения Варимакс с нормализацией Кайзера выявил три основных фактора у девушек и юношей, состоящих в группах суицидального поведения (табл. 1). Первый фактор в группе юношей – «импульсивность и экстровертированная дезадаптация», второй – «суициальность и делинквентность с социальной отстраненностью», третий – «семейные и образовательные трудности с отсутствием позитивного одиночества»; первый фактор в группе девушек – «экзистенциальная безнадёжность и социальная дезадаптация», второй – «интровертированная дезадаптация и подавленная агрессия», третий – «перфекционизм, дистимия и избегание романтических отношений».

Таблица 1 – Факторы группы юношей

Фактор 1	% / вес	Фактор 2	% / вес	Фактор 3	% / вес
Процент дисперсии	25,928	Процент дисперсии	17,702	Процент дисперсии	14,308
Гипертимность	0,872	Добровольный уход из жизни	0,949	Позитивное одиночество	-0,915
Тревожность	-0,853	Зависимость от общения	-0,933	Семейные неурядицы	0,880
Агрессия	0,765	Противоправные действия	0,841	Школьные проблемы, проблема выбора жизненного пути	0,768
Ригидность	-0,751	Тревожность	-0,625		
Экзальтированность	0,650	Общее одиночество	-0,563		
Дистимность	0,485				

В группе юношей выявлен фактор, напрямую связанный с суицидальным поведением, включающим переменную «Добровольный уход из жизни». Сочетание суицидальных мыслей с противоправными действиями делает подростка особенно уязвимым. Важно отметить, что для юношей характерен поиск выхода из сложной ситуации через деструктивные формы поведения, такие как агрессия, правонарушения, употребление психоактивных веществ.

Отсутствие потребности в общении может приводить к социальной изоляции и отсутствию поддержки, а неумение позитивно воспринимать одиночество может усугублять чувство изоляции и беспомощности. Подростки склонны скрывать свои переживания, что затрудняет выявление суицидальных намерений.

Для девушек наиболее мощным предиктором суицидального поведения является экзистенциальная безнадёжность и социальная дезадаптация (табл. 2). Девушки, испытывающие экзистенциальный вакуум, могут чувствовать, что смерть – единственное решение на фоне конфликтов, насилия, отсутствия поддержки в семье. Девушки более демонстративны, и, хотя на первый взгляд может показаться, что демонстративное поведение снижает риск суицида, на самом деле это может быть криком о помощи. Важно учитывать, что перфекционизм, стремление к высоким достижениям и страх неудачи могут приводить к хроническому стрессу, депрессии и, как следствие, к суицидальным мыслям.

Таблица 2 – Факторы группы девушек

Фактор 1	% / вес	Фактор 2	% / вес	Фактор 3	% / вес
Процент дисперсии	24,545	Процент дисперсии	18,093	Процент дисперсии	15,150
Потеря смысла жизни	0,979	Фruстрация	0,936	Несчастная любовь	-0,918
Семейные неурядицы	0,932	Ригидность	0,916	Педантичность	0,862
Отношения с окружающими	0,821	Тревожность	0,827	Дистимность	0,797
Демонстративность	0,687	Агрессия	-0,763	Циклотимность	0,721
		Эмотивность	-0,640		

Установлено, что юноши склонны к более импульсивным и деструктивным формам поведения, связанным с суицидальными мыслями, в то время как девушки чаще испытывают чувство безнадёжности, социальной изоляции и экзистенциального вакуума. Результаты нашего исследования соотносятся с выводами аналогичных исследований, в частности о том, что у девушек подросткового возраста риск суицидальных мыслей и намерений выше, чем у юношей. Различия в суицидальном поведении подростков имеют гендерную обусловленность и могут выступать в роли предикторов суицидального риска [4]. Исследование позволило выявить ключевые особенности подростков группы суицидального риска.

Результаты могут быть использованы для разработки и реализации программ оказания индивидуальной и групповой психологической помощи юношам и девушкам подросткового возраста, включенным в группы суицидального риска. При этом важно учитывать группы мишеней, касающиеся актуального эмоционального состояния подростков, затрагивающие личностные предрасположенности, когнитивное функционирование и работу с поведенческими проявлениями [6]. Важно проводить просветительскую работу с подростками, родителями и педагогами,

направленную на повышение осведомленности о признаках суициального поведения и способах оказания помощи. Необходимо создавать поддерживающую среду, в которой юноши и девушки могли бы открыто обсуждать свои проблемы и получать необходимую психологическую помощь.

Список литературы:

1. Екимова В.И., Голик Т.Ю., Левченко А.В. Агрессия и аутоагgressия в зеркале самоотношения подростков // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 2. С. 170-189. DOI: 10.17759/epps.2025020210.
 2. Литвинова А.В., Кривошапкина К.Г. Переживание чувства любви и симпатии в подростковом возрасте // Man in the modern world: identity and intercultural communication. Materials of the international scientific conference. 8-10.07.2019. Düsseldorf. Германия: Энциклопедист-Максимум, 2019. С. 215-220.
 3. Литвинова А.В., Корякина Т.А., Котенев И. О. Особенности преодолевающего поведения у подростков, склонных к аутодеструкции // Прикладная юридическая психология. 2024. № 3 (68). С. 68-78. DOI: 10.33463/2072-8336.2024.3(68).068-078.
 4. Осотова Е. С., Клюкина Е. Ю., Александров А.В. Половые различия суициального поведения у подростков // Молодой учёный. 2022. № 51 (446). С. 280-284.
 5. Определение эмоционального состояния и личностных особенностей у подростков для профилактики суициального поведения / Методические рекомендации для педагогов-психологов. Кызыл: ГБОУ РЦПМСС «Сайзырал». 2013. 136 с.
 6. Павлова Т.С., Банников Г.С. Современные теории суициального поведения подростков и молодежи // Психологическая наука и образование. www.psyedu.ru. 2013. Т. 5. № 4. С. 59-69.
 7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марынина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
 8. Шабельников В.К. Функциональная психология. Формирование психологических систем. М.: Академический проект, 2013. 592 с.
- References:**
1. Ekimova V.I., Golik T.Yu., Levchenko A.V. Aggression and autoaggression in the mirror of adolescents' self-attitude // Extreme psychology and personal security. 2025. Vol. 2. P. 170-189. DOI: 10.17759/epps.2025020210.
 2. Litvinova A.V., Krivoshapkina K.G. Experiencing feelings of love and sympathy in adolescence // Man in the modern world: identity and intercultural communication. Materials of the international scientific conference. 8-10.07.2019. Düsseldorf. Germany: Encyclopedia-Maximum, 2019. P. 215-220.
 3. Litvinova A.V., Koryakina T.A., Kotenev I.O. Features of overcoming behavior in adolescents prone to auto-destruction // Applied legal psychology. 2024. № 3 (68). P. 68-78. DOI: 10.33463/2072-8336.2024.3(68) .068-078.
 4. Osotova E.S., Klyukina E.Yu., Alexandrov A.V. Gender differences in suicidal behavior in adolescents // Young Scientist. 2022. № 51 (446). P. 280-284.
 5. Determination of the emotional state and personal characteristics of adolescents for the prevention of suicidal behavior / Methodological recommendations for educational psychologists. Kyzyl: GBOU RCPMSS «Sizyral». 2013. 136 p.
 6. Pavlova T.S., Bannikov G.S. Modern theories of suicidal behavior of adolescents and youth // Psychological science and education. www.psyedu.ru 2013. Vol. 5. № 4. P. 59-69.
 7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
 8. Shabelnikov V.K. Functional psychology. Formation of psychological systems. Moscow: Academic Project, 2013. 592 p.

Борисова Оксана Александровна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: oksanaoksanovaich@mail.ru

Borisova Oksana Aleksandrovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ШКОЛЫ****THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND PSYCHOLOGICAL
ADAPTATION OF A TEENAGER IN THE SCHOOL EDUCATIONAL ENVIRONMENT**

Аннотация. В статье представлены результаты теоретического анализа и эмпирического исследования взаимосвязи интернет-зависимости и психологической адаптации учащихся 6-х классов. Актуальность работы обусловлена ростом цифровизации образования и рисками формирования поведенческих аддикций в подростковой среде. Выборка составила 60 человек (30 мальчиков, 30 девочек) в возрасте 11-13 лет. Использовался комплекс психодиагностических методик: тест на Интернет-зависимость К. Янг (адаптация В.А. Лоскутовой), авторская анкета «Влияние интернета на подростков», тест школьной тревожности Филлипса, методика «Экспертная оценка адаптации ребёнка к школе» (О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков) для родителей. Для статистической обработки данных применялись коэффициент корреляции Спирмена и U-критерий Манна-Уитни. Результаты корреляционного анализа выявили статистически значимую положительную связь между уровнем интернет-зависимости и школьной тревожностью у девочек ($Rs=0,367$; $p=0,046$). У мальчиков данная связь не была обнаружена. Гендерные различия также проявились в оценке влияния интернета: мальчики значимо чаще отмечают его позитивное влияние на обучение и коммуникацию, в то время как девочки более чувствительны к негативным аспектам (снижение концентрации, отвлекаемость). На основании полученных данных делается вывод о гендерной специфике изучаемого феномена и необходимости дифференцированного подхода в психолого-педагогическом сопровождении подростков. Разработаны научно-обоснованные рекомендации по профилактике интернет-зависимости и оптимизации образовательной адаптации учащихся.

Abstract. The article presents the results of a theoretical analysis and an empirical study of the relationship between Internet addiction and psychological adaptation of 6th grade students. The relevance of the work is due to the growth of digitalization of education and the risks of behavioral addictions in the adolescent environment. The sample consisted of 60 people (30 boys, 30 girls) aged 11-13 years. A complex of psychodiagnostic methods was used: K. Young's Internet addiction test (adapted by V.A. Loskutova), the author's questionnaire «The influence of the Internet on teenagers», Phillips' school anxiety test, the method «Expert assessment of a child's adaptation to school» (O.L. Sokolova, O.V. Sorokina, V.I. Chirkov) for parents. Spearman's correlation coefficient and Mann-Whitney U-test were used for statistical data processing. The results of the correlation analysis revealed a statistically significant positive relationship between the level of Internet addiction and school anxiety in girls ($Rs=0.367$; $p=0.046$). This relationship was not found in boys. Gender differences were also evident in the assessment of the impact of the Internet: boys significantly more often note its positive impact on learning and communication, while girls are more sensitive to negative aspects (reduced concentration, distractibility). Based on the data obtained, a conclusion is made about the gender specificity of the phenomenon under study and the need for a differentiated approach in the psychological and pedagogical support of adolescents. Scientifically based recommendations for the prevention of Internet addiction and optimization of educational adaptation of students have been developed.

Ключевые слова: Интернет-зависимость, психологическая адаптация, школьная тревожность, подростковый возраст, образовательная среда, гендерные различия, профилактика, цифровая социализация.

Keywords: Internet addiction, psychological adaptation, school anxiety, adolescence, educational environment, gender differences, prevention, digital socialization.

Современное общество характеризуется стремительным развитием цифровых технологий, которые глубоко проникают во все сферы жизни, включая образование, коммуникацию и досуг. Особено значимое влияние Интернет оказывает на подростков, чья личность находится в стадии активного формирования. С одной стороны, цифровые технологии открывают новые возможности для обучения и социализации, с другой – их чрезмерное использование может приводить к развитию интернет-зависимости, негативно сказываясь на психологическом благополучии и адаптации подростков в образовательной среде [9; 10].

Согласно последним исследованиям, более 90% российских подростков ежедневно проводят в Интернете 4-6 часов, при этом у трети наблюдаются признаки интернет-зависимости различной степени выраженности. В условиях школьного обучения успешная адаптация является ключевым фактором академической успеваемости и социального развития, поэтому изучение взаимосвязи между Интернет-зависимостью и адаптацией представляет значительный научный и практический интерес.

Психологическая адаптация понимается нами как процесс активного взаимодействия личности со средой, результатом которого является достижение социально-психологической гармонии и эффективное выполнение ведущей деятельности [1; 2; 11 и др.]. Для подросткового возраста, являющегося сензитивным периодом для формирования аддиктивных стратегий взаимодействия с миром, проблема интернет-зависимости становится особенно актуальной.

Теоретические аспекты проблемы исследования. Понятие «адаптация» является фундаментальным для многих наук. В психологии адаптация рассматривается как процесс приспособления организма к изменениям среды, динамическое равновесие между средой и индивидом [4; 5]. Социально-психологическая адаптация представляет собой единство личности и социальной среды, адекватное построение микросоциального взаимодействия, достижение социально-значимых целей.

Особое значение процесс адаптации приобретает в подростковом возрасте, который характеризуется резкими физиологическими и физическими изменениями, обусловливающими трудности с удержанием субъективного ощущения целостности и стабильности своего «Я». Именно в этот период могут возникать и обостряться патологические реакции, связанные как с развитием психических процессов, так и с процессом формирования личности.

Феномен Интернет-зависимости в настоящее время рассматривается как поведенческая аддикция, разновидность технологической зависимости. Несмотря на отсутствие единого диагностического критерия, многие исследователи сходятся во мнении, что Интернет-зависимость характеризуется

непреодолимым желанием пользоваться Интернетом, которое пагубно влияет на бытовую, учебную, социальную и психологическую сферы деятельности личности [6; 7 и др.].

В подростковом возрасте риск формирования интернет-зависимости связан с рядом факторов: семейная депривация, низкий уровень функционирования семьи, низкая академическая успеваемость, низкая популярность среди сверстников, негативный образ тела, повышенная рефлексия о себе и будущем [3; 8; 12 и др.]. Подростки с Интернет-аддикцией склонны к девиантному, защитно-агрессивному поведению и используют неконструктивные стратегии совладания, им свойственно «магическое мышление», снижение критического восприятия своего состояния, постепенная социальная дезадаптация.

Целью исследования – изучить взаимосвязь Интернет-зависимости и адаптации подростков в образовательной среде.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между уровнем Интернет-зависимости и эффективностью адаптации подростков в образовательной среде, при этом высокий уровень интернет-зависимости негативно влияет на адаптацию подростков в школе, проявляясь в снижении учебной мотивации, ухудшении социальных взаимодействий и повышении уровня тревожности.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 1 им. Л.Б. Ермина (с. Засечное Пензенская область). В исследовании приняли участие подростки, обучающиеся 6-х классов, в количестве 60 человек (30 мальчиков и 30 девочек) в возрасте 11-13 лет. Средний возраст составил 11,5 лет.

Для проведения исследования был использован комплекс психодиагностических методик: тест на Интернет-зависимость (К. Янг, адаптированный В.А. Лоскутовой); авторская анкета «Влияние интернета на подростков»; тест уровня школьной тревожности Филипса; методика «Экспертная оценка адаптации ребёнка к школе» (О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков) для родителей.

Обработка результатов проводилась с применением методов математической статистики: коэффициент линейной корреляции Спирмена для выявления взаимосвязей между показателями и непараметрического статистического критерия U-Манна-Уитни для оценки достоверности различий между выборками мальчиков и девочек. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программного пакета IBM SPSS Statistics 25.

Результаты исследования. Анализ результатов диагностики уровня интернет-зависимости показал, что низкий уровень был зафиксирован у 20% обследованных мальчиков и 30% девочек, средний уровень зависимости от Интернет-ресурсов продемонстрировали 60% мальчиков и 50% девочек, высокий уровень интернет-зависимости был выявлен у 20% представителей каждой гендерной группы. Статистический анализ с помощью U-критерия Манна-Уитни не выявил достоверных различий в уровне Интернет-зависимости между мальчиками и девочками ($U=386$; $p=0,347$).

При анализе восприятия влияния интернета были получены следующие результаты: позитивное влияние Интернет-активности (учебная деятельность и коммуникация) было отмечено у 45% респондентов мужского пола и 35% женского пола. Негативное влияние (нарушения концентрации внимания и отвлекаемость) зафиксировано у 30% мальчиков и 40% девочек. Нейтральное влияние интернета было равномерно распределено между гендерными группами – по 25% в каждой. Статистически значимых различий в общей оценке влияния интернета между группами выявлено не было ($U=425,5$; $p=0,726$).

Исследование уровня школьной адаптации с помощью методики экспертной оценки показало, что по всем исследуемым параметрам девочки демонстрируют более высокие показатели адаптации (разница от +0,1 до +0,4 балла). Наибольшие различия наблюдаются в степени прилагаемых учебных усилий (0,4) и общем уровне школьной адаптации (0,4). Однако статистический анализ не выявил достоверных различий между группами по всем параметрам адаптации ($p>0,05$).

Анализ уровня школьной тревожности выявил существенные различия в её проявлении у обучающихся в зависимости от гендерной принадлежности. Девочки демонстрируют более высокий уровень социального стресса (6,0 против 5,5 у мальчиков), страха самовыражения (3,4 против 2,5), страха ситуации проверки знаний (3,5 против 2,9) и страха несоответствия ожиданиям окружающих (3,1 против 2,7). Единственный параметр, по которому мальчики значимо превосходят девочек – проблемы в отношениях с учителями (4,4 против 3,3; $U=293,5$; $p=0,021$).

Корреляционный анализ (коэффициент Спирмена) выявил следующие закономерности:

1. Во взаимосвязи интернет-зависимости и школьной адаптации: у мальчиков наблюдается слабая положительная корреляция ($Rs=0,223$; $p=0,237$), не достигающая уровня статистической значимости. У девочек выявлен практически нулевой коэффициент корреляции ($Rs=-0,006$; $p=0,973$).

2. Во взаимосвязи интернет-зависимости и школьной тревожности: в группе мальчиков отсутствует значимая корреляция ($Rs=0,082$; $p=0,668$). В группе девочек обнаружена умеренная положительная корреляция ($Rs=0,367$; $p=0,046$), статистически значимая на 5%-ном уровне.

Полученные результаты позволяют сделать вывод о гендерной специфике изучаемого феномена. Для девочек-подростков характерна прямая зависимость между уровнем интернет-зависимости и школьной тревожностью: чем выше вовлечённость в виртуальное пространство, тем выше уровень тревожности в реальной школьной среде. Можно предположить, что девочки в большей степени склонны использовать Интернет для компенсации трудностей в социально-эмоциональной сфере, что в итоге приводит к усилению тревожности.

Для мальчиков такая связь не характерна. Их Интернет-активность может носить более инструментальный и менее эмоционально-зависимый характер (игры, образовательный контент, технические аспекты). Более высокие

показатели проблем в отношениях с учителями у мальчиков могут быть связаны с особенностями гендерной социализации и стиля педагогического взаимодействия.

Выводы и рекомендации. На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Установлена статистически значимая положительная связь между уровнем интернет-зависимости и школьной тревожностью у девочек-подростков.

2. Выявлены гендерные различия в восприятии влияния интернета: мальчики чаще отмечают позитивные аспекты (обучение, коммуникация), девочки более чувствительны к негативным эффектам (снижение концентрации, отвлекаемость).

3. Обнаружены гендерные особенности проявления школьной тревожности: девочки демонстрируют более высокие показатели по шкалам социального стресса, страха самовыражения и оценки знаний; мальчики – более выраженные проблемы в отношениях с учителями.

На основе полученных результатов разработаны научно-обоснованные рекомендации по профилактике интернет-зависимости и оптимизации образовательной адаптации учащихся подросткового возраста:

1. Разработка и внедрение дифференцированных программ психолого-педагогического сопровождения с учетом гендерных особенностей восприятия и использования цифровых технологий.

2. Реализация тренинговых программ для подростков, направленных на развитие навыков саморегуляции, эмоционального интеллекта и конструктивных стратегий совладания со стрессом.

3. Проведение просветительской работы с родителями и педагогами по вопросам цифровой социализации подростков, признакам интернет-зависимости и методам её профилактики.

4. Создание в образовательной среде условий для реализации коммуникативных и творческих потребностей подростков в реальном, а не виртуальном пространстве.

5. Внедрение системы мониторинга цифрового поведения и психологического благополучия учащихся для раннего выявления рисков дезадаптации.

Перспективой дальнейших исследований может стать изучение взаимосвязи интернет-зависимости и адаптации в других возрастных группах, а также разработка и апробация конкретных психолого-педагогических программ профилактики и коррекции Интернет-зависимого поведения у подростков.

Список литературы:

1. Агузумцян Р.В., Мурадян Е.Б. Психологические аспекты безопасности личности // Вестник практической психологии образования. 2009. Т. 6. № 1. С. 43-47.
2. Битянова М.Р. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. М.: Педагогический поиск, 1997. 112 с.
3. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости. СПб.: Речь, 2007. 190 с.

4. Лактионова А.И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. М.: Институт психологии РАН, 2017. 236 с.
5. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. 237 с.
6. Петров В.Е. Введение в профессию «Психолог органов внутренних дел»: учебное пособие. М., 2006. 424 с.
7. Петров В.Е. Психологическая диагностика гэмблинг-зависимости у сотрудников правоохранительных органов // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2017. № 2. С. 43-48.
8. Приходян А.М. Проблема подросткового кризиса // Психологическая наука и образование. 1997. № 2 (1). С. 82-87.
9. Семенова Н.Б. Современные представления о роли социальных факторов в развитии Интернет-зависимого поведения у детей и подростков // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13. № 1. С. 22-32.
10. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Нестик Т.А. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. М.: Смысл, 2017. 375 с.
11. Фундаментальные проблемы общей психологии / Под общ. ред. В.В. Рубцова. Т. 1, кн. 2. М.: МГППУ, 2004. 263 с.
12. Янг К.С. Клинические аспекты расстройства интернет-зависимости // Медицинская психология в России. 2015. №4 (33). С. 2.

References:

1. Aguzumtsyan R.V., Muradian E.B. Psychological aspects of personal security // Bulletin of practical Psychology of Education. 2009. Vol. 6. № 1. P. 43-47.
2. Bityanova M.R. Child's adaptation at school: diagnosis, correction, pedagogical support. Moscow: Pedagogical search, 1997. 112 p.
3. Egorov A.Y. Non-chemical dependencies. St. Petersburg: Speech, 2007. 190 p.
4. Laktionova A.I. Viability and social adaptation of adolescents. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2017. 236 p.
5. Nalchajyan A.A. Socio-psychological adaptation of personality. Yerevan: Publishing House of the Academy of Sciences of the Armenian SSR, 1988. 237 p.
6. Petrov V.E. Introduction to the profession of «Psychologist of internal affairs bodies»: textbook. Moscow, 2006. 424 p.
7. Petrov V.E. Psychological diagnostics of gambling addiction among law enforcement officers // Issues of psychology of extreme situations. 2017. № 2. P. 43-48.
8. Prikhozhan A.M. The problem of adolescent crisis // Psychological science and education. 1997. № 2 (1). P. 82-87.
9. Semenova N.B. Modern ideas about the role of social factors in the development of Internet-dependent behavior in children and adolescents // Social psychology and society. 2022. Vol. 13. № 1. P. 22-32.
10. Soldatova G.U., Rasskazova E.I., Nestik T.A. The digital generation of Russia: competence and security. Moscow: Smysl, 2017. 375 p.
11. Fundamental problems of general psychology / Under the general editorship of V.V. Rubtsov. Vol. 1, book 2. Moscow: MGPPU, 2004. 263 p.
12. Yang K.S. Clinical aspects of Internet addiction disorder // Medical psychology in Russia. 2015. № 4 (33). P. 2.

Гуськова Галина Викторовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани «Средняя общеобразовательная школа № 9» (г. Астрахань, Россия), педагог-психолог,
e-mail: guskova_galina_8@mail.ru

Guskova Galina Viktorovna

Municipal budgetary educational institution of Astrakhan «Secondary school № 9» (Astrakhan, Russia), teacher-psychologist

**ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ КОММУНИКАТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ У
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА КАК УСЛОВИЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
СРЕДЕ**

**DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS IN ADOLESCENT STUDENTS AS A
CONDITION FOR PSYCHOLOGICAL SAFETY IN THE EDUCATIONAL
ENVIRONMENT**

Аннотация. В современном обществе выдвигаются новые требования к образованию, которое заставляет совершенно с различных позиций оценивать его эффективность. Одной из приоритетных задач школьного обучения развитие коммуникабельности, навыков коммуникативного взаимодействия и сотрудничества у современной молодежи. Таким образом формирование коммуникативных навыков является главной предпосылкой и в тоже время показателем личностного развития подростков.

Abstract. Modern society places new demands on education, forcing us to evaluate its effectiveness from entirely different perspectives. One of the priority goals of school education is the development of communication skills, as well as communicative interaction and collaboration skills, in today's youth. Therefore, the development of communication skills is a key prerequisite and, at the same time, an indicator of adolescent personal development.

Ключевые слова: коммуникативное взаимодействие, коммуникативные навыки, подростковый возраст, коммуникативные трудности и барьеры, безопасность образовательной среды.

Keywords: communicative interaction, communication skills, adolescence, communication difficulties and barriers, safety of the educational environment.

Формирование коммуникативных навыков является главной предпосылкой и в тоже время показателем личностного развития подростков.

Подросткам важно научиться выстраивать отношения как со значимыми взрослыми, так и со сверстниками. В дальнейшем это позволит им быть удовлетворёнными своей личной и профессиональной жизнью.

Общение с учителями и родителями, а также жизненные установки, ценности и взгляды, играют важнейшую роль в формировании у обучающихся собственной системы взаимоотношений. Обучающиеся должны научиться в ситуациях конфликта применять ненасильственные методы, такие как внимательное и уважительное слушание, а также умение делиться своими мнениями и личным опытом. Навыки управления своими эмоциями и конструктивного подхода к разрешению проблем будут способствовать созданию атмосферы психологической безопасности в образовательной среде. В индивидуально-личностном аспекте психологическая безопасность – это состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в

личностно-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включённых в неё участников (И.А. Баева) [1].

Мы можем рассматривать основные психологические категории, такие как «общение» и «взаимодействие», которые направлены на создание безопасной образовательной среды и психологической защищенности для её участников. Данные категории играют ключевую роль в формировании комфортного и поддерживающего пространства для обучения и развития.

В области психологии общения собрано множество исследований, которые позволяют глубокого раскрыть сам феномен, его структуру, характеристики и закономерности. Анализ, который был проведён отечественными и зарубежными учёными, привел к созданию различных теоретических подходов и концептуальных моделей, они помогли обобщить и систематизировать структуру и механизмы различных видов и форм общения.

Именно в общении люди раскрывают свои личностные качества. В процессе общения проявляются не только эти качества, но также происходит их формирование и дальнейшее развитие. Важно разобраться в природе и функциональных аспектах общения, принимая во внимание филогенез, онтогенез и социогенез. Многочисленные сравнительные исследования предоставляют информацию о базовых механизмах и методах общения, которые необходимы для создания эффективных подходов к обучению общению или его коррекции [5; 6].

Проводя анализ современного состояния исследований общения в российской психологии, необходимо обратить внимание на проблему установления соотношения понятий «общение» и «коммуникация».

М.И. Лисина под общением рассматривает «взаимодействие людей, направленное на согласование и объединение усилий с целью достижения общего результата» [2].

Также особое внимание необходимо уделить таким известным авторам, как А.Ю. Коджаспиров и Г.М. Коджаспирова в своих трудах под общением они подразумевали «взаимодействие нескольких людей, которое выражалось в обмене познавательной информацией или эмоциональной, а также опытом, знаниями и умениями». По их мнению, общение является главным условием для развития и формирования личностей и групп.

Среди отечественных учёных А.Б. Зверинцев и А.П. Панфилов и другие, соглашаются с тем, что коммуникация – это обмен информацией, в которой прослеживается специфика в передаваемой информации, а также наполненность эмоциональным и интеллектуальным содержанием.

В своих теоретических работах Б.Л. Яшин под межличностной коммуникацией понимал «процесс обмена информацией и её интерпретация двумя или несколькими взаимодействующими индивидами».

Сравнительный анализ современных теоретических работ многих исследователей, занимающихся вопросами психологии общения и развития таких, как М.Р. Битянова, И.Д. Демакова, В.В. Козлова, И.В. Дубровина, С.В. Кривцова, И.С. Якиманская, которые подробно занимаются

исследованиями в различных условиях, определили важность факторов, способствующих формированию и развитию коммуникативной стороны общения у подрастающего поколения [3].

В рамках исследования нами были рассмотрены такие феномены, как образовательная среда и психологическая безопасность. Учебно-воспитательный процесс проходит в социальном и пространственном контексте, который в педагогической психологии обозначается термином «образовательная среда». Это окружение является значимым фактором, значительно влияющим на развитие всех участников образовательного процесса. Установлено, что А.Ю. Коджаспиров образовательную среду рассматривает как «целую систему влияний и условий формирования личности по определенному образцу, а также необходимых возможностей для её развития, содержащихся в социальном и пространственном окружении» [4].

Феномен психологической безопасности широко освещается в современных исследованиях И.А. Баевой, Л.А. Гаязовой, В.В. Коврова, Л.В. Коломийченко, Е.Б. Лактионовой и др. Однако сам феномен однозначной трактовки не получил.

В своей работе мы будем опираться на понятие «психологической безопасности образовательной среды» предложенной в концепции И.А. Баевой, которое определяется как «состояние защищенности от угроз, источниками которых являются психологическое насилие во взаимодействии, неудовлетворенность потребности в личностно-доверительном общении, отсутствие референтной значимости среды, а также способность противостоять этим угрозам и сохранять устойчивость в неблагоприятной среде» [1].

А.Ю. Коджаспиров в рамках современных исследований личностной безопасности в образовании отмечает, что эта проблема рассматривается с двух позиций.

Во-первых, с точки зрения системного анализа образовательной среды. Исследуется, как различные компоненты образовательной системы (учебные программы, методы преподавания, взаимодействие между участниками процесса), которые влияют на безопасность и благополучие обучающихся. В этом контексте важным является создание поддерживающей среды, которая способствует развитию всех участников.

Во-вторых, исследования условий для сохранения жизни и здоровья. Вторая позиция акцентирует внимание на необходимости создания безопасных физически и психологически условий в образовательных учреждениях. Это включает в себя профилактику буллинга, организацию безопасного пространства, а также меры по охране здоровья (санитарии, психического здоровья и др.).

Многие специалисты в области исследования психологии безопасности такие как Е.Б. Лактионова, Н.Г. Рассоха, Н.В. Юдин, А.Г. Ибрагимова сходятся в едином мнении, что безопасность личности и среда неделимы друг от друга.

Повышение уровня психологической безопасности образовательной среды выступает профилактической мерой, влияющей на безопасность участников образовательных отношений.

С увеличением требований к образовательным организациям в отношении формирования личности ребёнка, особое внимание уделяется развитию коммуникативных навыков у современных обучающихся как в учебной, так и во внеурочной деятельности.

Возникшие трудности во взаимодействии могут стать причиной множества негативных последствий, включая противоправные действия, снижение успеваемости и различного рода психологические проблемы.

Взаимодействие – это интерактивная сторона общения, которая обозначает характеристику компонентов, связанных с взаимовлиянием людей, а также с организацией совместной деятельности. Участвуя в этой деятельности каждый может внести в неё особый вклад. Так на её основе образовывается коммуникативный процесс или межличностное общение.

Таким образом, под межличностным взаимодействием субъектов образовательного процесса понимается сотрудничество, порождаемое потребностями в совместной деятельности и проявляющееся в установлении и развитии контактов между людьми, в формировании межличностных отношений.

Отметим, что одним из главных факторов социализации подростка является образовательное пространство, а именно школьный класс. И.В. Дубровина и Д.В. Лубовский в своих исследованиях, анализируя современную образовательную ситуацию, отмечая, что она характеризуется рядом проблем, которые существенно затрудняют развитие у детей и подростков способности понимать чувства, настроения и интересы других людей. Известные психологи И.В. Дубровина и А.А. Реан подчёркивают, что в условиях образовательной организации коммуникативные трудности преодолеваются достаточно сложно и чаще всего проявляются в виде деструктивного стиля в общении [3]. У подростков происходит смещение фокуса внимания на межличностные взаимоотношения со сверстниками, что становится ключевым фактором в социальной адаптации и развитии идентичности. Личность подростка только начинает формироваться, и многие аспекты общения и межличностных отношений могут быть для них сложными. Подростки часто испытывают различные эмоциональные и социальные трудности, такие как неуверенность в себе, желание соответствовать ожиданиям сверстников, страх непринятия или отвержения, а также сложности в понимании и выражении своих чувств. В такой ситуации психологическая помощь и поддержка со стороны педагога-психолога может быть особенно важна и полезна.

Для выявления взаимозависимости коммуникативных умений у подростков, и формирования ощущений безопасности образовательной среды школы, было проведено эмпирическое исследование с использованием психодиагностического инструментария:

1. Опросник риска буллинга «Опросник атмосферы в школе» (А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М. Бианки, П.В. Дмитриевский, М.А. Завалишина, Н.А. Капорская, К.Д. Хломов).

2. Опросник «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» (И.А. Баева).

3. Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» шкала для подростков.

4. Методика Л. Михельсона перевод и адаптация Ю.З. Гильбуха «Тест коммуникативных умений».

5. Методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера.

6. Шкала «Техника общения» Творогова.

В исследовании участвовали 61 обучающийся 7-х классов в возрасте от 13 до 14 лет муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения г. Астрахани «Средняя общеобразовательная школа № 9».

Анализ результатов исследования психологической безопасности в образовательной среде, а также данные по итогам диагностики коммуникативных навыков подростков позволил определить контрольную и экспериментальную группы.

Для возможного проведения программы мы оцениваем наличие или отсутствие значимых различий в 7 «Г» и в 7 «Д» классах. Для этого мы проводим проверку нормальности распределения с применением критерия Колмогорова-Смирнова. Если полученное значение значимости $p > 0,05$, это свидетельствует о том, что распределение отличается от нормального.

Поскольку хотя бы для одной из шкал распределение отличается от нормального, мы будем использовать непараметрический метод – U-критерий Манна-Уитни. Проверка статистических гипотез: H0: нет различий между группами учеников 7 «Г» и 7 «Д» классов по исследуемым параметрам. H1: различия есть. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Итоги по проверке гипотезы

Опросник	Шкала	7Г		7Д		U Манна-Уитни	Значимость	Решение
		$M \pm SD$	Медиана	$M \pm SD$	Медиана			
Опросник атмосферы в школе	Шкала благополучия	4,7 ± 1,73	4,0	5,8± 1,28	6,0	647,000	0,008	H0 отклоняется
Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» шкала для подростков	Шкала принятия	10,07 ± 2,20	10,00	9,06± 2,43	9,00	319,000	0,033	H0 отклоняется
Методика «Техника общения» (Н.Д. Творогова)	Шкала техники общения	3,20 ± 0,36	3,30	2,84± 0,35	2,80	203,500	0,000	H0 отклоняется

Нулевая гипотеза отклоняется для шкалы благополучия опросника Атмосферы в школе, шкалы принятия опросника Качество межличностных отношений в образовательной среде и результатов по опроснику Техника общения (табл. 1).

Чтобы убедиться, что нулевая гипотеза отклонена не случайно, сравним средние и медианы. Различия между ними небольшие. К тому же содержание

шкал этих опросников может уловить ситуационное влияние посторонних факторов.

Таким образом, нами принято решение отметить эти выявленные различия, но пренебречь ими в дальнейшем исследовании при выборе экспериментальной группы и проведении программы.

На данном этапе были выделены контрольная и экспериментальная группы. Поскольку группы не имели значительных отличий, решено было выбрать 7 «Д» класс в качестве экспериментальной группы (ЭГ) из-за определенных факторов, таких как больший потенциал взаимодействия экспериментатора с этой группой, в то время как 7 «Г» класс был назначен контрольной группой (КГ).

На основе предоставленных результатов анализа между двумя группами обучающихся, предлагается разработать программу психолого-педагогической помощи подросткам, направленную на формирование навыков коммуникативного взаимодействия.

Цель программы – создание условий для развития коммуникативных навыков и формирование конструктивных способов разрешения проблем у подростков. Основными методами, используемыми в программе, являются: игровые методы, групповая дискуссия, моделирование ситуаций.

Целью контрольного эксперимента было изучение эффективности программы психолого-педагогической помощи подросткам, направленной на развитие коммуникативных навыков и формирование конструктивных методов решения проблем взаимодействия.

Для повторной диагностики было выбрано три методики актуальные для данного направления: Опросник «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» (И.А. Баева); Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» шкала для подростков; Методика Л. Михельсона перевод и адаптация Ю.З. Гильбуха «Тест коммуникативных умений».

В качестве основных выводов мы выделяем следующие:

На этапе формирующего эксперимента с применением выбранных диагностических методик было выявлено, что результат в экспериментальной группе позволяет зафиксировать наличие значимых сдвигов по большинству шкал, кроме шкалы конфликтности опросника Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» шкала для подростков и шкалы агрессивной позиции методика Л. Михельсона перевод и адаптация Ю.З. Гильбуха «Тест коммуникативных умений».

Значимые сдвиги определяются для шкалы отношения к образовательной среде, шкалы удовлетворенности образовательной средой, шкалы защищенности от психологического насилия, шкалы доверия, шкалы доброжелательности, шкалы толерантности, шкалы компетентной позиции.

По результатам проведённого анализа можно заключить, что на этапе констатирующего эксперимента показатели контрольной и экспериментальной групп были сопоставимы; после формирующего эксперимента в экспериментальной группе наблюдается тенденция к улучшению

коммуникативных навыков, что указывает на эффективность реализованной программы.

Практические результаты показывают необходимость дальнейшего развития этого направления, а также на важность включения подобных программ в образовательные учреждения для формирования благоприятной и психологически безопасной учебной среды.

Список литературы:

1. Баева И.А. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство. СПб.: Речь, 2006. 288 с.
2. Волков Б.С., Volkova I.V. Psychology communities in children's school. 3rd ed., perab. and DOP. M., 2008. 272 p.
3. Забродина Л.А., Mukhina Yu.R. Psychological and pedagogical conditions for the development of communicative universal educational actions in adolescents // Azimut of scientific research: pedagogy and psychology. 2018. T. 7. № 4 (25). P. 309-313.
4. Коджаспиров А.Ю. Resources available for educational institutions and psychological safety persons of the student // Penza psychological Journal. 2015. № 2. P. 117-133.
5. Пашукова Т.И. Theories of communions in fatherland and refuge in urgentish psychological and research // Theoretical and extravperimental psychology. 2009. № 1. P. 38-52.
6. Psychological subderzhka participant vooruzhennn wawatov: educational toolkit / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.A. Diachuk [etc.]; under general. red. M.I. Mariin, V.E. Petrov. M.: Knorus, 2025. 308 p.

References:

1. Baeva I.A. Psychological safety in educational institutions: practical management. SPB.: Speech, 2006. 288 p.
2. Volkov B.S., Volkova I.V. Psychology communities in children's school. 3rd ed. perab. and DOP. M., 2008. 272 p.
3. Zavrodina L.A. Mukhina Yu.R. Psychological and pedagogical conditions for the development of communicative universal educational actions in adolescents // Azimut of scientific research: pedagogy and psychology. 2018. T. 7. № 4 (25). P. 309-313.
4. Kocaspirov A.Yu. Resources are available for educational institutions and psychological safety persons of the student // Penza psychological Journal. 2015. № 2. P. 117-133.
5. Pasukova T. And. Theories of communions in fatherland and refuge in urgentish psychological and research // Theoretical and extravperimental psychology. 2009. № 1. P. 38-52.
6. Psychological subderzhka participant vooruzhennn wawatov: educational toolkit / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.A. Diachuk [etc.]; under general. red. M.I. Mariin, V.E. Petrov. M.: Knorus, 2025. 308 p.

Дергачева Надежда Григорьевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: NadejdaD777@yandex.ru

Dergacheva Nadezhda Grigorievna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА КАК ФАКТОР РИСКА НАРУШЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ КОЛЛЕДЖА

CHARACTER ACCENTUATION AS A RISK FACTOR FOR IMPAIRED SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF OLDER ADOLESCENTS IN THE COLLEGE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Аннотация. В статье представлены результаты исследования акцентуаций характера старших подростков как фактора риска нарушения социально-психологической адаптации в образовательной среде колледжа. Проведен анализ теоретических подходов к исследованию акцентуаций характера, основных теоретических подходов и направлений исследований нарушения социально-психологической адаптации старших подростков в образовательной среде, анализ результатов современных исследований акцентуаций характера как фактора риска нарушений социально-психологической адаптации старших подростков. В исследовании было выявлено, что существует прямая связь и высокий уровень корреляции между показателями дезадаптивности и тревожностью, а также следующими типами акцентуаций характера: лабильный, астено-невротический, сенситивный, тревожно-педантичный и интровертированный типы.

Abstract. The article presents the results of a study of the character accentuations of older adolescents as a risk factor for the violation of socio-psychological adaptation in the educational environment of the college. The analysis of theoretical approaches to the study of character accentuations, the main theoretical approaches and directions of research on the violation of socio-psychological adaptation of older adolescents in the educational environment, the analysis of the results of modern studies of character accentuations as a risk factor for the violation of socio-psychological adaptation of older adolescents. The study revealed that there is a direct relationship and a high level of correlation between indicators of maladaptation and anxiety, as well as the following types of character accentuations: labile, asthenic-neurotic, sensitive, anxious-pedantic, and introverted types.

Ключевые слова: акцентуации характера, социально-психологическая адаптация, старшие подростки, образовательная среда колледжа, школьная тревожность.

Keywords: character accentuations, social and psychological adaptation, older adolescents, college educational environment, school anxiety.

Ключевым условием, определяющим благополучие общества, является психологическое здоровье человека. Его основой является способность поддерживать гармонию между личными интересами и внешними обстоятельствами.

В период подросткового кризиса особенно ярко могут проявиться риски возникновения эмоциональной дестабилизации, половой идентификации, трудностей психофизиологического развития и личностного самоопределения [1; 4]. Переход подростка из школы в колледж также сопряжен с рядом возможных рисков и трудностей. На сегодняшний день актуальным остается

вопрос успешной адаптации первокурсников колледжа к условиям новой образовательной среды.

«Термин «адаптация» появился в 1865 году и связан с именем немецкого ученого Г. Ауберга. Существует несколько типов адаптации человека. Среди них выделяют биологическую, физиологическую, психологическую, социальную, социально-психологическую и профессиональную.

В ходе исследования мы делаем акцент на социально-психологической адаптации студентов первого курса к образовательной среде колледжа, а также на взаимосвязи их адаптации и акцентуаций характера.

Цель исследования: выявить особенности акцентуации характера как фактора риска нарушений социально-психологической адаптации старших подростков в образовательной среде колледжа. Объект исследования: социально-психологическая адаптация старших подростков в образовательной среде. Предмет исследования: акцентуации характера как фактор риска нарушений социально-психологической адаптации старших подростков в образовательной среде. Гипотеза исследования: степень выраженности акцентуаций характера и наличие учебных страхов являются фактором риска, негативно влияющими на социально-психологическую адаптацию старших подростков в образовательной среде колледжа.

Известно, что характер человека формируется рано в онтогенезе. На протяжении его оставшейся жизни проявляет себя устойчиво. Сочетание личностных черт характера не случайны и представляют собой типологию характеров. Чрезмерная выраженность характера является вариантом крайней нормы принято называть акцентуацией характера.

В клинической психологии большую роль играют теории акцентуаций характера. Они выделяют тип характера на основе выраженности его черт, известных в психопатии. В 1976 году немецкий психиатр К. Леонгард выделил 12 типов акцентуаций, которые определяют устойчивость избирательную у человека к одинаковым жизненным трудностям при высокой чувствительности к другим, склонность к конфликтам на схожие темы и к определенным эмоциональным срывам. В 1983 году А.Е. Личко выделил 12 типов акцентуации характера подростков. П.Б. Ганнушкин предполагал, что у акцентуированных личностей снижены возможности приспособления и адаптации, поэтому они склонны к психосоматическим нарушениям в ситуациях несовпадения образа жизни и личностно-конституционных особенностей. У них также могут возникнуть некоторые ограничения в профессиональном выборе.

Исследования нарушений социально-психологической адаптации старших подростков в образовательной среде И.А. Милославской показали, что у подростков есть свои слабые стороны, исходя из акцентуаций характера. Успешная адаптация в обществе требует от человека с акцентуациями характера способности отказаться от неэффективных моделей поведения и найти подходящую среду, отвечающую его конкретным потребностям, которые сочетаются с той или иной акцентуацией. Определение акцентуированных черт характера помогает повышению качества жизни, дает человеку возможность,

зная свои особенности, корректировать и адаптировать своё поведение, профилактировать психические расстройства.

В работах С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева подчёркивается, что «процесс включения личности в новый для нее социальный коллектив удовлетворяет ее интересы и потребности и развивает ее индивидуальность. Личность самоутверждается, становясь участником коллектива» [2].

По мнению Л.П. Хохлова, есть «внешние и внутренние условия. К внешним относятся: коллективная деятельность, достижение результата, характер отношений в коллективе, ценности, традиции и эмоциональный климат группы. К внутренним условиям относятся: ценности, установки, направленность и самооценка личности. На успешность адаптации влияет согласование систем отношений личности с ценностями группы. На ход адаптации влияет как ближайшее окружение, так и малая группа, в которой находится индивид. Малая группа есть носитель традиций и ценностей общества. В процессе адаптации личность интегрируется в существующую систему макросреды». А. Реан отмечал связь между акцентуациями характера и процессами адаптации. По его мнению, акцентуация – это «дисгармоничность развития характера, гипертрофированную выраженную отдельных его черт, что обуславливает повышенную уязвимость личности в отношении определенного рода воздействий и затрудняет её адаптацию в некоторых специфических ситуациях».

Заявленная проблематика находит отражение в диссертационных исследованиях [1; 3; 6]. Так, в диссертации С.Г. Фатина обращается внимание на то, что «происхождение понятия «акцентуация» происходит от слова «акцент» – ударение, выделение важного. Если убрать оценочный материал, можно определить, как заметно выраженные черты или группы черт личности, имеющие тенденцию к развитию под воздействием определенных социально значимых причин». И.В. Тюряпина отмечает, «для адаптация студента первого курса к условиям колледжа или вуза характерны ряд особенностей: непрерывность процесса адаптации, регламентированность требований, предъявляемых студентам и структурированность среды образовательной организации. Закономерно допустить, что адаптация к требованиям и условиям колледжа проходит не одинаково как для разных типов акцентуантов, так и для студентов без ярко выраженных акцентуаций. Течение самой адаптации, ее длительность, возникающие сложности будут различаться определенными особенностями. Также можно счесть возможным, что для личностей с некоторыми видами акцентуаций адаптация к условиям образовательной организации будет успешной и вызовет минимальный дискомфорт».

Важный акцент С.В. Кузьменко. Она отмечает, «что адаптация в профессиональном учреждении к образовательной и информационной среде проходит на более высоком уровне, когда от студента требуются специальные знания и навыки, которые он может приобрести в процессе профессионального образования. Подготовка к педагогической и инновационной деятельности и развитие творческих способностей, также влияет на успешность адаптации. Специалисты среднего специального образовательного учреждения должны

помогать студентам в активизации личностных ресурсов, резервных возможностей организма на данном этапе, при этом учитывать индивидуальные особенности каждого первокурсника».

Таким образом, проблема адаптации и поддержки студентов колледжей, является важно и актуальной на сегодняшний день. Знание особенностей акцентуаций характера старших подростков, поможет предположить и особенности адаптации (дезадаптации) и оказать своевременную психологопедагогическую помощь и поддержку в данных процессах.

Эмпирическое исследование авторской программы было проведено на базе ГБПОУ города Москвы «Театрального художественно-технического колледжа». Респонденты студенты 1 курса, 35 человек. Среди них было 20 девушек и 15 юношей, возраст респондентов 16-17 лет, средний возраст 16,5 лет.

Для достижения поставленной цели работа была разделена на несколько этапов: 1) Подготовительный этап. Включал изучение научной литературы, анализ актуальной проблемы, формулировку цели и задач исследования, выдвижение гипотезы, а также определение методологических подходов к разработке темы. 2) Экспериментальный этап. На данном этапе было проведено психологическое тестирование студентов первого курса с использованием выбранных методик. 3) Заключительный этап. Включал обработку и систематизацию полученных данных, выявление ключевых закономерностей, а также формулировку выводов на основе проведенного исследования.

Практическая часть исследования была выполнена с применением следующих методик: «Модификационный опросник для идентификации типов акцентуации характера у подростков» Е.А. Личко; «Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймона»; тест школьной тревожности Филлипса. Нами было принято решение об уместности применения данного инструмента исследования на студентах 1 курса колледжа, так как они по возрастным характеристикам приравниваются к школьникам старшей школы (10 класс).

Результаты исследования подверглись статистическому анализу. Для определения взаимозависимости между параметрами, выявленными в процессе психодиагностики, использовался ранговый коэффициент корреляции Спирмена.

Изучение акцентуаций характера студентов было проведено с помощью «Модификационного опросника для идентификации типов акцентуации характера у подростков». Установлено, что среди исследуемых преобладает лабильный тип акцентуации характера. Это подтверждается тем, что у 25% респондентов (первокурсников) главной чертой является изменчивость настроения и глубина переживаний. Их жизненная способность, желание общаться или, наоборот, уединиться, самочувствие – все зависит от настроения в моменте. У этих людей внезапно меняются жизненные ориентиры. Их эмоциональный фон нестабилен: периоды радости и уверенности быстро сменяются пессимизмом и апатией.

На этом фоне возможны конфликты со сверстниками и учителями, эмоциональные вспышки. Далее такие подростки испытывают раскаяние и просят прощение. Остро переживают непопулярность, утрату близких и разлуку.

По результатам исследования социально-психологической адаптации подростков по методике К. Роджерса и Р. Даймонда установлено, что у респондентов адаптивность находится в зоне неопределенности, что свидетельствует о том, что данные студенты-первокурсники находятся в процессе адаптации. Нельзя однозначно сказать о наличии или отсутствии дезадаптации студентов колледжа, участвующих в исследовании. Кроме того, процент ответов по шкале «лжи» составил 31%. Данный факт может указывать на то, что студенты исказали ответы на вопросы или давали социально желаемые ответы.

Вместе с социально-психологической адаптацией подростков мы изучили уровень тревожности, по методике «Тест школьной тревожности Филлипса». По данным этой методики у четверти респондентов (26%) диагностирована школьная тревожность. В контексте исследования можем интерпритировать данные показатели в переносе на обучение в колледже, так как возраст первокурсников совпадает с возрастом старшеклассников. У 17% респондентов обнаружены проблемы и страхи в отношениях с учителями, у 20% – тревога из-за возможного несоответствия ожиданиям окружающих, 20% – беспокойство перед оценкой знаний, 20% – страх раскрытия своей личности (самовыражением) и 20% страх социального стресса. Данные, на наш взгляд, могут характеризовать риск социально-психологической дезадаптации первокурсников.

Анализируя данные корреляционного анализа, можем предположить, что показатели дезадаптации возрастают у респондентов с ярко выраженной акцентуацией характера. Прямая связь и высокий уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, лабильный тип ($0,714$ при $p<0,05$), астено-невротический тип ($0,670$ при $p<0,05$), сенситивный тип ($0,601$ при $p<0,05$), тревожно-педантичный тип ($0,612$ при $p<0,05$), интровертированный тип ($0,604$ при $p<0,05$). Прямая связь и средний уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, циклоидный тип ($0,449$ при $p<0,05$). Прямая связь и низкий уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, возбудимый тип ($0,423$ при $p<0,05$) и неустойчивый тип ($0,441$ при $p>0,05$). Таким образом, указанные акцентуации характера затрудняют успешную адаптацию и приводят к усилиению дезадаптивности, среди студентов, которые испытывают затруднения и сложности в адаптации к новым условиям образовательной среды колледжа.

Прослеживается прямая слабая корреляционная связь между адаптивностью и таким типом акцентуации характера как гипертимный тип ($0,413$ при $p<0,05$). Представители данного типа имеют ряд характерологических особенностей, которые улучшают процесс адаптации

студентов к образовательной среде колледжа. Таким образом, у 90% студентов наблюдается сохранение акцентуаций характера в 15-16 лет, что ведет к усложнению адаптивности к новой среде колледжа.

Прямая связь и высокий уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и общей учебной тревожности (0,588 при $p<0,05$). Прямая умеренная (средняя) связь выявлена между дезадаптивностью и таким критерием тревожности, как «проблемы и страхи в отношениях с учителями» (0,487 при $p<0,05$). Данные дают нам возможность предполагать, что, попав в новые учебные условия, студенты первокурсники в большинстве своем испытывают общую учебную тревожность и страх перед выстраиванием новых отношений с преподавателями колледжа, что является фактором, усложняющим адаптационные процессы.

Таким образом, в ходе нашего исследования мы выявили, что существует:

- прямая связь и высокий уровень корреляции между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, лабильный тип (0,714 при $p<0,05$), астено-невротический тип (0,670 при $p<0,05$), сенситивный тип (0,601 при $p<0,05$), тревожно-педантичный тип (0,612 при $p<0,05$), интровертированный тип (0,604 при $p<0,05$);

- прямая связь и средний уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, циклоидный тип (0,449 при $p<0,05$);

- прямая связь и низкий уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и такими акцентуациями характера как, возбудимый тип (0,423 при $p<0,05$) и неустойчивый тип (0,441 при $p>0,05$);

- прямая связь и высокий уровень корреляции выявлен между показателями дезадаптивности и общей учебной тревожности (0,588 при $p<0,05$);

- прямая умеренная (средняя) связь выявлена между дезадаптивностью и таким критерием тревожности, как «проблемы и страхи в отношениях с учителями» (0,487 при $p<0,05$).

В целом результаты исследования показали, что большинство подростков 15-16 лет находятся в «зоне неопределённости» по критерию «адаптивности», т.к. процесс адаптации для большинства из них не завершен. Общая учебная (школьная) тревожность и страхи в отношениях с учителями, замедляют процесс адаптации и снижают психоэмоциональное состояние студентов [5; 7; 8; 9 и др.]. Данные актуализируют необходимость оказания обучающимся комплексной психолого-педагогической помощи, реализации широкого спектра мероприятия по социальному-психологической адаптации.

Список литературы:

1. Граур М.В. Психологические средства академической адаптации школьников: дисс... канд. психол. наук. Саратов, 2019. 187 с.
2. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев; под редакцией и с предисловием Д.А. Леонтьева. 5-е, испр. и доп. изд. М.: Смысл, 2020. 526 с.
3. Малахова В.Р. Самораскрытие способностей подростка как фактор академической успешности: автореф. дисс... канд. психол. наук. Ярославль, 2022. 26 с.

4. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
5. Регуш Л.А. Самоотношения подростков и переживание проблем школьной жизни // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2019. С. 57-65.
6. Свешникова С.Л. Временная перспектива как фактор социально-психологической адаптации подростков: автореф. дисс... канд. психол. наук. Ярославль, 2019. 25 с.
7. Северин И.Е. Повышение социальной адаптации у лиц с акцентуациями характера// Международный студенческий научный вестник. 2021. № 6.
8. Фомин В.Н. Профессиональное становление и профессиональное определение личности; актуализационно-потенциальный подход: монография. Белгород: Изд-во БГТУ, 2019. 162 с.
9. Храмов Е.В., Шеховцова Т.Г. Стрессоустойчивость студентов как условие социально-психологической адаптации к образовательной среде колледжа // В книге: Психологическая безопасность образовательной среды: проблемы, ресурсы, профилактика. Общ. ред. А.В. Литвиновой, А.В. Кокурина. М., 2022. С. 152-162.

References:

1. Graur M.V. Psychological means of academic adaptation of schoolchildren: dissertation of the cand. psychological sciences. Saratov, 2019. 187 p.
2. Leontiev A.N. Problems of the development of the psyche / A.N. Leontiev; edited and with a preface by D.A. Leontiev. 5th, ispr. and additional ed. M.: Smysl, 2020. 526 p.
3. Malakhova V.R. Self-disclosure of adolescent abilities as a factor of academic success: abstract. diss... Candidate of Sciences. psychological sciences. Yaroslavl, 2022. 26 p.
4. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
5. Regush L.A. Teenagers' self-attitudes and experiencing problems of school life // Proceedings of the Russian State Pedagogical University named after A.I. Herzen. 2019. P. 57-65.
6. Sveshnikova S.L. Time perspective as a factor of socio-psychological adaptation of adolescents: abstract. diss... Candidate of Sciences. psychological sciences. Yaroslavl, 2019. 25 p.
7. Severin I.E. Increasing social adaptation in people with character accentuation// International Student Scientific Bulletin. 2021. № 6.
8. Fomin V.N. Professional formation and professional definition of personality; actualization and potential approach: monograph. Belgorod: Publishing house of BSTU, 2019. 162 p.
9. Khramov E.V., Shekhovtsova T.G. Stress tolerance of students as a condition of socio-psychological adaptation to the educational environment of the college // In the book: Psychological safety of the educational environment: problems, resources, prevention. General ed. by A.V. Litvinova, A.V. Kokurin. M., 2022. P. 152-162.

Заленская Диана Андреевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
магистрант факультета «Экстремальная психология», e-mail: diana.zalenskaya@gmail.com

Zalenskaya Diana Andreyevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), faculty of Extreme
Psychology, student

Поздняков Вячеслав Михайлович

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», доктор психологических наук, профессор, e-mail: pozdnyakov53@mail.ru

Pozdnyakov Vyacheslav Mikhaylovich

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), professor of the
department of scientific foundations of extreme psychology, faculty of Extreme Psychology, doctor
of psychological sciences, professor

**ОСОБЕННОСТИ Я-ИДЕНТИЧНОСТИ У ПОДРОСТКОВ
СО СКЛОННОСТЬЮ К ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

**FEATURES OF SELF-IDENTITY IN ADOLESCENTS
WITH A PENCHANT FOR INTERNET-DEPENDENT BEHAVIOR**

Аннотация. В статье представлены результаты теоретического анализа и эмпирического исследования особенностей Я-идентичности у подростков, склонных к Интернет-зависимому поведению. Актуальность проблемы исследования обусловлена множественными внешними факторами, предъявляемыми сегодня подрастающему поколению, среди которых: ускорившаяся цифровизация общества и вторая реальность, с искажением систем и смыслов и поощрением нетрадиционных форм самоидентификации. В исследовании приняли участие 72 подростка (средний возраст – 14 лет). В качестве инструментария применялся комплекс психодиагностических методик: Тест на Интернет- зависимость К. Янг (адаптация В.А. Лоскутовой); «Тест двадцати высказываний» М. Куна и Т. Макпартленд (в модификации Т.В. Румянцевой); Личностный опросник Р. Кеттелла (14-PF); анкета «Активность личности в виртуальной социальной сети» Е.И. Богомоловой. В результате корреляционного анализа была выявлена статистически значимая отрицательная связь между показателями дифференцированности идентичности и склонностью к Интернет- зависимому поведению. Подростков с проблемным использованием Интернет-пространств в большей степени характеризует диффузный тип идентичности, у них менее выражены просоциальные навыки, навыки самоконтроля и саморегуляции, по сравнению с нормотипичными подростками.

Abstract. The article presents the results of a theoretical analysis and empirical study of the characteristics of Self-identity in adolescents prone to Internet-dependent behavior. The relevance of the research problem is due to multiple external factors presented to the younger generation today, including the accelerated digitalization of society and the second reality, with the distortion of systems and meanings and the encouragement of non-traditional forms of self-identification. The study involved 72 adolescents (the average age was 14 years). A set of psychodiagnostic techniques was used as a toolkit: an Internet addiction test. Young (adaptation by V.A. Loskutova); The «Test of twenty statements» by M. Kuhn and T. McPartland (modified by T.V. Rumyantseva); The Personality questionnaire by R. Kettell (14-PF); the questionnaire «Personality activity in a virtual social network» by E.I. Bogomolova. As a result of the correlation analysis, a statistically significant negative relationship was revealed between indicators of identity differentiation and a tendency to Internet-dependent behavior. Adolescents with problematic use of Internet spaces are

more characterized by a diffuse type of identity, they have less pronounced prosocial skills, self-control and self-regulation skills, compared with normotypic adolescents.

Ключевые слова: Интернет-зависимость, Я-идентичность, склонность к зависимому поведению, подростковый возраст, онлайн-среда, самоидентификация.

Keywords: Internet addiction, Self-identity, adolescences, educational environment, adolescent self-identification, online environment, self-identification.

Актуальность проблемы исследования обусловлена множественными внешними факторами, предъявляемыми сегодня подрастающему поколению. Цифровая эра, в которую вступило человечество, несет в себе как колоссальные возможности, так и угрозы для личности. Это особенно касается, как отмечается в публикациях, наиболее уязвимой части общества – подростков, которые только находятся на этапе формирования своей самоидентификации. Именно «застревание» в Интернете может приводить к искажению традиционных ценностей и смыслов, а также попаданию под влияние субкультур и к формированию тенденций «транснациональной» идентичности, что может вести к снижению психологической безопасности личности [2; 5].

Гаджеты, социальные сети и разнообразные виртуальные пространства прочно вошли в современную жизнь. Многие подростки умело обращаются с цифровыми системами, т.к. держали в руках гаджеты с 3-4-летнего возраста, и сегодня превосходят в обращении с ними большинство взрослых. Решая множество задач в Сети – от общения до потребления развлекательного контента и совершения покупок, к подростковому возрасту часть из пользователей приобретает склонность к Интернет-зависимому поведению. Это не только накладывает отпечаток на формирование самовосприятия и понимание своих ролей в социуме, но и ведет к психотравматизации. Поэтому закономерно, что с учетом выявления патологического влияния видеоигр с насилием на психику людей, причем в особой мере на подрастающее поколение, в Перечень диагностических рубрик «Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем», утвержденной в 2021 г., под кодом 6C51 введено «игровое расстройство». Оно характеризуется в МКБ-11 рядом параметров: нарушением способности контролировать время участия в видеоиграх, их приоритетом над другими сферами жизни и др. [11]. Современные исследования, приведенные с применением магнитно-резонансной томографии (МРТ), выявили, что у подростков с выраженной игровой зависимостью специфическая Я-идентичность: они больше самоидентифицируются с виртуальным образом Я, нежели чем с «Я-реальным» [9].

Негативное влияние Интернета проявилось в том, что сегодня различают более 55 (!) вариантов гендерности. При этом Британской национальной благотворительной организацией выделяется 5 типов только а-гендерности, причем ее позиция преподносится под благовидным предлогом того, что «никто не должен выбирать между безопасным домом и тем, кто он есть» [9]. Учитывая, что усилился процесс размытия идентичности народов стран Европы, вице-президент США Дж.Д. Ванса публично заявил о том, что страна берет курс на преодоление такого негативного состояния, когда до недавнего

времени США позволяли выбирать в национальном реестре идентификации Х-пол (неопределенный).

Учёные отмечают, что трансформация национальной идентичности перешла в стадию перманентного кризисного состояния. Фактом это подтверждающим выступает то, что недавно среди детей и молодежи стала набирать сторонников новая субкультура – квадробинг. Ее изучение психологами показало, что искажается самовосприятие, происходит своего рода «дпрессура ребёнка, натаскивание на определенный паттерн поведения» [3].

Анализ публикаций свидетельствует, что проблематика интернет-зависимого поведения начала активно разрабатываться с 90-х годов прошлого века. В публикациях американского психолога Кимберли Сью Янг – наиболее признанного эксперта в этой области – выявлено, что причинами «поглощения» людей Сетью Интернет могут стать отсутствие достаточных социальных контактов в обычной жизни, «романтизация» виртуальных контактов, а также склонность к импульсивному поведению [10]. Благодаря разработке данным учёным эффективных методик скрининга склонности к интернет-зависимости, в дальнейших исследованиях выявлено, что у подростков исходной предпосылкой интернет-зависимости часто выступает обычная скука, но потом втягивание и ежедневное отданье приоритета по времени гаджету или смартфону негативно влияет на развитие у них волевой, а также ценностно-смысловой сферы. Психолог В.П. Шейнов, многопланово изучавший Интернет-зависимость у молодёжи, установил, что переход значительной части межличностного общения из реального мира в киберпространство создало проблемы в идентификации личности [7]. Базируясь на выводах данного учёного, а также руководствуясь обобщениями в монографических исследованиях Л.Б. Шнейдер [8] и Т.В. Румянцевой [6], нами осуществлено эмпирическое исследование взаимосвязи у подростков особенностей Я-идентичности и склонностью к зависимому поведению в Сети Интернета.

В нашем эмпирическом исследовании принимали участие 72 подростка в возрасте от 12 до 16 лет (средний возраст – 14 лет), которые обучались в общеобразовательных школах г. Москвы и г. Рязани. В исследовании применялся комплекс психодиагностических методик: «Тест двадцати высказываний» М. Куна и Т. Макпартленд (в модификации Т.В. Румянцевой); личностный опросник Р. Кеттелла (14-PF, версия для подростков); анкета «Активность личности в виртуальной социальной сети» Е.И. Богомоловой.

Для статистической обработки данных применялись коэффициент ранговой корреляции Спирмена, непараметрический статистический критерий Манна-Уитни и методы описательных статистик. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программного пакета Jamovi.

Установлено, что склонность к Интернет-зависимому поведению была выявлена у 21% участников, что в целом соответствует результатам, полученным другими современными исследователями. В дальнейшем исследовании продолжили участие 29 подростков: 15 – с нормотипичными паттернами использования Сети, которые были отнесены к группе 1, и 14

человек со склонностью к Интернет-зависимому поведению, которые были отнесены к группе 2.

Применение анкеты Е.И. Богомоловой, направленной на выявление паттернов и частоты использования виртуальной социальной среды, показало более сильную зависимость использования Интернет соцпространств в группе 2 по сравнению с группой 1. Это может быть объяснено их склонностью к предпочтению виртуальных видов взаимодействия со сверстниками, которые могут казаться им более безопасным видом коммуникаций. Использование в исследовании многофакторного опросника Р. Кеттелла позволило выявить меньшую выраженность просоциальных навыков, более низкий уровень эмоциональной устойчивости и самоконтроля, а также более высокий уровень тревожности у подростков со склонностью к проблемному использованию Сети в сравнении с группой 1.

В результате применения корреляционного анализа были выявлены статистически значимые взаимосвязи, в том числе:

- отрицательная связь между дифференцированностью идентичности и склонностью к Интернет-зависимости ($r=-0,570$; $p\leq0,05$);
- отрицательная связь, значимая на уровне $p\leq0,05$ показателей между показателями сдержанности/возбудимости и склонностью к Интернет-зависимому поведению ($r=-0,398$; $p\leq0,05$);
- отрицательная связь, значимая на уровне 0,05 показателей факторов «самоконтроль» и «склонность к Интернет-зависимому поведению» ($r=-0,504$; $p<0,05$);
- положительная связь, значимая на уровне 0,05 показателей факторов «тревожность» (Q4-фактор) и «склонность к Интернет-зависимому поведению» ($r=0,354$; $p\leq0,05$);
- положительная связь, значимая на уровне 0,05 показателей факторов «активность в соцсетях» и «склонность к Интернет-зависимому поведению» ($r=0,472$; $p\leq0,05$).

На основании полученных данных был сделан вывод о «взаимосвязи двух феноменов – неразвитой Я-идентичности и склонности к зависимому поведению в Сети» [2]. Анализ данных позволил обнаружить, что склонные к проблемному использованию Сети подростки характеризуются размытостью Я-идентичности и менее развитым представлением о себе, в сравнении с нормотипичными участниками эксперимента. В их самоописаниях присутствует меньшее число параметров личностных и социальных идентичностей. Диффузная Я-идентичность таких подростков может свидетельствовать о проблемах в ценностно-смысловой сфере.

Можно констатировать, что «одним из наиболее эффективных решений оптимизации Я-идентичности у подростков, склонных к зависимому поведению, может стать коррекционно-развивающая программа, разработанная с учётом выявленных в эмпирическом исследовании данных по детерминантам деструкций Я-идентичности и личностных особенностей таких подростков и включающая ряд воздействий в форме групповых занятий, мастер-классов и индивидуального консультирования» [2; 4]. Целями такой программы должны

выступать формирование у подростков более полного самоосознания своих ценностей и целей, понимания своей самоидентичности на основе широкого спектра характеристик. Принимая во внимание возможности психотехник логотерапии, наиболее существенная работа в оптимизации Я-идентичности у лиц подросткового возраста со склонностью к проблемному использованию Сети, на наш взгляд, должна вестись в «плоскости ценностных установок и моральных ориентиров, что создаст базу для благоприятного развития личности» [1; 2]. Кроме того, необходимо уделить внимание развитию у подростков таких важных навыков, как: управление временем, самоконтроль и просоциальное взаимодействие. Наилучшей средой реализации такой программы может выступить общеобразовательная школа с участием широкого круга лиц: педагога-психолога, классного руководителя, педагогов, родителей обучающихся и самих обучающихся со склонностью к проблемному использованию Интернет-пространств.

В целом, повышение компетентности подростков в области информационно-психологической безопасности личности, а также развитие у них навыков осознанности в использовании популярных Интернет-ресурсов, видеоигр и иных онлайн-продуктов, окажет положительное влияние на подрастающее поколение, способствуя их более гармоничному развитию и снижению проявлений личной виктимности.

Список литературы:

1. Баева И.А., Гаязова Л.А., Кондакова И.В., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность личности и ценности подростков и молодежи // Психологическая наука и образование. 2020. № 25 (6). С. 5-18.
2. Заленская Д.А. Особенности Я-идентичности у подростков, склонных к интернет-зависимости: курсовая работа магистранта. М.: МГППУ, 2025.
3. Клейберг Ю.А., Деулин Д.В. Квадробинг как угроза психологической безопасности личности несовершеннолетнего // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 1. С. 16-25.
4. Кокурин А.В., Петров В.Е. Методика психологической диагностики игровой зависимости у сотрудников органов внутренних дел // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел. Педагогика и психология служебной деятельности: состояние и перспективы: Сб. научн. трудов межд. конф. М.: Московский университет МВД России им. В.Я. Кикотя, 2017. С. 341-345
5. Пенитенциарная психология: психологическая работа с осужденными, отбывающими наказание в виде лишения свободы: учебное пособие для вузов / В.М. Поздняков [и др.]; под общей ред. В.М. Позднякова. М.: Издательство Юрайт, 2020. 222 с.
6. Румянцева Т.В. Трансформация идентичности студентов медицинского вуза в меняющихся социальных условиях: дис. ... канд. психол. наук. Ярославль: ЯрГУ, 2005.
7. Шейнов В.П. Связь проблемного использования смартфона с проявлениями психологического неблагополучия // Современная зарубежная психология. 2023. № 12 (4). № 123-133. DOI: 10.17759/jmfp.2023120411.
8. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: Структура, генезис и условия становления: дис... доктора психол. наук. М., 2001.
9. Choi E.J. [et al.] Gaming-addicted teens identify more with their cyber-self than their own self: Neural evidence // Psychiatry Research: Neuroimaging. 2018. № 279. p. 51-59.

10. Young K.S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder // Cyberpsychology & behavior. 1998. № 1 (3). P. 237-244.

11. <https://www.who.int/ru/news-room/questions-and-answers/item/gaming-disorder> (дата обращения: 02.10.2025).

References:

1. Baeva I.A., Gayazova L.A., Kondakova I.V., Laktionova E.B. Psychological security of personality and values of adolescents and youth // Psychological science and education. 2020. № 25 (6). P. 5-18.
2. Zalenskaya D.A. Features of self-identity in adolescents prone to Internet addiction: course work of a graduate student. Moscow: MGPPU, 2025.
3. Kleiberg Yu.A., Deulin D.V. Quadrobing as a threat to the psychological security of a minor's personality // Extreme psychology and personal security. 2025. Vol. 2. № 1. P. 16-25.
4. Kokurin A.V., Petrov V.E. Methods of psychological diagnosis of gambling addiction among employees of internal affairs bodies // Professional education of employees of internal affairs bodies. Pedagogy and psychology of professional activity: state and prospects: Collection of scientific papers of the International Conference. Moscow: Kikot Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2017. P. 341-345
5. Penitentiary psychology: psychological work with convicts serving sentences of imprisonment: a textbook for universities / V.M. Pozdnyakov [et al.]; under the general editorship of V.M. Pozdnyakov. Moscow: Yurayt Publishing House, 2020. 222 p.
6. Rumyantseva T.V. Transformation of identity of medical university students in changing social conditions: dis. ... kand. psychological sciences. Yaroslavl: YarGU, 2005.
7. Sheinov V.P. Connections of problematic smartphone use with manifestations of psychological distress // Modern foreign psychology. 2023. № 12 (4). P. 123-133. DOI: 10.17759/jmfp.2023120411.
8. Schneider L.B. Professional identity: Structure, genesis and conditions of formation: dissertation of the Doctor of Psychology, Moscow, 2001.
9. Choi E.J. [et al.] Gaming-addicted teens identify more with their cyber-self than their own self: Neural evidence // Psychiatry Research: Neuroimaging. 2018. № 279. p. 51-59.
10. Young K.S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder // Cyberpsychology & behavior. 1998. № 1 (3). P. 237-244.
11. <https://www.who.int/ru/news-room/questions-and-answers/item/gaming-disorder> (date of request: 02.10.2025).

Евменкова Татьяна Андреевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: evmenkova@mail.ru

Evmenkova Tatyana Andreevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ ПОДРОСТКАМИ В СИТУАЦИИ УТРАТЫ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF GRIEF EXPERIENCE BY TEENAGERS IN A SITUATION OF LOSS

Аннотация. В статье представлены результаты пилотажного эмпирического исследования, посвященного изучению специфики переживания горя в подростковом возрасте. Теоретическая часть раскрывает основные подходы к пониманию феномена горя в отечественной и зарубежной психологии, а также особенности его протекания у подростков. Эмпирическая часть описывает программу и результаты сравнительного исследования двух групп подростков (с опытом утраты и без него), выявившего статистически значимые различия в уровнях тревожности, депрессии, фрустрации, ригидности и в предпочтаемых копинг-стратегиях. Установлено, что подростки, переживающие горе, демонстрируют более высокие показатели эмоционального неблагополучия и склонность к избегающему поведению. Корреляционный анализ подтвердил наличие тесной взаимосвязи между различными негативными эмоциональными состояниями и обратную зависимость их выраженности от времени, прошедшего с момента утраты. Делается вывод о необходимости разработки специализированных программ психолого-педагогического сопровождения для данной категории подростков.

Abstract. The article describes the results of a pilot empirical study focused on the specifics of grief experience in adolescence. The theoretical part outlines the main approaches to understanding the phenomenon of grief in Russian and foreign psychology, as well as its specific manifestations in adolescents. The empirical part describes the design and results of a comparative study of two groups of adolescents (with and without loss experience), which revealed statistically significant differences in levels of anxiety, depression, frustration, rigidity, and in preferred coping strategies. It was found that adolescents experiencing grief demonstrate higher levels of emotional distress and a tendency towards avoidant behavior. Correlation analysis confirmed a strong relationship between various negative emotional states and an inverse correlation of their severity with the time elapsed since the loss. The conclusion is made about the need to develop specialized psycho-pedagogical support programs for this category of adolescents.

Ключевые слова: подростковый возраст, горе, потеря, тревожность, депрессия, копинг-стратегии, психологическое сопровождение.

Keywords: adolescence, grief, loss, anxiety, depression, coping strategies, psychological support.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что подростковый возраст представляет собой период интенсивного личностного становления, сопровождающийся повышенными эмоциональными реакциями, формированием идентичности и сложными процессами социализации. Воздействие травмирующих факторов, таких как потеря близких, выступает серьёзным испытанием для формирующейся личности, обуславливая высокую вероятность нарушения нормального течения горевания, развития

депрессивных расстройств, повышения уровня тревоги и социальной дезадаптации.

Специфичность подростковых переживаний утраты требует особого внимания исследователей и практиков ввиду особой уязвимости подростков перед лицом стресса и отсутствия сформированных навыков совладания. Недостаточная разработанность вопросов особенностей протекания горя в подростковом возрасте в отечественной психологии создаёт объективную необходимость углубленных исследований, направленных на выявление оптимальных путей оказания своевременной психологической поддержки [9].

Несмотря на большое количество работ ключевых зарубежных авторов, таких как Э. Кюблер-Росс [6], В. Волкан [3], В. Ворден [4] и других, а также современных публикаций отечественных специалистов (Ф.Е. Василюк [2], Е.А. Маннанова [8] и др.), проблематика подростковых переживаний утраты остается недостаточно проработанной как в концептуальном, так и в методологическом плане. Современные подходы часто базируются на классических теориях, требующих критической переоценки с учётом накопленных данных и трансформации социального контекста. Это создаёт потребность в разработке новых моделей понимания и анализа переживаний горя, учитывающих современные реалии.

В современной психологии горе понимается как активная деятельность личности, направленная на преодоление кризиса и трансформацию идентичности. Ключевым является различие нормального и патологического (осложненного) горя [10]. Нормальное горе характеризуется ограниченностью во времени и постепенной интеграцией утраты в жизненный опыт, в то время как патологическое связано с фиксацией на одной из стадий, длительным сохранением острых симптомов и нарушением социальной адаптации. Горе – это естественный, болезненный, но целостный процесс исцеления после утраты [7]. Его нельзя «пройти быстро» или «отменить», но можно и нужно прожить здоровым образом [4]. Задача терапии при этом – не «закрыть» боль утраты, а помочь человеку переработать её, сохранив связь с умершим как источником силы [5].

Подростковый возраст серьезно осложняет переживание утраты. Горевание протекает на фоне физиологических (гормональная перестройка) и психологических изменений (становление идентичности, сепарация от родителей, обостренная значимость общения со сверстниками). Когнитивное развитие позволяет подростку осознать необратимость смерти, что порождает сильные экзистенциальные переживания, однако эмоциональная регуляция и стратегии совладания находятся в стадии формирования [1]. Это обуславливает повышенную интенсивность и непредсказуемость реакций: от агрессии и отрицания до регресса и апатии. Утрата в этот период напрямую влияет на выполнение ключевых задач развития, повышая риски дезадаптивных форм поведения и психических расстройств.

Проведённое исследование было направлено на углубленное изучение одного из наиболее сложных психологических состояний — процесса переживания горя в подростковом возрасте. Основной целью исследования

стало комплексное выявление и последующее описание всего спектра психологических особенностей, что является ключевым шагом для разработки эффективных мер психологической поддержки. В качестве объекта исследования рассматривался этот процесс в его целостности и динамике. Предметами исследования стали психологические особенности, сквозь призму которых раскрывается специфика подросткового горя. Среди них характерные эмоциональные реакции (такие как тревога, тоска, гнев) и поведенческие паттерны (включая стратегии совладания и формы социального взаимодействия), возникающие в ситуации утраты.

Основная гипотеза исследования была сформулирована как: переживание горя оказывает значительное влияние на психологические (эмоциональные и поведенческие) характеристики подростков. Выборку составили 20 подростков в возрасте 12-14 лет, разделенные на две группы: экспериментальную (10 человек, переживших утрату одного или обоих родителей в течение последнего года) и контрольную (10 человек, не имевших опыта потери близких). Группы были сопоставимы по возрасту и полу. Диагностический комплекс включал в себя: 1) шкалу ситуативной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина; методику «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка (тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность); опросник депрессивного состояния (PHQ-9) Р. Шпицера и К. Кроенке в адаптации А.А. Золотарева; опросник копинг-установок подростков (ACOPE) Дж. Паттерсона и Х. МакКабина в адаптации Н.А. Польской. Обработка данных проводилась с использованием непараметрических методов математической статистики (критерий Манна-Уитни для сравнения групп, корреляционный анализ Спирмена для выявления взаимосвязей) в программе IBM SPSS Statistics 23.0.

Сравнительный анализ с помощью U-критерия Манна-Уитни выявил статистически значимые различия ($p \leq 0,05$) между группами по ряду параметров.

Эмоциональные состояния:

– Тревожность: подростки экспериментальной группы продемонстрировали достоверно более высокие показатели как ситуативной (48,7 против 34,1), так и личностной тревожности (51,6 против 35,5). По методике Айзенка у них также была выше тревожность (15,4 против 12,4).

– Депрессия: уровень депрессивной симптоматики (PHQ-9) в группе переживающих утрату был значимо выше (13,1 против 8,0).

– Фрустрация и ригидность: показатели фрустрации (13,9 против 9,5) и ригидности (13,8 против 10,3) были выше в экспериментальной группе.

– Агрессия: показатель агрессии оказался выше в контрольной группе (13,5 против 10,6), что, возможно, свидетельствует о подавлении агрессивных импульсов или их интериоризации (например, в виде самообвинения) у горюющих подростков.

Подростки, переживающие утрату, значимо чаще прибегали к дезадаптивным стратегиям совладания.

Копинг-стратегии: избегание (3,21 против 2,22); поиск развлечений (3,4 против 2,17); отстранение (фантазирование; 3,87 против 2,74). При этом наиболее выраженной стратегией у них оказался самоконтроль (5,35), а наименее – вентиляция эмоций (2,61), что указывает на тенденцию к сдерживанию и интеллектуализации переживаний при недостаточной эмоциональной разрядке.

Корреляционный анализ выявил следующие специфические взаимосвязи в экспериментальной группе.

1. Была подтверждена четвертая частная гипотеза: обнаружены сильные отрицательные корреляции между временем, прошедшим с момента утраты, и показателями ситуативной ($r=-0,909$) и личностной тревожности ($r=-0,732$), тревожности по Айзенку ($r=-0,840$), фрустрации ($r=-0,782$), ригидности ($r=-0,765$) и депрессии ($r=-0,909$). Это свидетельствует о естественной, хотя и медленной, динамике снижения остроты переживаний.

2. Выявлена тесная положительная взаимосвязь между всеми показателями негативного эмоционального состояния (тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность, депрессия), что подтверждает их комплексный, синдромальный характер в ситуации горя.

3. Значимых корреляций между показателями эмоционального состояния и копинг-стратегиями в экспериментальной группе не выявлено. В контрольной группе, напротив, такие связи присутствовали (например, тревожность положительно коррелировала с избеганием). Это может говорить о том, что в состоянии острого горя эмоциональная сфера становится настолько доминирующей и хаотичной, что ее проявления слабо связаны с осознанным выбором стратегий совладания, которые носят скорее хаотичный и защитный характер.

Таким образом:

1. Проведенное исследование подтвердило основную гипотезу: переживание горя оказывает значимое влияние на психологические характеристики подростков. Установлено, что подростки, переживающие утрату, характеризуются комплексом негативных эмоциональных состояний: повышенной тревожностью (ситуативной и личностной), фрустрацией, ригидностью и депрессивной симптоматикой.

2. Подтверждены частные гипотезы: выявлены значимые различия в эмоциональном состоянии и в предпочтении копинг-стратегий между группами. Для горюющих подростков характерен уход в дезадаптивные копинги (избегание, поиск развлечений, фантазирование) при недостаточной эмоциональной экспрессии.

3. Обнаружены специфические структурные взаимосвязи между эмоциональными характеристиками у подростков, переживающих горе, образующие единый симптомокомплекс. Выявлена отрицательная корреляция между временем с момента утраты и выраженностью негативных переживаний.

Практическая значимость работы заключается в том, что её результаты могут быть использованы школьными психологами, социальными педагогами и консультантами для: своевременной диагностики подростков группы риска по

развитию осложненного горя; разработки программ психолого-педагогического сопровождения, фокусирующихся на развитии адаптивных копинг-стратегий (особенно навыков обращения за поддержкой и экологичной вентиляции эмоций) и снижении уровня тревоги и депрессии; информирования родителей и педагогов о психологических особенностях подростков, переживающих утрату.

Перспективы дальнейших исследований видятся в увеличении выборки, проведении лонгитюдного исследования для отслеживания динамики переживания горя, а также в разработке и апробации коррекционной программы на основе полученных данных.

Список литературы:

1. Бедарев И.С., Кузубова С.Н., Гасанова Н.В. Психологические особенности детей, переживших утрату одного из родителей // Современные проблемы науки и образования 2020. № 4.
2. Василюк Ф.Е. Психология горя // Педология. 2001. № 8. С. 8-15.
3. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты. Психология горевания. М.: Когито-Центр, 2014.
4. Ворден В. Консультирование и терапия горя: пособие для специалистов в области психического здоровья. М.: Центр психологического консультирования и психотерапии, 2020.
5. Космински Ф.С., Джордан Д.Р. Терапия горя, основанная на привязанности: Руководство для практикующих специалистов. М.: Диалектика, 2022.
6. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании. М.: София, 2001.
7. Малкина-Пых И.Г. Психология горя и утраты: учебное пособие. М.: КноРус, 2024.
8. Маннанова Е.А., Виноградова Е.С. Особенности переживания горя в подростковом возрасте // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 11. № 2. С. 45-56.
9. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
10. Шефов С.А. Психология переживания утраты: учебное пособие. М.: Академия, 2010.

References:

1. Bedarev I.S., Kuzubova S.N., Hasanova N.V. Psychological characteristics of children who have experienced the loss of one of their parents // Modern problems of science and education 2020. № 4.
2. Vasilyuk F.E. Psychology of grief // Pedology. 2001. № 8. P. 8-15.
3. Volkan V., Zintl E. Life after loss. Psychology of grief. Moscow: Kogito-Center, 2014.
4. Worden V. Counseling and therapy of grief: a manual for specialists in the field of mental health. Moscow: Center for Psychological Counseling and Psychotherapy, 2020.
5. Kosminski F.S., Jordan D.R. Attachment-based grief therapy: A Guide for practitioners. Moscow: Dialectics, 2022.
6. Kubler-Ross E. About death and dying. Moscow: Sofia, 2001.
7. Malkina-Pykh I.G. Psychology of grief and loss: a textbook. Moscow: KnoRus, 2024.
8. Mannanova E.A., Vinogradova E.S. Features of experiencing grief in adolescence // Psychological science and education. 2019. Vol. 11. № 2. P. 45-56.
9. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
10. Shefov S.A. Psychology of experiencing loss: a textbook. Moscow: Akademiya, 2010.

Ермолаева Анна Валерьевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
заместитель руководителя Федерального координационного центра по обеспечению
развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации,
e-mail: ermolaevaav@mgppu.ru

Ermolaeva Anna Valerievna

Moscow State Psychological and Pedagogical University (Moscow, Russia), Deputy head of the
federal coordination center for the development of psychological and pedagogical assistance in the
education system of the Russian Federation

**ОСОБЕННОСТИ ВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ И БАРЬЕРЫ
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПРИ ОКАЗАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
ПОСТРАДАВШИМ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ****FEATURES OF VERBAL COMMUNICATION AND BARRIERS OF INTERACTION IN
PROVIDING PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO VICTIMS IN AN EXTREME
SITUATION**

Аннотация. В рамках статьи рассматриваются особенности верbalной коммуникации и потенциальные трудности взаимодействия в процессе оказания психологической помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях. Выделяется специфический контекст кризисного состояния, определяющий повышенные требования к речи психолога. Подчеркивается значение вербальных средств как инструмента установления контакта, обеспечения безопасности и активации адаптационных ресурсов личности. Особое внимание уделяется функциональным типам вербального воздействия, включая эмпатическую поддержку, информационное сопровождение и фасилитацию копинг-стратегий.

Abstract. This article analyzes the features of verbal communication and potential barriers to interaction in the process of providing psychological assistance to victims in extreme situations. It examines the specific context of a crisis situation, which determines the increased requirements for a psychologist's speech. The article explores the significance of verbal means as a tool for establishing contact, ensuring safety, and activating personal adaptive resources. Special attention is given to the functional types of verbal influence, including empathic support, information support, and facilitation of coping strategies.

Ключевые слова: вербальная коммуникация, кризисная интервенция, экстремальная ситуация, психологическая помощь, коммуникативные барьеры, активное слушание, эмпатия, этика, пострадавшие.

Keywords: verbal communication, crisis intervention, extreme situation, psychological assistance, communication barriers, active listening, empathy, ethics, and victims.

В условиях кризисных или экстремальных ситуаций, характеризующихся дезорганизацией психической деятельности и высоким уровнем стресса, вербальная коммуникация приобретает роль не просто инструмента, но и основного проводника психологической помощи и поддержки [3]. Именно через речь психолог устанавливает первоначальный рапорт, создаёт условия для ощущения безопасности и инициирует процессы совладания с травматическим опытом. В связи с этим, систематизация знаний о специфике, функциях и барьерах вербальной коммуникации в кризисной помощи является не только значимой, но и остро востребованной практикой.

Современный мир характеризуется ростом числа техногенных катастроф, природных катаклизмов и актов насилия, что увеличивает количество людей, нуждающихся в экстренной психологической помощи. Повышаются требования к подготовке психологов, способных к эффективному взаимодействию с пострадавшими в состоянии аффекта, шока или страха. С другой стороны, в рамках психологической науки накоплен значительный объём данных, свидетельствующих о том, что некорректно выстроенная коммуникация на начальных этапах работы может не только снизить эффективность помощи, но и усугубить состояние пострадавшего, способствуя ретравматизации.

В отечественной психологической практике проблема коммуникации в экстремальных условиях изучалась в контексте психических состояний в стрессогенных ситуациях. Значительный вклад в понимание особенностей общения с пострадавшими внесли представители кризисной психологии. Так, в работах Ф.Е. Василюка [1] теория переживания рассматривает вербальное взаимодействие как пространство для сопровождения человека в процессе преодоления «критической ситуации». Психолог своей речью создаёт условия для того, чтобы переживание стало деятельностью, а не состоянием.

Значительное внимание уделяется функциональным аспектам речи. Эмпатия, понимаемая в отечественной школе не просто как сочувствие, а как точное и безоценочное принятие и отражение чувств пострадавшего, считается базовым условием установления контакта. Метод активного слушания, детально описанный в рамках гуманистического подхода, адаптируется для условий кризиса, где его целью является не столько глубинное исследование личности, сколько валидация чувств и возвращение пострадавшему ощущения субъектности.

Информационная поддержка в российских моделях рассматривается как способ структурирования хаотичного опыта и снижения тревоги, порожденной неопределенностью [5]. Что касается моделирования копинг-стратегий, то здесь вербальная коммуникация направлена на активацию собственных ресурсов личности, а не на предоставление готовых решений. Подчеркивается важность этических принципов, таких как конфиденциальность, невмешательство и уважение достоинства личности, которые в экстремальной ситуации приобретают особую значимость ввиду уязвимости пострадавшего.

Зарубежная психология, в частности направления когнитивно-поведенческой терапии, кризисной интервенции и травма-фокусированных подходов, предлагает детально разработанные модели вербальной коммуникации. Классическая модель кризисной интервенции Дж. Кэйпланда и Дж. Слейтера [9] акцентирует роль вербальных техник для быстрой стабилизации состояния. В рамках данного подхода коммуникация носит чётко структурированный, директивный в допустимых пределах характер и нацелена на решение конкретных задач: установление безопасности, оценка состояния и мобилизация ресурсов.

Важнейшим вкладом зарубежных исследований является операционализация таких понятий, как первая психологическая помощь

(Psychological First Aid) [2; 6], где верbalная коммуникация стандартизована в виде протоколов. В этих протоколах ключевая роль отводится техникам валидации чувств, которые, как показали работы М. Линехан [7] в рамках диалектико-поведенческой терапии, являются мощным инструментом снижения эмоционального напряжения.

Функциональные типы вербального воздействия в западных моделях также были достаточно подробно описаны. Эмпатическая коммуникация, восходящая к клиент-центрированной терапии К. Роджерса [4], рассматривается как фундаментальный лечебный фактор. Информационная поддержка включает в себя психообразование о стрессовых реакциях, что нормализует состояние пострадавшего. Копинг-стратегии, сформулированные через вербальные инструкции направлены на помочь в поиске адаптивных способов совладания, базируясь на концепциях Р. Лазаруса [2] и С. Фолкман [8].

Таким образом, синтез отечественного понимания глубины переживания и зарубежного структурированного подхода к верbalной коммуникации представляет собой наиболее полную основу для эффективной психологической практики в экстремальных условиях.

Экстремальная ситуация оказывает комплексное деструктивное воздействие на речевую и когнитивную деятельность пострадавшего, что необходимо учитывать для построения эффективного взаимодействия. Речь человека в кризисном состоянии характеризуется выраженными изменениями на лингвистическом и паралингвистическом уровнях. Под влиянием острого травматического стресса, тревоги и физического истощения наблюдаются нарушения темпа речи – от замедленной, с длинными паузами и трудностями подбора слов, до хаотичной и ускоренной. Интонации часто обеднены, голос может быть монотонным или, напротив, дрожащим и срывающимся. Словарный запас сужается, в речи доминируют простые, часто односложные конструкции, повторяющиеся фразы, что отражает дефицит когнитивных ресурсов.

У пострадавшего отмечаются значительные трудности с концентрацией внимания, дезориентация во времени и пространстве, снижение оперативной памяти. Это приводит к тому, что сложные логические цепочки и развернутые инструкции не усваиваются. В связи с этим коммуникация психолога должна быть ориентирована не только на вербальный канал, но и на невербальный. Мимика, открытая и спокойная поза, мягкий тон голоса, поддерживающий кивок становятся критически важными сигналами, транслирующими безопасность и принятие, когда слова не могут быть адекватно восприняты.

Стратегия вербальной коммуникации психолога в этих условиях должна быть гибкой и структурированной. Первоочередная задача – установление доверия и создание безопасной атмосферы. Это достигается через эмпатическое слушание, которое предполагает не только отражение содержания, но и чувств пострадавшего: «Я вижу, как вам тяжело», «Это нормально – чувствовать себя растерянным в такой ситуации». Важным элементом является активация внутренних ресурсов пострадавшего через подчеркивание его сильных сторон и

успешных действий в прошлом. Для снижения интенсивности страха и тревоги используются формулировки, повышающие предсказуемость и контроль: «Сейчас мы с вами вместе составим план действий», «Давайте сделаем несколько простых шагов». Уточняющие вопросы помогают структурировать мышление пострадавшего: «Расскажите, что вам нужно в первую очередь прямо сейчас?».

Информационная поддержка должна быть дозированной, конкретной и максимально структурированной. Сообщая информацию, необходимо дробить ее на небольшие блоки, использовать простые и однозначные формулировки, периодически проверяя понимание: «Позвольте я повторю, чтобы убедиться, что я все правильно объяснил». Культура языка психолога предполагает обязательную адаптацию речи под возраст, культурный контекст и индивидуальные особенности пострадавшего. В случае языковых барьеров необходимо привлечение профессионального переводчика или близких родственников. На практике эффективно использование заранее подготовленных скриптов и фраз-подсказок для типичных сценариев. Например, при работе с дезориентированным человеком: «Меня зовут [Имя], я психолог. Вы в безопасности. Сейчас мы находимся [место]. Я здесь, чтобы помочь вам».

Эффективной коммуникации препятствует широкий спектр барьеров, которые можно классифицировать на внутренние, внешние и профессиональные. Внутренние барьеры обусловлены психофизиологическим состоянием пострадавшего. К ним относятся защитные механизмы психики, такие как отрицание случившегося, шоковое состояние с эмоциональным оцепенением и замыкание в себе. Эти состояния делают человека невосприимчивым к внешней помощи и требуют от психолога особого терпения и такта, исключающих давление.

Внешние барьеры связаны с условиями окружающей обстановки: шум, спешка, угроза безопасности, ограниченный доступ к пострадавшему. Лингвистические и культурные барьеры усугубляют непонимание, а технические и организационные, такие как необходимость заполнения документов, строгое следование протоколам в ущерб контакту или повторяющиеся опросы разными службами, ведут к ретравматизации и росту недоверия. Этические и профессиональные барьеры возникают со стороны самого психолога, например, при неправильной интерпретации слов пострадавшего, использовании патологизирующих ярлыков или непреднамеренном причинении вреда (вторичная травматизация) из-за недостаточной подготовки.

Конкретная реализация верbalных стратегий на практике требует от психолога высокого уровня осознанности и гибкости. После установления первичного контакта и оценки состояния пострадавшего ключевой задачей становится применение языковых формул, направленных на стабилизацию эмоционального состояния. В ситуации, когда человек находится в состоянии острого шока и проявляет признаки дезорганизации речи, эффективным представляется использование техники «верbalного якорения». Данная

методика предполагает введение в диалог повторяющихся, простых и ритмичных фраз-маркеров, которые структурируют коммуникативное пространство для пострадавшего. Например, регулярное возвращение к ключевым фразам: «Вы здесь, вы в безопасности», «Я рядом», «Мы справимся с этим вместе» выполняет не только содержательную, но и ритмо-организующую функцию, противопоставляя внешний порядок внутреннему хаосу. При этом важным является синхронизация речи психолога с дыханием пострадавшего: замедление темпа собственной речи, использование более длинных фраз на выдохе и коротких, дробных инструкций на вдохе. Это создает физиологическую основу для успокоения, так как ритмизированное дыхание напрямую связано с активацией парасимпатической нервной системы.

Стратегия информационной поддержки должна быть реализована через принцип «дозированной ясности». Пострадавший в состоянии когнитивного дефицита не способен усвоить развернутый план действий, представленный единым блоком. Гораздо более эффективной является техника «микро-шагов», при которой любая информация или инструкция дробится на элементарные, последовательные действия. Вместо фразы: «Сейчас мы найдем ваших родственников, для этого нужно обратиться к координатору и заполнить анкету», следует подать информацию порционно: «Давайте сделаем первый шаг. Мы подойдем к тому столу, где человек в зеленой жилетке. Это координатор. Понятно?» – пауза, получение подтверждения – «Шаг второй. Мы назовем ему ваше имя и имя того, кого ищем. Понятно?». Такое структурирование не только облегчает понимание, но и возвращает пострадавшему чувство контроля над ситуацией, поскольку каждый завершенный микро-шаг воспринимается как маленькая, но достижимая цель. Это напрямую коррелирует с активацией адаптивных копинг-стратегий, фокусируя человека на решении конкретных, а не глобальных задач.

Особого внимания заслуживает работа с резистентностью и защитными механизмами, такими как отрицание и гнев, которые являются частыми и естественными барьерами. Прямая конфронтация с отрицанием («Это не может быть правдой!») по типу «Это случилось, примите это» контрпродуктивна и ведет к углублению барьера. Более эффективной является техника «парadoxального принятия сопротивления», при которой психолог вербально присоединяется к защитному механизму, чтобы мягко его трансформировать. Например, в ответ на отрицание можно сказать: «Это нормально, что ваша психика отказывается верить в произошедшее. Это защитная реакция, которая дает вам время. Давайте пока не будем заставлять себя верить, а просто сосредоточимся на том, что нужно сделать прямо сейчас, в эту минуту». Это позволяет избежать борьбы и перенаправить энергию с сопротивления на конкретные действия. Аналогично, при столкновении с вербальной агрессией, эффективна техника валидации чувства: «Ваша ярость и гнев – это абсолютно нормальная реакция на ненормальные обстоятельства. Давайте попробуем направить эту энергию на поиск выхода из ситуации».

Наконец, в условиях групповой работы или при взаимодействии с семьями коммуникативная стратегия должна быть переориентирована с

индивидуального на системный уровень. В данном контексте речь психолога выполняет функцию не только поддержки, но и структурирования коммуникативного поля внутри группы, предотвращая эскалацию конфликтов и распространение паники. Ключевым инструментом становится «нормализация и фасилитация». Психолог может вербально обозначать и нормализовать возникающие в группе напряжения: «В такой ситуации естественно, когда все на нервах, и могут возникать разногласия. Это не ваша вина, это следствие стресса». Далее, он фасилитирует процесс, вводя четкие, простые правила коммуникации: «Давайте договоримся, один человек говорит, другие слушают. Сначала выслушаем маму, потом папу. Каждому важно быть услышанным». Это позволяет трансформировать хаотичный групповой стресс в структурированный процесс взаимной поддержки, где психолог выступает в роли режиссера коммуникации, а не единственного ее участника.

Проведенный анализ позволяет утверждать, что верbalная коммуникация в экстремальных ситуациях представляет собой высокопрофессиональную деятельность, основанную на глубоком понимании психологии кризисных состояний. Ее эффективность напрямую зависит от способности психолога адаптировать свою речь к специфическим изменениям в когнитивной и эмоциональной сферах пострадавшего. Учет факторов травматического стресса, таких как дезорганизация речи и мышления, позволяет выстраивать коммуникацию, которая не только решает информационные задачи, но и выполняет психотерапевтическую функцию, создает безопасное пространство, снижает тревогу и активирует адаптационный потенциал личности.

Критически важным является осознанное преодоление многоуровневых барьеров взаимодействия, начиная от внутренних психологических защит пострадавшего и заканчивая внешними организационными сложностями. Предложенные тактические подходы, применение кратких кризисных интервенций и приоритет в установлении доверия, предоставляют психологу практический инструментарий для оптимизации своей работы. Таким образом, совершенствование вербальных стратегий при оказании экстренной психологической помощи является неотъемлемым компонентом повышения качества психологической поддержки в целом, способствуя минимизации рисков ретравматизации и эффективному сопровождению человека на пути преодоления последствий экстремальной ситуации.

Список литературы:

1. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва. М.: Смысл, 2005. 191 с.
2. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции : сборник статей / под ред. В. Леви. М.: Медицина, 1970. С. 178-208.
3. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
4. Роджерс К.Р. Клиент-центрированная терапия. М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2012. 512 с.

5. Сударик А.Н., Здорова С.В. Вербальная коммуникация и использование ее закономерностей в деятельности психолога // Подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии: Материалы всероссийской научно-методической конференции Иркутск: Восточно-Сибирский институт МВД России, 2016. С. 220-224.

6. Caplan G. The Theory and Practice of Mental Health Consultation. New York: Basic Books, 1970. 388 p.

7. Folman S., Lazarus R.S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company, 2024. 456 p.

8. Linehan M. M. Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder. New York: The Guilford Press, 1993. 558 p.

9. Slaby A.E., Lieb J.O., Tancredi L.R. A Handbook for Crisis Intervention. New-York: Jason Aronson, 2024. 528 p.

References:

1. Vasilyuk F.E. Experience and prayer. Moscow: Smysl, 2005. 191 p.

2. Lazarus R. Theory of stress and psychophysiological research // Emotional stress: physiological and psychological reactions: a collection of articles / edited by V. Levi. Moscow: Medicine, 1970. P. 178-208.

3. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.

4. Rogers K.R. Client-centered therapy. Moscow: April Press, EKSMO Press Publishing House, 2012. 512 p.

5. Sudarik A.N., Zdorova S.V. Verbal communication and the use of its patterns in the activities of a psychologist // Personnel training for law enforcement agencies: modern trends and educational technologies: Materials of the All-Russian scientific and methodological conference Irkutsk: East Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 2016. P. 220-224.

6. Caplan G. The Theory and Practice of Mental Health Consultation. New York: Basic Books, 1970. 388 p.

7. Folman S., Lazarus R.S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company, 2024. 456 p.

8. Linehan M. M. Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder. New York: The Guilford Press, 1993. 558 p.

9. Slaby A.E., Lieb J.O., Tancredi L.R. A Handbook for Crisis Intervention. New-York: Jason Aronson, 2024. 528 p.

Корнеева Ирина Евгеньевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: iekorneeva@yandex.ru

Korneeva Irina Evgenievna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ВЗАИМОСВЯЗЬ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМА У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC PROCRASTINATION AND PERFECTIONISM IN UNIVERSITY STUDENTS

Аннотация. Академическая прокрастинация определяется как сознательное откладывание выполнения учебных заданий при осознании возможных неблагоприятных последствий подобного поведения. В статье анализируется взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма у студентов вузов. Показано, что дезадаптивные формы перфекционизма положительно связаны с академической прокрастинацией, тогда как адаптивные перфекционистские установки ассоциируются с более низким уровнем выраженности прокрастинационного поведения.

Abstract. Academic procrastination is defined as the conscious postponement of academic tasks while recognizing the potential negative consequences of such behavior. This article analyzes the relationship between academic procrastination and perfectionism in university students. It is shown that maladaptive forms of perfectionism are positively associated with academic procrastination, while adaptive perfectionistic attitudes are associated with lower levels of procrastination behavior.

Ключевые слова: академическая прокрастинация, перфекционизм, нормальный (адаптивный) перфекционизм, дезадаптивный перфекционизм

Keywords: academic procrastination, perfectionism, normal (adaptive) perfectionism, maladaptive perfectionism

В современной психологии образования проблема академической успеваемости стоит достаточно остро. Среди актуальных вопросов особое место отводится феномену «прокрастинация». Как известно, термин «прокрастинация» (от лат. *pro* – вперед и *crastinus* – завтрашний) был введен в научный оборот П. Рингенбахом (1977). В психологической науке прокрастинация рассматривается как распространенное явление, проявляющееся в преднамеренном откладывании выполнения значимых задач, сопровождающемся внутренним конфликтом между намерением действовать и фактическим бездействием. Особое значение она приобретает в академической среде, где проявляется в форме академической прокрастинации – систематического откладывания выполнения учебных заданий, подготовки к экзаменам и других видов учебной активности при сохранении понимания их значимости и потенциальных неблагоприятных последствий.

В научной литературе существует ряд определений академической прокрастинации, и каждое из них акцентирует различные аспекты этого феномена. Так, Л. Соломон и Э. Ротблум трактуют академическую прокрастинацию как «тенденцию откладывать выполнение академических

задач, таких как подготовка к экзаменам, написание курсовых или выполнение домашних заданий, до такой степени, что отсрочка вызывает субъективный эмоциональный дискомфорт» [11, С. 504]. Н. Милграм рассматривает её как устойчивое дисфункциональное поведение, выражающееся в задержке начала или завершения учебных заданий при понимании негативных последствий [10]. В метаобзоре П. Стила прокрастинация в академическом контексте характеризуется как иррациональная отсрочка выполнения учебных дел, препятствующая достижению целей и снижая академическую продуктивность [12]. Согласно Я.И. Варваричевой прокрастинация – это «поведенческий акт, в результате которого человек сознательно замещает субъективно актуальный вид деятельности другими, второстепенными видами деятельности» [1, С. 122].

Академическая прокрастинация оказывает значительное влияние на академическую успеваемость и психологическое благополучие студентов, снижая их продуктивность и повышая уровень стресса и тревоги. Зарубежные эмпирические исследования свидетельствуют о высокой распространенности академической прокрастинации среди студентов. Так, по данным Л. Соломона и Э. Ротблума, более 70% обучающихся регулярно откладывают выполнение учебных заданий [11], а метаобзоры указывают на её наличие у 80-95% студентов [9; 12]. Российские исследования демонстрируют схожие результаты, подтверждая массовый характер прокрастинации у студентов. В частности, по данным А.В. Микляевой, Д.С Ребровой и А.С. Савинской, не менее 80% студентов российских высших учебных заведений сталкиваются с проявлениями данного феномена [2].

Формирование склонности к академической прокрастинации у студентов вузов обусловлено комплексом личностных, мотивационных, когнитивных и поведенческих факторов. Среди личностных факторов одну из ключевых ролей играет перфекционизм. Перфекционизм (от лат. *perfectio* – завершенность, совершенство) характеризуется стремлением к безупречности и установлением высоких стандартов деятельности. Один из первых исследователей перфекционизма М. Холлендер трактовал его как устойчивую личностную черту, характеризующуюся завышенными требованиями к себе и стремлением к безупречному выполнению любых целей, независимо от их значимости [8]. Значительный вклад в изучение перфекционизма внес Д. Хамачек, предложив различать его адаптивные и дезадаптивные формы [6]. На основе клинических наблюдений он выделил нормальный перфекционизм, основанный на мотивации и принятии ошибок, и невротический – характеризующийся тревожностью и стремлением к недостижимому идеалу, что определило современное понимание феномена.

В 1980-1990 годы произошел переход от понимания перфекционизма как единой личностной черты к его трактовке как многомерного конструкта, включающего личные и социальные измерения. Р. Фрост предложил модель, объединяющую когнитивные, поведенческие и эмоциональные аспекты и включающую шесть компонентов, отражающих адаптивные и дезадаптивные проявления [5]. Среди них – личные стандарты, озабоченность ошибками, сомнения в действиях, родительские ожидания, критика и организованность.

Альтернативная модель П. Хьюитта и Г. Флетта (1991) акцентирует социально-интеракционные аспекты и включает три типа перфекционизма: ориентированный на себя, на других и социально предписанный [7].

Эмпирические исследования взаимосвязи академической прокрастинации и перфекционизма демонстрируют неоднозначные результаты. Одни авторы выявляют положительную корреляцию между прокрастинацией и всеми типами перфекционизма, другие – показывают, что наличие связи между прокрастинацией и перфекционизмом варьируется в зависимости от типа последнего. Отдельные исследования фиксируют обратную взаимосвязь между данными переменными. Наиболее устойчивая тенденция проявляется в положительной связи прокрастинации с дезадаптивными формами перфекционизма и отрицательной – с адаптивными. Интерпретацию полученных данных осложняет культурный контекст, поскольку большинство работ основано на выборках из стран с западной образовательной традицией, что ограничивает возможность их обобщения в российском контексте. Влияние перфекционизма опосредуется личностными и ситуативными факторами, такими как уровень тревожности, страх неудачи, самоэффективность, самооценка, локус контроля, резильентность, особенности образовательной среды и система оценивания [3; 4].

Целью настоящего эмпирического исследования является изучение взаимосвязи академической прокрастинации и перфекционизма студентов вузов в целом и в зависимости пола и возраста. В исследовании приняли участие студенты российских вузов 18-30 лет. Итоговый объем выборки составил 96 человек (38 мужчин и 58 женщин; 39 человек в возрасте 18-20 лет, 37 человека – в возрасте 21-25 лет, 20 человек – старше 25 лет).

Для операционализации академической прокрастинации была использована краткая Шкала прокрастинации TPS (Б. Тукман). Измерение перфекционизма осуществлялось с помощью Трехфакторного опросника перфекционизма (Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова).

Результаты эмпирического исследования свидетельствуют о том, что большинство студентов (53%) демонстрируют низкий уровень академической прокрастинации, что отражает их организованность и развитые навыки саморегуляции. Средний уровень выявлен у 38% респондентов, что указывает на эпизодические проявления откладывания учебных задач. Высокий уровень прокрастинации зафиксирован лишь у 9% студентов.

Взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма была изучена посредством корреляционного анализа с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена (ρ) (табл. 1). Анализ показал наличие статистически значимой положительной взаимосвязи между уровнем академической прокрастинации и субшкалой «перфекционизм: озабоченность оценками» ($\rho=0,484$; $p=0,000$). Даный результат указывает на то, что повышение тревожности, связанной с внешней оценкой собственной деятельности, сопровождается усилением прокрастинационного поведения, что может быть обусловлено страхом несоответствия ожиданиям окружающих и тенденцией к избеганию ситуаций возможной неудачи. Также установлена

положительная корреляция между академической прокрастинацией и субшкалой «негативное селектирование и фиксация на собственном несовершенстве» ($\rho=0,498$; $p=0,000$), отражающая тенденцию лиц с выраженной самокритичностью и склонностью к фиксации на ошибках чаще проявлять прокрастинационные формы поведения. Этот результат согласуется с концепцией, согласно которой академическая прокрастинация сопряжена с дезадаптивными аспектами саморегуляции и страхом неудачи. Кроме того, выявлена отрицательная корреляция между академической прокрастинацией и субшкалой «перфекционизм: высокие стандарты» ($\rho=-0,224$; $p=0,028$), что указывает на то, что наличие реалистичных целей, выраженной мотивации достижения и развитых навыков самодисциплины выступает фактором, снижающим склонность к откладыванию учебной деятельности.

Таблица 1 – Взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма у студентов вузов

Трехфакторный опросник перфекционизма	Шкала прокрастинации Тукмана
озабоченность оценками	0,484**
высокие стандарты	-0,224*
негативное селектирование	0,498**

Примечания: *корреляция на уровне $p<0,05$, **корреляция на уровне $p<0,01$.

Установлена положительная корреляция между академической прокрастинацией и компонентами перфекционизма «озабоченность оценками» и «негативное селектирование» у обоих полов (табл. 2). При этом выраженность данных взаимосвязей оказалась выше у мужчин ($\rho=0,515$; $p=0,001$ и $\rho=0,654$; $p=0,000$), чем у женщин ($\rho=-0,434$; $p=0,001$ и $\rho=0,355$; $p=0,006$). Эти данные могут указывать на то, что мужчины более восприимчивы к влиянию внешней оценки и чаще демонстрируют прокрастинационное поведение в ситуациях, связанных с риском негативного суждения о результатах их деятельности. Кроме того, у женщин выявлена отрицательная корреляция между академической прокрастинацией и субшкалой «высокие стандарты» ($\rho=-0,329$; $p<0,05$), что может свидетельствовать о том, что реалистичные цели, внутренняя мотивация и организованность выступают факторами, снижающими склонность к откладыванию. У мужчин аналогичная взаимосвязь не зафиксирована.

Таблица 2 – Взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма у студентов вузов разного пола

Трехфакторный опросник перфекционизма	Шкала прокрастинации Тукмана	
	мужчины	женщины
озабоченность оценками	0,515*	0,434**
высокие стандарты	-0,149	-0,329*
негативное селектирование	0,654**	0,355**

В возрастной группе 18-20 лет выявлена значимая положительная корреляция между прокрастинацией и субшкалами «озабоченность оценками» ($\rho=0,500$, $p=0,001$) и «негативное селектирование» ($\rho=0,466$; $p=0,003$) (табл. 3). Это свидетельствует о том, что склонность к откладыванию выполнения

учебных задач в данном возрасте обусловлена повышенной чувствительностью к внешней оценке и тенденцией к фокусировке на возможных ошибках и неудачах. В возрастной группе 21-25 лет сохраняются значимые положительные корреляции прокрастинации с субшкалами «озабоченность оценками» ($\rho=0,463$; $p=0,004$) и «негативное селектирование» ($\rho=0,501$; $p=0,002$). Это указывает на сохранение влияния перфекционистских установок, связанных с оцениванием. Также выявлена отрицательная корреляция прокрастинации с субшкалой «высокие стандарты» ($\rho=-0,367$; $p=0,025$), что может свидетельствовать о компенсаторной роли реалистичных требований к себе: студенты с высокими, но достижимыми стандартами, менее подвержены прокрастинации. В возрастной группе старше 25 лет значимая корреляция выявлена только между прокрастинацией и субшкалой «озабоченность оценками» (социально-предписываемый перфекционизм) ($\rho=0,531$, $p=0,016$), тогда как субшкалы «высокие стандарты» и «негативное селектирование» утрачивает значимое влияние. Это может указывать на ослабление общего влияния перфекционистских установок на прокрастинацию с возрастом, за исключением продолжительного воздействия факторов, связанных с внешней оценкой деятельности.

Таблица 3 – Взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма у студентов вузов разного возраста

Трехфакторный опросник перфекционизма	Шкала прокрастинации Тукмана		
	18-20 лет	21-25 лет	>25 лет
озабоченность оценками	0,500 **	0,463 **	0,531 *
высокие стандарты	-0,120	-0,367 *	-0,185
негативное селектирование	0,466 **	0,501 **	0,407

В целом, результаты проведенного исследования показали, что академическая прокрастинация студентов вузов находится в тесной взаимосвязи с особенностями перфекционистских установок. Установлено, что дезадаптивные компоненты перфекционизма – такие, как озабоченность внешней оценкой и фиксация на собственных ошибках – положительно коррелируют с академической прокрастинацией, тогда как адаптивный компонент, представленный высокими, но реалистичными стандартами, демонстрирует отрицательную связь с прокрастинационным поведением. Эти данные подтверждают, что дезадаптивные формы перфекционизма выступают значимыми предикторами откладывания учебной деятельности, тогда как конструктивные установки, связанные с самодисциплиной и внутренней мотивацией, напротив, способствуют ее снижению. Наиболее выраженные взаимосвязи между прокрастинацией и дезадаптивным перфекционизмом наблюдаются у мужчин и студентов младшей возрастной группы (18-20 лет), что отражает их повышенную чувствительность к внешней оценке и недостаточную сформированность саморегуляции.

Список литературы:

1. Варваричева Я.И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // Вопросы психологии. 2010. Т. 3. С. 121-130.

2. Микляева А.В., Реброва Д.С., Савинская А.С. Академическая прокрастинация в студенческой среде: результаты эмпирического исследования // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2017. Т. 19. С. 59-66.
3. Петров В.Е. Диагностика степени выраженности прокрастинации у сотрудников органов внутренних дел // Вестник ВИПК МВД России. Домодедово, 2016. № 1 (37). С. 81-85.
4. Петров В.Е. Прикладная психологическая диагностика: Учебное пособие. М.: Изд-во «Спутник +», 2024. 246 с.
5. Frost R.O., Marten P., Lahart C., Rosenblate R. The dimensions of perfectionism // Cognitive Therapy and Research. 1990. V. 4 (1). P. 449-468. DOI: 10.1007/BF01172967.
6. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism // Psychology. 1978. № 15. P. 27-33.
7. Hewitt P.L., Flett G.L. Dimensions of perfectionism in unipolar depression // Journal of Abnormal Psychology. 1991. V. 100 (1). P. 98-101. DOI: 10.1037/0021-843X.100.1.98.
8. Hollender M.H. Perfectionism // Comprehensive Psychiatry. 1965. V. 6 (2). P. 94-103. DOI: 10.1016/s0010-440x(65)80016-5.
9. Kim K.R., Seo E.Y. The Relationship between Procrastination and Academic Performance: A Meta-Analysis // Personality and Individual Differences. 2015. V. 82 (1). P. 26-33. DOI: 10.1016/j.paid.2015.02.038.
10. Milgram N.A., Mey-Tal G., Levison Y. Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents // Personality and Individual Differences. 1998. V. 25 (2). P. 297-316. DOI: 10.1016/S0191-8869(98)00044-0.
11. Solomon L.J., Rothblum E.D. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates // Journal of Counseling Psychology. 1984. V. 31 (4). P. 503-509. DOI: 10.1037/0022-0167.31.4.503.
12. Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure // Psychological Bulletin. 2007. V. 133 (1). P. 65-94. DOI: 10.1037/0033-295X.133.1.65.

References:

1. Varvaricheva Ya.I. The phenomenon of procrastination: problems and prospects of research // Questions of psychology. 2010. Vol. 3. P. 121-130.
2. Miklyaeva A.V., Rebrova D.S., Savinskaya A.S. Academic procrastination among students: results of an empirical study // Izvestiya Irkutsk State University. Series: Psychology. 2017. Vol. 19. P. 59-66.
3. Petrov V.E. Diagnostics of the severity of procrastination among employees of internal affairs bodies // Bulletin of the VIPK of the Ministry of Internal Affairs of Russia. Domodedovo, 2016. № 1 (37). P. 81-85.
4. Petrov V.E. Applied psychological diagnostics: A textbook. Moscow: Sputnik + Publishing House, 2024. 246 p.
5. Frost R.O., Marten P., Lahart C., Rosenblate R. The dimensions of perfectionism // Cognitive Therapy and Research. 1990. V. 4 (1). P. 449-468. DOI: 10.1007/BF01172967.
6. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism // Psychology. 1978. № 15. P. 27-33.
7. Hewitt P.L., Flett G.L. Dimensions of perfectionism in unipolar depression // Journal of Abnormal Psychology. 1991. V. 100 (1). P. 98-101. DOI: 10.1037/0021-843X.100.1.98.
8. Hollender M.H. Perfectionism // Comprehensive Psychiatry. 1965. V. 6 (2). P. 94-103. DOI: 10.1016/s0010-440x(65)80016-5.
9. Kim K.R., Seo E.Y. The Relationship between Procrastination and Academic Performance: A Meta-Analysis // Personality and Individual Differences. 2015. V. 82 (1). P. 26-33. DOI: 10.1016/j.paid.2015.02.038.

10. Milgram N.A., Mey-Tal G., Levison Y. Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents // Personality and Individual Differences. 1998. V. 25 (2). P. 297-316. DOI: 10.1016/S0191-8869(98)00044-0.
11. Solomon L.J., Rothblum E.D. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates // Journal of Counseling Psychology. 1984. V. 31 (4). P. 503-509. DOI: 10.1037/0022-0167.31.4.503.
12. Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure // Psychological Bulletin. 2007. V. 133 (1). P. 65-94. DOI: 10.1037/0033-2909.133.1.65.

Кравченко Полина Михайловна

Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка (Минск, Республика Беларусь), студент, e-mail: polinochka1226@mail.ru

Kravchenko Polina Mikhailovna

Belarusian State Pedagogical University named after M. Tank (Minsk, Republic of Belarus), student

ПЕРЕЖИВАНИЕ ГОРЯ КАК СОБЫТИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД СРЕДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ**THE EXPERIENCE OF GRIEF AS A LIFE-COURSE EVENT DURING MIDLIFE**

Аннотация. Статья посвящена проблеме горевания личности в период средней взрослости. Рассматриваются теоретические основания изучения горя в жизненном пути личности. Представлены результаты исследования в виде качественного и количественного анализа историй респондентов, описывающих опыт переживания горя.

Abstract. This article addresses the problem of grieving in midlife. Theoretical foundations for studying grief within the life course of an individual are examined. The study presents results in the form of qualitative and quantitative analyses of respondents' narratives describing their experiences of grief.

Ключевые слова: горе, переживание, жизненный путь, событие, утрата.

Keywords: grief; experiencing; life course; event; loss.

Исследование особенностей горевания в период средней взрослости является важной задачей, потому что именно на этом возрастном этапе личность чаще всего сталкивается с наиболее значимыми утратами в своей жизни. Смерть родителей, потеря опоры в виде значимого взрослого могут вызвать сильные потрясения: переживание утраты в период средней взрослости может проявляться через длительный стресс и осложнённые формы горевания. Также необходимо отметить, что данный возрастной период был выбран в связи с тем, что средняя взрослость сопровождается переосмыслением жизненных ценностей, подведением итогов, стремлении оставить после себя что-то ценное, внести вклад в развитие общества. При неразрешённости этих задач может возникнуть стагнация, для которой характерно ощущение бессмыслицы и пустоты. На этом этапе переживание горя оказывает значительное влияние на отношение к жизни, что подтверждает актуальность и значимость нашего исследования [10].

Изучением горя занимались и зарубежные, и отечественные авторы. Профессор психиатрии Гарвардской медицинской школы Эрих Линдеманн считал «горе» естественной и важной реакцией, позволяющей нормализовать адаптацию человека и сформировать здоровое отношение к потере [5, С. 60]. Однако эта адаптация происходит не сразу, а в несколько этапов. Э. Кюблер-Росс, изучая реакции смертельно больных пациентов, выделила пять стадий горя: отрицание, гнев, торг, депрессия и принятие [9]. И. Ялом описывал процесс переживания утраты в своей работе «Вопрос смерти и жизни». Главной задачей горя, по мнению Ялома, является трансформация страха смерти в стимул для развития через нахождение смысла жизни и переосмысления внутренних ценностей [3].

При упоминании об утрате, нельзя забыть о работе советского психолога Ф.И. Василюка – «Пережить горе». В ней учёным был детально описан процесс горевания, его смыслы и задачи. Прежде всего, Василюк говорил о нормальности процесса горевания и его необходимости для адаптации человека. Также горе, по мнению психолога, представлено внутренней работой личности. В отличие от теории Фрейда, где основной целью горевания было забвение объекта утраты, в теории Василюка подчёркивается важность сохранения образа умершего в памяти человека. Фёдор Иванович считал, что в период горевания жизнь человека мыслями находится в двух измерениях – «плоскостях бытия»: одна из них связана с реальностью, а вторая – с объектом утраты. В связи с этим, человек одновременно способен в реальном мире заниматься решением проблем, связанных с организацией похорон, и в субъективном мире поддерживать мысленную связь с умершим [2].

Ощущение «присутствия» объекта утраты также связано с этим процессом. В конце работы горя происходит объединение этих двух миров и перемещение образа умершего в «новое место» сознания. Такой механизм позволяет сохранить память об умершем и является значимым компонентом, необходимым для смены процесса горевания в процесс памятования [2, С. 10].

Немалую роль в переживании горя играет возраст человека. И хотя на данный момент эта тема в психологии является дискуссионной, всё же некоторые отличия горевания в разный период развития человека присутствуют.

Если говорить про особенности протекания горя у подростков, то необходимо заметить, что реакции горя у них могут иметь сходство как с поведением взрослых, так и с поведением детей. В своей работе «Введение в кризисную психологию» известный белорусский учёный Л.А. Пергаменщик писал о том, что подросткам при переживании горя свойственно «ударяться в фантазии», мысленно переписывать событие утраты. Также возможным исходом переживания горя в отрочестве может быть подавление эмоций, связанное со стремлением скрывать свои чувства, и, как следствие, развитие подавленного горя [7, С. 34].

В период средней взрослости переживание горя чаще всего связано с утратой наиболее значимых фигур - родителей. Р. Калиш писал о том, что событие потери родителей у взрослых людей вызывает чувство «сиротства», так как теперь «нет значимой фигуры для опоры». Осложнение горевания в период средней взрослости объясняется вынужденным взятием ответственности и главенствования над всей своей семьёй. Также психолог подмечает, что появляется тревога за будущее в связи с возникновением мыслей у взрослого человека о том, что следующим умирать будет он сам. Все эти события: принятие ответственности, поддержка других членов семьи, - могут привести к невозможности переживания эмоций и спровоцировать «отсроченное горе» [6, С. 23].

Таким образом, при изучении переживания горя необходимо учитывать весь жизненный путь человека.

Цель исследования заключалась в выявлении особенностей переживания горя как события жизненного пути личности в период средней взрослости.

Объект исследования – горе как событие жизненного пути личности.

Предмет исследования – переживание горя как события жизненного пути личности в период средней взрослости.

Исследование проводилось с мужчинами и женщинами от 45 до 60 лет. В исследовании приняли участие 7 испытуемых, у которых был опыт переживания горя. Такой возрастной период по классификации Э. Эрикsona относится к «средней взрослости».

Психодиагностическим инструментарием в нашем исследовании выступили следующие методики: методика «Психологическая автобиография» и «Отношение к значимой жизненной ситуации» Е.Ю. Коржовой. Выбор методики «Психологическая автобиография» связан с её направленностью на выявление эмоциональных переживаний, связанных с событиями жизненного пути, а также с возможностью оценить влияние событий утраты на восприятие образов прошлого и будущего. Методика «Отношение к значимой жизненной ситуации» направлена на изучение эмоционального отношения к одному конкретному пережитому событию. Выбрана нами для уточнения способа переживания горя у испытуемых [1].

Для уточнения способа переживания горя, описанного респондентами в виде текста, был использован качественный метод конденсации смысла, предложенный А. Джорджи [9].

По полученным данным исследования событий жизненного пути респондентов получились следующие результаты (табл. 1):

Таблица 1 – Результаты по критерию «Продуктивность восприятия образов жизненного пути»

Общее количество событий	Количество событий прошлого	Количество событий будущего	Количество событий радостных	Количество событий грустных
12	8,86	3,14	9,14	2,71
100%	73,81%	26,19%	76,19%	22,62%

У мужчин и женщин, переживших утрату, наблюдается завышенная общая продуктивность восприятия образов, о чём говорит среднее значение количества названных событий – 12. Данный показатель позволяет нам утверждать о наличии лёгкости актуализации образов у испытуемых, а также адекватности их психического состояния.

Количество событий прошлого (8,86, или 73,81%) значительно превышает количество событий будущего (3,14, или 26,19%), что может отражать значимую роль прошлого опыта у испытуемых.

Показатели событий прошлого значительно выше нормативных показателей Коржовой ($8,86 > 6,84$), а количество событий будущего – значительно меньше ($3,14 < 4,52 + 0,41$). Данные значения подтверждают теорию о том, что у мужчин и женщин средней взрослости, переживших утрату,

возникают негативные переживания о будущем. Данные значения могут говорить о страхе планирования своей жизни у испытуемых.

Необходимо отметить различие в количестве радостных (9,14, или 76,19%) и грустных событий (2,71, или 22,62%). Так как грустных событий описано мало, можно судить о механизме вытеснения психотравмирующих событий прошлого у испытуемых или же о нежелании респондентов сталкиваться с тяжёлыми негативными воспоминаниями. Такие значения могут также отражать нежелание или неготовность испытуемых сталкиваться с негативными событиями в будущем, однако в то же время превышающее количество радостных событий над грустными событиями говорит об адекватности психологических защит.

Далее необходимо рассмотреть результаты по параметру «Значимость событий жизненного пути».

Таблица 2 – Результаты по критерию «Значимость событий жизненного пути»

Общая значимость событий	Значимость прошедших событий	Значимость будущих событий	Значимость радостных событий	Значимость грустных событий
51,71	39,85	11,85	38,57	13,14
100%	77,07%	22,92%	74,58%	25,41%

Показатели значимости событий определяются по «весу» оценок, данными респондентами. Значимость прошедших событий (39,85, или 11,85) наглядно превышает значимость будущих событий (11,85, или 22,92%), что позволяет нам определить события прошлого как наиболее значимые в жизни испытуемых. В сравнение с нормативными показателями значимость прошедших событий значительно выше ($39,85 > 28,08$), что может отражать у испытуемых, переживших утрату, наличие наиболее сильных переживаний в прошлом, чем у людей, не переживших горе. События радостные оценены испытуемыми как наиболее значимые по сравнению с грустными событиями. Такие значения говорят о естественной опоре на радостные события.

Проведем анализ значений, полученных по параметру «Степень влияния событий».

Таблица 3 – Результаты по параметру «Степень влияния событий жизненного пути»

Общее количество событий	Количество значительных событий	Количество умеренно значимых событий	Количество менее значимых событий
12	10,28	1,28	0,28
100%	85,71%	10,71%	2,38%

В среднем, каждый испытуемый, переживший утрату, называет 12 событий жизненного пути. Из них количество значительных событий (10,28, или 85,71%) превышает над количеством умеренных (1,28, или 10,71%) и менее значимых (0,28, или 2,38%) событий, что отражает высокую степень влияния события утраты на личность каждого испытуемого, так как событие, связанное с горем, оценивалось всеми респондентами как «значительное».

Таблица 4 – Результаты по параметру «Среднее время ретроспекции и антиципации».

Среднее время ретроспекции	Среднее время антиципации
15,85	2,58
85,97%	14,02%

Наиболее важным показателем в восприятии образов жизненного пути является удалённость названных событий в прошлое. По теории Е.Ю. Коржовой, чем меньше эта удалённость, тем больше человек открыт опыту настоящего, лучше справляется с трудностями и смелее смотрит в будущее.

Среднее время ретроспекции всех испытуемых составило (15,85, или 85,97%), а среднее время антиципации – (2,58, или 14,02%). Данные показатели отражают, прежде всего, большую удалённость событий в прошлое и закрытость испытуемых новому опыту, беспокойстве за будущее, страх планирования жизни, чему могло способствовать событие утраты в жизненном пути. Также, эти значения отражают «психологическую зрелость» испытуемых, поскольку реализованность событий больше, чем потенциальность [4; 8]. Таким образом, лица средней взрослости, пережившие утрату, более склонны к рефлексии, обдумыванию событий прошлого.

Следовательно, исходя из приведенного анализа, можно сделать вывод о том, что переживание горя влияет на восприятие образов прошлого и будущего у лиц средней взрослости.

Качественный анализ историй позволил нам из естественных смысловых единиц выделить основное содержание рассказов о переживании горя у лиц средней взрослости, а также выявить особенности, характерные для горевания в этой возрастной категории:

1) Для начала стоит отметить, что у трёх испытуемых из семи (испытуемый К., испытуемая М. и испытуемая Ч.) был выявлен одинаковый отказ от подробного описания события утраты и предоставлен односложный ответ в методике, несмотря на различие во времени ретроспекции данного события. В связи с этим мы делаем вывод о том, что для лиц средней взрослости при горевании характерна глубина переживаний, избегание негативных воспоминаний, закрытость в выражении «плохих» чувств (избирательная эмоциональность) и нежелание сталкиваться с тяжёлыми мыслями. Это может объясняться тем, что переживание утраты в данном случае совпадет с кризисом среднего возраста, для которого свойственно наличие внутренней тревоги, стресса, мыслей о нереализованности планов жизни, и отражает попытку испытуемых «не добавлять» эмоционального напряжения.

2) При горевании в период средней взрослости свойственно сохранение эмоциональной связи с образом объекта утраты. (Испытуемая Л.: «Стараюсь чаще бывать у неё на могиле, мысленно разговариваю с ней». Испытуемая М.: «Иногда снится бабушка. Во сне не ощущаю, что её больше нет. Как-будто она жива».) Испытуемые продолжали «мысленно общаться» с близкими людьми даже после их смерти. Такое поведение может объясняться попыткой сохранения межличностной или функциональной непрерывности, которое помогает смириться с осознанием собственной смерти. Такие мысли также

могут подкрепляться физиологическими изменениями, характерными для периода средней взрослости.

3) Общим аспектом горевания в период средней взрослости является механизм идеализации умершего, выраженный в детальном описании положительных качеств объекта утраты (испытуемая Т: «У неё была полная слепота, но при этом она максимально справлялась со всеми делами самостоятельно»; испытуемая К.: «Она была для меня самым лучшим другом, самым добрым и светлым человеком, которого я когда-либо знала»; испытуемая Л.: ««Никто и никогда так не будет любить, как она»). В связи с этим, происходит полное принятие на себя всей ответственности за межличностное взаимодействие двух людей. Таким образом, одновременное превознесение личности умершего и преуменьшение своей личности сопровождается чувством вины и стыда перед усопшим. Проявление вины у респондентов выражено как в идеализации усопшего, так и в прямых вербальных посылах, описанных в рассказах. Данная реакция при горевании объясняется ответственностью за близких, которая наиболее раскрывается в данный период развития личности.

4) У пяти респондентов из семи наблюдается тенденция к посттравматическому росту, выраженная в изменении ценностей, изменении отношения к жизни, а также осознании собственной внутренней силы и способности легче справляться с трудностями (испытуемая Т.: «Основные ценности и положительные качества, которыми сейчас обладаю, приобретены мной благодаря тёте Тае»; испытуемая Л.: «Сделала сильнее морально». Испытуемая Ф.: ««Сделала более устойчивой к потере близких»).

5) Однако, при этом прослеживается амбивалентность чувств бессилия и способности «бороться», наблюдается не только осознание ценности других близких, но и генерализация опасности, связанной с ними: страх столкновения с утратой и беспокойство за будущее (испытуемая Ф.: «Я поняла, что не всё в жизни зависит от меня и я не всесильная, но с другой стороны поняла, что не нужно расслабляться»).

Таким образом, переживание горя в период средней взрослости обладает определёнными особенностями и является значимым событием в жизненном пути личности.

Список литературы:

1. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998. 263 с.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Моск.гос.университет, 1984. 79 с.
3. Жеребцов С.Н. Психология переживаний личности: культурно-исторический анализ. Минск: БГПУ, 2019. 278 с.
4. Квале С. Исследовательское интервью. М.: Смысл, 2003. 301 с.
5. Линдеманн Э. Клиника острого горя / Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтор. М., 1984. С. 212-219.
6. Пархомович В.Б. Деструктивные эмоциональные состояния. Минск: Логинов И.П., 2012. 444 с.
7. Пергаменщик Л.А., Гончарова С.С., Яковчук М.И. Преодоление психологических травм. Минск: НИО, 1999. 55 с.

8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

9. Росс Э.К. О смерти и умирании [перевод с английского В. Тулаева]. М.: Издательство АСТ, 2023. 480 с.

10. Собенникова В.П. Патологическая соматизированная реакция горя (клинико-патогенетический анализ) //Российский психиатрический журнал. 2009. № 4. С. 80-85.

References:

1. Burlachuk L.F., Korzhova E.Y. Psychology of life situations. Textbook. Moscow: Russian Pedagogical Agency, 1998. 263 p.
2. Vasilyuk F.E. Psychology of experience. Moscow: Mosk.State University, 1984. 79 p.
3. Zhrebtssov S.N. Psychology of personal experiences: cultural and historical analysis. Minsk: BSPU, 2019. 278 p.
4. Kvale S. Research interview. Moscow: Smysl, 2003. 301 p.
5. Lindemann E. Clinic of acute grief / Psychology of emotions. Texts / Edited by V.K. Vilyunas, Yu.B. Gippenreitor. Moscow, 1984. P. 212-219.
6. Parkhomovich V.B. Destructive emotional states. Minsk: Loginov I.P., 2012. 444 p.
7. Pergamenshchik L.A., Goncharova S.S., Yakovchuk M.I. Overcoming psychological traumas. Minsk: NIO, 1999. 55 p.
8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
9. Ross E.K. About death and dying [translated from English by V. Tulaev]. Moscow: AST Publishing House, 2023. 480 p.
10. Sobennikova V.P. Pathological somatized reaction of grief (clinical and pathogenetic analysis) //Russian Psychiatric Journal. 2009. № 4. P. 80-85.

Крылова Варвара Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: varvarochkakrylova1415@gmail.com

Krylova Varvara Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ ИЗ ДИСФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СЕМЕЙ

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF DEVIANT BEHAVIOR IN ADOLESCENTS FROM DYSFUNCTIONAL FAMILIES

Аннотация: В данной статье представлены теоретические аспекты и эмпирические исследования проблемы влияния дисфункциональной семьи на развитие отклоняющегося поведения у подростков. Актуальность исследования обусловлена необходимостью определения причинно-следственной связи между дисфункцией семьи и формированием отклоняющегося поведения. На основании полученных результатов возможна разработка практических рекомендаций для педагогов, работающих с подростками. Целью данной работы является определение взаимосвязи между развитием отклоняющегося поведения у подростков и особенностями воспитания в дисфункциональных моделях семьи. Гипотеза исследования заключается в том, что воспитание дисфункциональной семьи повышает риск формирования отклоняющегося поведения у подростков. В качестве основных методов были использованы следующие: «Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения «ДАП-П»; «Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению» СОП автора А.Н. Орел; «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис (ACB), статистические методы. Автор приходит к выводу о наличии положительной взаимосвязи между склонностью к отклоняющемуся поведению шкалами директивности, враждебности, критики, гипопротекции, игнорирования потребностей ребенка, чрезмерности требований обязанностей и запретов, неустойчивого стиля воспитания, являющихся признаками дисфункциональной семьи, и отрицательной взаимосвязи со шкалой близости и позитивного интереса со стороны родителей, являющихся признаками нормотипичной семьи.

Abstract: This article presents theoretical aspects and empirical studies of the problem of the influence of a dysfunctional family on the development of deviant behavior in adolescents. The relevance of the study is due to the need to determine the causal relationship between family dysfunction and the formation of deviant behavior. Based on the results obtained, it is possible to develop practical recommendations for teachers working with adolescents. The purpose of this work is to determine the relationship between the development of deviant behavior in adolescents and the characteristics of upbringing in dysfunctional family models. The research hypothesis is that upbringing in a dysfunctional family increases the risk of developing deviant behavior in adolescents. The following methods were used as the main methods: «Diagnostic questionnaire for identifying propensities to various forms of deviant behavior «DAP-P»; «Methodology for diagnosing propensities to deviant behavior» by the author A.N. Orel; «Analysis of family relationships» by E.G. Eidemiller, V.V. Justitskis (DIA), statistical methods. The author concludes that there is a positive relationship between the propensity for deviant behavior and the scales of directive, hostile, critical, hypoprotective, and neglectful parenting styles, which are signs of a dysfunctional family, and a negative relationship with the scales of closeness and positive parental interest, which are signs of a normative family.

Ключевые слова: подростковый возраст, отклоняющееся поведение, дисфункциональная семья, семейное воспитание, подросток.

Keywords: adolescence, deviant behavior, dysfunctional family, family upbringing, teenager.

Подростковый возраст – важнейший этап в формировании личности. И огромное значение имеет социальная ситуация развития у ребёнка. В неблагополучной семейной среде, где нарушены семейные взаимоотношения, частые конфликты и отвержение часто встречается развитие отклоняющегося поведение у подростков. У большинства исследователей, изучающих период подросткового развития, сходится мнение о самом сложном периоде 13-15 лет. В данном возрасте подростки проживают кризис, включающий в себя как интенсивное физическое, так и половое развитие. До сих пор изучаются длительность и неизбежность данного периода в жизни подростка [3].

В современной России проблема девиантного поведения становится все более актуальной. Кризисная ситуация в нашем обществе, резкие изменения в социальных процессах, нарушающие привычные формы контроля, привели к росту негативных явлений, в том числе отклонений от норм общественной жизни. По некоторым данным прокуратуры, несовершеннолетние в России совершили или участвовали в более чем 40 000 преступлениях (разбойные нападения, пьянство, угон автомобилей и т.д.) [7; 8].

Теоретические аспекты проблемы исследования. Анализируя научную литературу, можно выделить три основных феномена при описании отклоняющегося поведения подростков, такие как «девиантное поведение», «аддиктивное поведение» и «делинквентное поведение».

Девиантное поведение представляет такое поведение, которое не соответствует принятым социальным ценностям и морально-правовым нормам в обществе или социальной группе, что приводит нарушителя к изоляции, лечению, исправлению или наказанию [4].

Аддиктивное поведение – один из вариантов девиантного поведения, являющийся при этом наиболее распространенным. Характеризуется аддиктивное поведение в непреодолимом желании к употреблению различных психоактивных веществ (наркотические вещества, ПАВ, алкоголь).

Делинквентное поведение подразумевает под собой антисоциальное поведение, приводящее к нарушению трудового законодательства [4; 5]. Также существует такое понятие как «криминальное поведение» – это противоправное деяние, при котором возможна уголовная ответственность и квалифицирование по определенным статьям уголовного кодекса, при достижении возраста совершившим деяние уголовной ответственности [4].

Манифестиация «девиантного поведения», как правило, происходит в подростковом возрасте, в период «пубертатного кризиса». Данный факт может быть связан как с психофизиологическими «новообразованиями» этого возраста, так и с неблагополучием семьи, где воспитывается подросток, в том контексте, что подрастающий индивид не получает достаточную опору и нормативные ценности из семейной системы, не обладает достаточным критическим мышлением и адекватной самооценкой, т.к. еще не завершено

формирование мировоззрения. И в данном случае окружение и дисфункциональность семьи оказывает отрицательное влияние на подростка.

Известный детский психиатр М.И. Буянов говорил, что «в мире все относительно, как благополучие, так и неблагополучие», и семейное неблагополучие – это хорошая почва для выращивания неблагополучного подростка: «Неблагополучная для ребенка семья – это не синоним асоциальной семьи. Существует множество семей, о которых с формальной точки зрения ничего плохого сказать нельзя, но для конкретного подростка эта семья будет неблагополучной, если в ней есть факторы, неблагоприятно воздействующие на личность подростка, усугубляя его отрицательное эмоционально-психическое состояние» [1].

С позиции Т.И. Шульги, неблагополучная семья – семья, в которой ребёнок испытывает дискомфорт, стресс, пренебрежение со стороны взрослых, подвергается насилию или жестокому обращению. Главной характеристикой такой семьи является отсутствие любви к подростку, заботы о нем, удовлетворения его нужд, защиты его прав и законных интересов [2].

Дисфункциональная семья – это семья, в которой нарушены внутренние отношения между ее членами, а также затруднено выполнение таких важных функций, как социальная, воспитательная и эмоциональная. Данные нарушения неблагоприятно влияют на формирование личности ребёнка, что особенно ярко проявляется в подростковом возрасте, когда идет активное становление социальных и поведенческих установок. Основными характеристиками дисфункциональных семей являются недостаток эмоциональной близости, конфликты, нарушение распределения ролей, отсутствие поддержки и атмосфера напряженности, а также размытие внутренних границ, нарушение структуры семьи, существуют дефекты воспитания, скрытые или явные, из-за чего в семье грубо нарушаются климат и появляются «трудные дети» [9].

Целью исследования является определение взаимосвязи между развитием отклоняющегося поведения у подростков и особенностями воспитания в дисфункциональных моделях семьи. Гипотеза исследования заключается в том, что воспитание дисфункциональной семьи повышает риск формирования отклоняющегося поведения у подростков.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МКОУ «Синявинская СОШ» Ленинградской области. Для исследования склонности к отклоняющемуся поведению подростков из дисфункциональных семей были использованы следующие методики: «Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения «ДАП-П»; «Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению» СОП автора А.Н. Орел; «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис (ACB).

В обработке результатов для выявления взаимосвязи между показателями, полученными в результате психодиагностического исследования, применялся коэффициент линейной корреляции Спирмена [6]. В ходе работы были использованы следующие компьютерные программы: Microsoft Word, Microsoft Excel, Jamovi.

Анализ результатов исследования. В результате обработки данных опросника ДАП-П на выявление склонности к различным формам девиантного поведения у обучающихся в общеобразовательных учреждениях из 74 подростков склонность к отклоняющемуся поведению была выявлена у 15 подростков, что составило 20% от общего числа респондентов. Более детальное рассмотрение сырых баллов у таких подростков показали следующие значения:

– у подавляющего числа подростков (87% – 13 чел.) данные соответствуют 3-6 стенам и свидетельствует о значительной предрасположенности к различным формам девиантного поведения;

– у 13% подростков (2 чел.) значение соответствует 1 стену и свидетельствует о высокой предрасположенности к различным формам девиантного поведения.

В исследовании продолжили участие 30 человек, в т. ч. 15 подростков со склонностью к девиантному поведению и 15 подростков с низкой склонностью к отклоняющимся паттернам поведения или их отсутствием. Все респонденты были разделены на 2 группы. В группу 1 вошли нормотипичные подростки, в группу 2 – подростки со значительной и высокой предрасположенностью к отклоняющимся видам поведения. Разделение выборки на 2 группы позволило более детально изучить паттерны поведения, а также выявить характеристики семейных взаимоотношений у подростков обеих групп и различия в них.

В результате проведения методики ДАП-П подростки из первой группы демонстрируют более низкие значения по всем шкалам, по сравнению с подростками из второй группы. Статистически значимые различия выявлены на уровне $p \leq 0,05$ для четырёх шкал: аддиктивное поведение, суициdalный риск, делинквентное поведение и интегральная оценка. Среднее значение интегральной оценки девиантного поведения зафиксировано на отметках 16,3 и 45,00 баллов в первой и второй группе соответственно. Как показывают данные, подростки из группы 2 имеют повышенную склонность к нарушению общественного порядка, противоправным поведению и поступкам, могут иметь суициальные мысли и проявлять суициальные намерения.

На следующем этапе исследования была проведена обработка результатов обеих групп по методике диагностики склонности к отклоняющемуся поведению СОП. В результате применения методики стало ясно, что среднее значение шкал «преодоление норм и правил», «зависимое поведение», «самоповреждающее поведение», «агрессия и насилия» и «делинквентное поведение» также показали более высокие значения группы 2 (10,5; 15,4; 10; 13,5; 9,40; 14,5 баллов) по сравнению с группой 1. Применение непараметрического статистического критерия выявило статистически значимые различия для этих параметров на уровне $p \leq 0,05$.

Рассмотрение результатов анализа семейных взаимоотношений по методике АСВ, позволит лучше проанализировать внутрисемейные отношения респондентов, выявить нарушения в семейном ролевом взаимодействии, исследовать влияние родителей на воспитание подростков.

Проанализировав полученные данные по типам взаимоотношений в семьях подростков обеих групп, мы выяснили, что статистически значимые

различия на уровне $p \leq 0,05$ выявлены в шкалах гипопротекции, игнорирования потребностей подростков, чрезмерности требований-запретов и неустойчивого стиля воспитания. Значения показателей в этих шкалах в группе 2 существенно превышает эти же показатели в группе 1: шкала «гипопротекция» показывает значение 3,34 баллов в группе 1 против 8,4 баллов в группе 2; шкала «игнорирование потребностей подростков» – 0,95 баллов в группе 1 против 4,3 балла в группе 2; шкала «чрезмерность требований-запретов» – 2,45 балла в группе 1 и 4,72 в группе 2; неустойчивость стиля воспитания – 2,80 балла в группе 1 и 5,50 баллов в группе 2.

На следующем этапе представим данные математико-статистического анализа с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена для каждой группы, обозначив ключевые для данного исследования тенденции (табл. 1).

Таблица 1 – Корреляции между показателями склонности к отклоняющемуся типу поведения у подростков и стилями воспитания и взаимоотношениями с родителями

	Интегр. оценка девиант. повед.	Шкала преод. норм	Шкала завис. повед.	Шкала самоповр. повед.	Шкала агрессии и насилия	Шкала делинк. повед.
Позитивный интерес	-0,44*	-	-	-	-0,36*	-
Директивность	-	-	0,38*	-	-	-
Враждебность	0,40*	0,35*	-	0,58*	-	0,47*
Близость	-	-0,37	-0,44*	-	-	-
Критика	0,43*	-	-	-	0,49*	0,39*
Гипопротекция	-	-	0,48*	-	-	-
Игнорирование потребностей ребенка	0,38*	-	-	0,41*	0,35*	-
Чрезмерность требований - обязанностей	0,37	-	-	-	-	0,40*
Чрезмерность требований-запретов	-	0,56*	-	-	-	-
Неустойчивость стиля воспитания	0,47*	-	0,39*	-	-	-

Примечание: * различия статистически достоверны на уровне $p \leq 0,05$.

В процессе корреляционного анализа результатов подростков со склонностью к отклоняющемуся типу и нормотипичным использованием виртуальных пространств были выявлены следующие значимые взаимосвязи:

1. Положительная связь, значимая на уровне $p \leq 0,05$:

– показателей факторов «директивность» и «зависимое поведение» ($r=0,38$);

- показателей факторов «враждебность» и «интегральная оценка девиантного -поведения», «преодоление норм и правил», «самоповреждающее поведение», «делинквентное поведение ($r = 0,40; 0,35; 0,58; 0,47$ соответственно);
- показателей факторов «критика» и «интегральная оценка девиантного поведения», «агрессия и насилие», «делинквентное поведение ($r = 0,43; 0,49; 0,39$ соответственно);
- показателей факторов «гипопротекция» и «зависимое поведение» ($r = 0,48$ соответственно);
- показателей факторов «игнорирование потребностей ребёнка» и «интегральная оценка девиантного поведения», «агрессия и насилие», «самоповреждающее поведение» ($r = 0,38; 0,41; 0,35$ соответственно);
- показателей факторов «чрезмерное требования обязанностей» и «интегральная оценка девиантного поведения», «делинквентное поведение ($r = 0,37; 0,40$ соответственно);
- показателей факторов «чрезмерное требования запретов» и «преодоление норм и правил» ($r = 0,56$);
- показателей факторов «непоследовательного стиля воспитания» и «интегральная оценка девиантного поведения», «зависимое поведение» ($r = 0,47; 0,39$ соответственно).

2. Отрицательная связь, значимая на уровне $p \leq 0,05$:

- показателей факторов «позитивный интерес» и «интегральная оценка девиантного поведения», «агрессия и насилие» ($r = -0,44; -0,36$ соответственно);
- показателей факторов «близость» и «преодоления норм и правил», «зависимое поведение» ($r = -0,37; -0,44$ соответственно).

Выявленные взаимосвязи показывают, что склонность к отклоняющемуся типу поведения у подростков возрастает с повышением показателей директивности, враждебности, критики, гипопротекции, игнорирования потребностей ребёнка, чрезмерности требований обязанностей и запретов, неустойчивого стиля воспитания, являющихся признаками дисфункциональной семьи, и снижается с повышением показателей близости и позитивного интереса со стороны родителей, являющихся признаками нормотипичной семьи.

Список литературы:

1. Балашова С.В., Дереча Г.И. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии: учебное пособие для студентов факультета клинической психологии. Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. 234 с.
2. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008.
3. Дикусар Я.С. Влияние семьи на формирование девиантного поведения несовершеннолетних // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 2017. С. 28-33.
4. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
5. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. М.: «МЕДпресс», 2010. 427 с.
6. Петров В.Е., Баширов И.Ф. Практикум обработки данных в статистических пакетах: учебное пособие. М.: Из-во Спутник, 2023. 268 с.

7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

8. Психология подростка с девиантным поведением: учебное пособие / составители И.Ф. Шиляева [и др.]. Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. 174 с.

9. Психология личности. Тесты, опросники, методики / под. ред. Н.В. Киршевой, Н.В. Рябчиковой. М., 1995. 200 с.

References:

1. Balashova S.V., Derecha G.I. Fundamentals of psychological counseling, psychocorrection and psychotherapy: a textbook for students of the Faculty of Clinical Psychology. Orenburg: Orenburg State Medical Academy, 2013. 234 p.
2. Bozhovich L. I. Personality and its formation in childhood. Moscow: Peter, 2008.
3. Dikusar Ya.S. The influence of family on the formation of deviant behavior of minors // Bulletin of the South Ural State Humanitarian Pedagogical University, 2017. P. 28-33.
4. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
5. Mendelevich V.D. Psychology of deviant behavior. Moscow: MEDpress, 2010. 427 p.
6. Petrov V.E., Bashirov I.F. A data processing workshop in statistical packages: a textbook. Moscow: Sputnik Publishing House, 2023. 268 p.
7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
8. Psychology of a teenager with deviant behavior: a textbook / compiled by I.F. Shilyaeva [et al.]. Ufa: BSPU named after M. Akmulla, 2019. 174 p.
9. Psychology of personality. Tests, questionnaires, methods / edited by N.V. Kirsheva, N.V. Ryabchikova, M., 1995. 200 p.

Кузьмина Елена Витальевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: lena.kuzmina1983@mail.ru

Kuzmina Elena Vitalievna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

**ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ
ОРИЕНТАЦИЙ У КУРДСКИХ ШКОЛЬНИКОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В
РУССКОЯЗЫЧНОЙ ШКОЛЕ****FEATURES OF EDUCATIONAL MOTIVATION AND LIFE-MEANING ORIENTATIONS
AMONG KURDISH SCHOOLCHILDREN STUDYING AT A RUSSIAN-SPEAKING
SCHOOL**

Аннотация. В условиях полигэтнического образования в России всё большее значение приобретает понимание культурно-психологических особенностей учащихся из различных этнических групп. В статье представлены результаты эмпирического исследования, посвящённого сравнению смысложизненных ориентаций и учебной мотивации курдских и русскоязычных школьников 6-8 классов. Анализ выявил значимые различия в целеполагании, восприятии процесса и результата жизни, а также в структуре мотивации к обучению. Полученные данные позволяют сформулировать рекомендации по оптимизации образовательного процесса в полигэтнической среде.

Abstract. In the context of multiethnic education in Russia, understanding the cultural and psychological characteristics of students from different ethnic groups is becoming increasingly important. The article presents the results of an empirical study comparing the meaning of life orientations and educational motivation of Kurdish and Russian-speaking schoolchildren in grades 6-8. The analysis revealed significant differences in goal setting, perception of the process and outcome of life, as well as in the structure of motivation to learn. The data obtained make it possible to formulate recommendations for optimizing the educational process in a multiethnic environment.

Ключевые слова: полигэтническая школа, курдские школьники, смысложизненные ориентации, учебная мотивация, культурная адаптация, межкультурное взаимодействие.

Keywords: polyethnic school, Kurdish schoolchildren, life-meaning orientations, educational motivation, cultural adaptation, intercultural interaction.

В современном образовании все большее значение имеет обучение, ориентированное на представителей разных культур и народностей, поскольку в мире преобладают процессы миграции и интеграции. Акценты, в том числе, делаются на формирование уважения и толерантности к разнообразию культур и этнических групп, обучающихся в одном пространстве и единой образовательной среде. Проблема неравномерности знаний учеников в мультикультурной среде требует особого внимания: обучение необходимо строить на активном взаимодействии учащихся различных этнических групп, с учетом их традиций и представлений о мире.

Проблема межэтнического взаимодействия и культурной толерантности важна для разнонациональных областей. Это сложная задача для педагогов. Развитие у школьников уважения к разным культурам является основой для формирования толерантности между этническими группами. Проблема в

полной мере относится к образовательному процессу и социализации личности в экстремальных условиях [8].

Одной из явных проблем в полиглассической школе является языковой барьер. Ученики-инофоны, у которых имеет место недостаточное владение русским языком, сталкиваются с языковым барьером, что затрудняет усвоение учебных материалов и межэтническую коммуникацию. В семьях таких учеников преобладает общение на родном языке, что приводит к ограниченному знанию русского языка. Кроме того, многие мигранты изучают русский язык в общении с другими мигрантами, для которых это также иностранный язык [1]. Эти факторы мешают ученикам-инофонам полностью понимать значения слов в учебных заданиях и общении на русском языке в школе.

Длительную социально-психологическую адаптацию детей-мигрантов педагоги оценивают по-разному, от года до четырех лет. Уровень знаний детей-мигрантов не всегда соответствует стандартам образования в Российской Федерации, что может сильно повлиять на учебную адаптацию в новой школе и на психологическую адаптацию к новому коллективу. Различия в учебных программах и стандартах образования могут затруднить процесс обучения для детей-мигрантов, которые часто сталкиваются с серьезными трудностями в усвоении учебных программ и в процессе адаптации к городскому сообществу.

В условиях принятия детей-мигрантов встречаются разнообразные трудности, связанные с адаптацией и негативными реакциями со стороны общества. Смена культурных и национальных контекстов может вызвать у детей негативные эмоциональные переживания из-за их ограниченной способности адаптироваться к новой среде, требующей времени для принятия различий.

Важное значение в учебном процессе, особенно в многонациональных школах, имеют учебная мотивация и ценностные ориентации, с которыми сталкиваются обучающиеся из разных культур [2]. Изучение учебной мотивации и смысловых ориентаций школьников, проживающих в русскоязычной школе, стало предметом данного исследования. Суть полиглассического образования заключается в том, чтобы дети не только усваивали учебный материал, но и умели применять его в различных жизненных ситуациях. Важно, чтобы молодое поколение развивало навыки самостоятельного решения проблем и гибкости в адаптации к разнообразным культурным средам. Такое обучение позволит им успешно взаимодействовать в современном обществе и сохранять свою уникальность в многонациональном мире [5].

В современной литературе отмечается недостаток исследований о том, как курдские подростки справляются с обучением и иными жизненными вызовами. Проблема адаптации и интеграции в общество курдских подростков остается актуальной из-за уникального образа жизни этого народа. Дети курдов-мигрантов часто не соответствуют социальным стандартам [3]. Данное исследование направлено на изучение учебной мотивации и смысложизненных ориентаций курдских школьников, обучающихся в русскоязычной школе.

Сложное взаимодействие различных факторов, включая социальные условия, культурные традиции и экономическую обстановку, описывает систему ценностей курдских учеников. Важное значение имеет понимание этих факторов для создания эффективных стратегий педагогической поддержки личностного развития и социализации молодежи.

Методология эмпирического исследования. Для достижения поставленной цели был применен метод сравнительного анализа, который позволил выявить различия и сходства в смысложизненных ориентациях и учебной мотивации между учащимися таких этнических групп, как курдские и русскоязычные школьники. Такой подход дает возможность глубже понять, как культурные и социальные факторы влияют на формирование жизненных ориентиров и мотивации к обучению. Для исследования выбраны следующие методики:

Цель исследования – определить уровень учебной мотивации и особенности смысложизненных ориентаций у курдских школьников в контексте их обучения в полиглассической русскоязычной школе и сравнить результаты с результатами аналогичного исследования русских учащихся.

База исследования: эмпирическое исследование проводилось в 2024 году на базе образовательного учреждения МБОУ «Основная общеобразовательная школа №14» (с. Преображенское Красногвардейского района, Республики Адыгея).

Выборка исследования. В эмпирическом исследовании приняли участие 48 человек, представленные двумя группами (А и Б): группа А - учащиеся 6-8 классов, принадлежащие к курдской этнической группе ($N=24$); группа Б – учащиеся 6-8 русскоязычных классов ($N=24$). Возраст участников от 12 до 15 лет. Исследование проводилось в привычной для подростков среде, в индивидуальной и групповой формах. Психологический климат в исследуемых классах оценивается как дружелюбный.

Методы исследования. Анализ мотивации школьников проводился с помощью методики Г.А. Карповой «Учебная мотивация» [6]. Опросник Г.А. Карповой оценивает осознанные мотивы учебной деятельности учеников 5-8 классов. Исследование смысловых ориентаций проводилось с применением методики Д.А. Леонтьева «Тест смысловых ориентаций, СЖО/PIL» [7]. Методика базируется на теории поиска смысла и логотерапии Виктора Франкла. Изучение локуса контроля включено в методику оценки «источника» смысла жизни, который может быть обнаружен человеком в будущем (цели), в настоящем (процессе) или в прошлом (результате).

Результаты исследования. Исследование сравнения мотивации к учебе и ценностей жизни учащихся разных групп выявило, что они различаются в своем видении жизни, установке целей и мотивации к обучению. Предполагается, что эти различия обусловлены воздействием культурных, социальных и образовательных факторов на формирование и развитие групп. Установлено, что русскоязычные школьники выделяются более высоким уровнем определения целей (67%), что указывает на наличие чётких жизненных ориентиров и стремление к их достижению.

В итоге анализа выяснилось, что обучающиеся из группы русскоязычных школьников проявляют более высокую мотивацию в большинстве аспектов, в частности в достижении успеха и стремлении к познанию. Русскоязычные школьники акцентируют внимание на целях, результатах и контроле над своей жизнью, в то время как курды сконцентрированы на процессе жизни, но сталкиваются с трудностями в постановке целей и ощущении контроля. Группе курдских школьников необходимо укрепление внутренних мотивов, особенно через повышение самоуверенности и создание более привлекательной обучающей среды.

Научный анализ результатов исследования показал, что русскоязычные школьники демонстрируют значительно больший интерес к межличностному взаимодействию внутри учебной среды, превосходя показатели курдских сверстников на 5%, что подтверждает наличие повышенной социальной активизации в первой группе. Дополнительные наблюдения указывают на ярко выраженную эмоциональную включенность русских обучающихся, демонстрирующую рост показателя на 8% относительно аналогичной группы курдов, что позволяет предположить позитивное влияние данного фактора на формирование благоприятной социально-психологической обстановки учебного процесса.

Особое внимание заслуживает развитие компонента мотивации, связанного с формированием чувства собственного достоинства, где русские учащиеся превалируют над курдами на 14%. Данный феномен подчеркивает важность социального окружения и семейных ожиданий, влияющих на самооценку детей и подростков, что косвенно стимулирует успешность обучения. Стоит также подчеркнуть значительное преимущество русской группы в сфере достижения образовательных целей (разрыв составляет около 28%). Данное обстоятельство коррелирует с внешней поддержкой семьи и внутриклассным климатом, направленным на достижение высоких академических успехов.

Однако анализ образовательного контекста демонстрирует отсутствие значимых различий в восприятии собственной роли в процессе образования между двумя группами, свидетельствуя о единстве понимания ответственности перед системой школьного обучения. Тем не менее, полученные данные подчеркивают важность повышения уровня внутренней мотивации среди курдских школьников, чья учебная активность находится ниже среднего значения вследствие недостатка личностных стимулов. Понимание значимости учебных достижений учащимися русскоязычной группы способствует повышению самооценки и дальнейшей самореализации, стимулируя активную познавательную деятельность.

Курдские ученики показали сниженный уровень всех изученных мотиваций, кроме одной области, связанной с интересом к обучению, что потенциально связано с недостатком индивидуальной заинтересованности и отсутствием внешнего подкрепления успехов. Напротив, русскоязычная группа характеризуется высоким уровнем общей мотивации, однако наблюдаются

признаки усиления страха неудачи и негативных оценок извне, вероятно обусловленные чрезмерным давлением со стороны окружающей среды.

В результате исследования установлено:

1. В отношении смысложизненных ориентаций:

Русскоязычных школьников отличает более высокий уровень целеполагания, наличие ясных жизненных целей и стремление к их достижению. Сравнительный анализ смысловых ориентаций учащихся из различных этнокультурных групп показал, что существуют заметные различия в их взглядах на жизнь, постановки целей и мотивации к обучению. Такие различия, вероятно, обусловлены воздействием культурных, социальных и образовательных факторов.

Ученики курдского происхождения (большинство (71%) из них) ценят настоящие моменты и глубоко погружены в текущие занятия, что может приводить к игнорированию процесса обучения и снижению его результативности. Только у 42% курдских школьников выявлено наличие чётких жизненных целей.

Качество своей жизни обе группы оценили схожим образом, однако курды, вероятно, чувствуют себя более успешными, несмотря на недостаточное стремление к достижениям. Русскоязычные учащиеся (50%) проявляют высокий уровень контроля над своей жизнью, в то время как у половины курдов наблюдался низкий уровень контроля, что может говорить об их неуверенности и пассивности в управлении собственной жизнью.

У русскоязычных школьников наблюдается большая склонность к взятию ответственности за свои поступки по сравнению с учениками курдского происхождения (33% против 29% соответственно).

У русскоязычных школьников чаще проявляется высокий уровень уверенности в своих способностях, что может свидетельствовать о их активном участии в управлении собственной жизнью. С другой стороны, у курдских учащихся половина испытывает ощущение беспомощности или зависимости от внешних факторов из-за низкого уровня личностного контроля.

2. В отношении учебной мотивации:

Русскоязычные учащиеся проявили более высокий уровень интереса к учёбе (55%), чем курдские школьники (32%), что может быть следствием более выраженной социальной мотивации и более высокого уровня участия в учебном процессе и взаимодействии с обществом.

Таким образом, итоговые выводы позволяют утверждать, что русская группа демонстрирует более высокие показатели по большинству аспектов мотивации, особенно в аспектах успеха и эмоциональной привязанности. Курдским школьникам необходима дополнительная поддержка в формировании внутреннего локуса контроля, обеспечении большей привлекательности учебного материала и улучшении качества обратной связи от педагогов. Использование активных методов обучения, усиление развития эмоционального интеллекта и обеспечение соответствующей поддержки позволит оптимизировать процесс обучения для обеих групп.

Рекомендации. Для улучшения процесса обучения курдских школьников предлагаются следующие мероприятия:

– Расширение целей учёбы: реализация программ, которые помогут учащимся определить свои цели и разработать планы их достижения.

– Повышение эмоциональной вовлеченности: создание благоприятной атмосферы в учебной среде, чтобы курдские ученики смогли свободно выражать свои чувства, что может способствовать повышению их мотивации к обучению.

– Повышение интереса к обучению: может быть достигнуто путем создания обучающих программ, которые стимулируют активное участие учащихся в процессе познания.

– Улучшение уровня контроля над своей жизнью и ответственности за свои действия: может быть обеспечено через участие в тренингах и мастер-классах, направленных на укрепление уверенности в собственных силах.

Список литературы:

1. Антонов А.А. Психологические аспекты у учащихся при формировании целостной картины мира в полиэтнической среде образовательной организации // Перспективы развития науки в области педагогики и психологии / Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. Челябинск, 2017. С. 109.
2. Гайдаренко С.М. Социально-психологическая адаптация детей мигрантов в общеобразовательной школе // Пензенский психологический вестник. 2022. № 1 (18). С. 65-73.
3. Деткова И.В., Леонтьева А.В., Панченко Е.Н. Жизненные ценности и смысложизненные ориентации подростков – детей курдов-мигрантов // Научный журнал КубГАУ. 2013. № 92. С. 1374-1383.
4. Добросердова В.Н. Особенности и проблемы полиэтнического образования в современной школе // Наука и образование: новое время. Научно-методический журнал. 2019. № 4 (17). С. 12-13.
5. Добросердова В.Н. Формирование полиэтнической культуры педагога как фактор повышения качества образовательного процесса в ДОО // KANT. 2016. № 4. С. 52-54.
6. Карпова Г.А. Педагогическая диагностика учебной мотивации школьников: методические рекомендации. Екатеринбург: УрГПУ, 1996.
7. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

References:

1. Antonov A.A. Psychological aspect of the student in the formation of a complete picture of the world in the field of education organizations // perspectives on the development of Sciences in the fields of pedagogy and psychology / Compendium of scientific and practical work on itogam international scientific and practical conferences. Chelyabinsk, 2017. P. 109.
2. Gaidarenko S.M. Social-psychological adaptation of detei migrantov in the General Educational School // Penza psychological Journal. 2022. № 1 (18). P. 65-73.
3. Detkova I.V., Leontyeva A.V. Panchenko E.N. Vital evaluative values and commensurate evaluative orientations subrostkov-detei kurdov-migrant // Scientific Evaluative Journal Kubgau. 2013. № 92. P. 1374-1383.

-
4. Dobrodserdova V.N. Particularities and problem aposematic education in the modern school // Science and Education: new time. Scientific and methodological Journal. 2019. № 4 (17). P. 12-13.
 5. Dobrodserdova V.N. Formation of a multiethnic teacher's culture as a factor in improving the quality of the educational process in preschool institutions // Kant. 2016. № 4. P. 52-54.
 6. Karpova G.A. Pedagogical diagnostics educational motivations shkolnikov: methodical recommendations. Ekaterinburg: Urgpu, 1996.
 7. Leontiev D.A. Testcommandcomplicated urgencies (CMO). 2nd ed. M.: Smmatsl, 2000. 18 p.
 8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.

Лаас Кира Сергеевна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная
психология», e-mail: laaskira@yandex.ru

Laas Kira Sergeevna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the
Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

Коростылева Алиса Владимировна

Санкт-Петербургский университет Государственной противопожарной службы МЧС России
(г. Санкт-Петербург, Россия), студент

Korostyleva Alisa Vladimirovna

Saint Petersburg University of the State Fire Service of the Ministry of Emergency Situations of
Russia (Saint Petersburg, Russia), student

ВЛИЯНИЕ ПОГРУЖЕНИЯ В TRUE CRIME-КОНТЕНТ НА УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ У СТУДЕНТОВ

THE IMPACT OF TRUE CRIME CONTENT IMMERSION ON ANXIETY LEVELS IN COLLEGE STUDENTS

Аннотация. Статья посвящена исследованию причин роста популярности жанра True Crime среди молодежи и его влиянию на уровень тревожности. Актуальность исследования заключается в понимании феномена True Crime и выявлении возможных рисков и преимуществ, для молодежи. Проведен социологический опрос студентов, выявлены ключевые мотивы потребления подобного контента и обнаружена связь между просмотром True Crime и уровнем тревожности.

Abstract. This article examines the reasons for the growing popularity of the True Crime genre among young people and its impact on anxiety levels. The study's relevance lies in understanding the True Crime phenomenon and identifying the potential risks and benefits for young people. A sociological survey of students was conducted, identifying key motivations for consuming such content, and finding a link between True Crime viewing and anxiety levels.

Ключевые слова: психология, криминальные истории, True Crime, уровень тревожности, молодежь.

Keywords: psychology, crime stories, True Crime, anxiety levels, youth.

В настоящее время наблюдается значительный рост заинтересованности молодежи криминальными историями (True Crime). Многие исследователи считают, что фильмы и подкасты о преступлениях доминируют над всеми остальными жанрами [2]. В 2025 году сервис «МТС музыка» провел опрос и выявил, что по отношению к 2024 году заинтересованность True Crime выросла почти на 80% [1]. Сейчас он входит в пятерку самых популярных жанров.

Сама идея повествования о преступниках и преступлениях зародилась несколько веков назад, но особая популярность к этому виду творчества пришла во второй половине XX века. Сейчас же с развитием цифровых технологий и созданием различных онлайн-платформ, позволяющих с легкостью создавать, распространять и смотреть контент, True Crime переживает настоящий бум. Детективные истории, расследования преступлений обсуждение психологических особенностей и поведения преступников в сериалах, документальных передачах, подкастах, сегодня

самый популярный способ провести свободное время. Следует отметить, что большое влияние на популярность True Crime оказывают именно средства массовой информации, выпуская постоянно сюжеты, сериалы, фильмы, основанные непросто на выдуманном сюжете, а на реальных преступлениях. Некоторые исследователи связывают популярность True Crime с ростом заинтересованности людей вопросами психологии [4, С. 102]. Внимание на проблемы обращают юридические и экстремальные психологи [6; 8].

Исследователи выделяют несколько факторов, почему растёт популярность этого жанра. Во-первых, люди, интересующиеся материалами True Crime, испытывают негативные эмоции и пытаются таким образом избавиться от своих собственных страхов, смоделировав ситуацию с позиции участника. Во-вторых, True Crime – это способ сбалансировать уровень тревожности, компенсируя спокойную жизнь материалами, вызываемыми страхом и ужасом. В-третьих, – это перспектива просто испытать острые ощущения, находясь в комфортной обстановке, вслед за всплеском адреналина, получая гормон удовольствия [3, С. 495]. В-четвертых, True Crime – это возможность проявить свои логические способности в расследовании преступлений и понимании мотивов преступления [7].

Целью нашего исследования является изучение мотивов и последствий заинтересованности студентов жанром True Crime и изучение его влияния на уровень тревожности.

Исследование проводилось на выборке из 114 человек в возрасте от 17 до 20 лет, обучающихся в ВУЗах Москвы и Санкт-Петербурга. Отбор респондентов основан на результатах опроса 178 студентов на предмет заинтересованности жанром True Crime. Инструментом для проведения исследования авторы выбрали социологический опрос, проведенный с помощью онлайн-платформы. Результаты первичного отбора показали, что около 65% респондентов в той или иной степени интересуются изучением контентов о преступниках и преступлениях, что подтверждает данные аналитических материалов о популярности True Crime. При этом 92% опрошенных ответили, что среди их окружения тоже есть те, кто увлечен данным жанром. Доля женщин, интересующихся данным жанром, составляет 82%. Однако, однозначно сказать, что женщины больше увлечены данным жанром нельзя, поскольку изначальное распределение респондентов по полу было неравнозначное. 77% респондентов заявили, что всем типам криминальшоу (книги, подкасты, телешоу, документалистика) предпочитают документальные фильмы или сериалы и фильмы, созданные на основе реальных преступлений. Это свидетельствует о востребованности реальных историй, событий и расследований, что позволяет проникнуть в детали настоящего происшествия, наблюдать за ходом реального расследования и анализировать поведение преступников.

Социологическое исследование показало, что 56% респондентов считают жанр True Crime одним из способов узнать необычные аспекты из жизни преступников и расследования преступлений, предполагая, что в реальной жизни они с этим не столкнутся. Около 33% опрошенных ответили, что это

один из вариантов развлечения в свободное время, 8% не смогли определить свое отношение к этому жанру и только 3% заявили, что True Crime вызывает у них отвращение. При этом ни один из респондентов не считает True Crime инструкцией к совершению преступления. 75% опрошенных главными причинами заинтересованности этим жанром назвали любопытство и изучение психологии преступников, около 20% испытывают потребность в том, чтобы зло было найдено и наказано. И только 9% считают, что просмотр материалов True Crime помогает справиться со своими страхами в безопасной обстановке.

Это подтверждает одну из версий психологов, что жанр True Crime воспринимается большинством как познавательное развлечение, удовлетворяющее потребность в адреналиновом всплеске без непосредственного участия в экстремальных ситуациях. Жанр True Crime востребован аудиторией преимущественно именно благодаря своей способности удовлетворять любопытство респондентов в отношении процесса совершения преступлений и их расследовании. Основные мотивы просмотра включают желание изучить поведение преступников и интерес к процессу раскрытия преступлений. Лишь небольшой процент видит в нём форму развлечений или инструмент для борьбы со страхами. Отторжение жанра выражено минимально, и студенты однозначно воспринимают его как источник информативного и интересного контента, а не как стимул к противоправным действиям [5, с. 330].

Анализируя результаты исследования, также было выявлено, что мысли о причинах преступлений и возможности применить свои способности в расследовании посещают около 40% опрошенных и около 60% отвергают предположение о том, что в повседневной жизни они думают о преступниках и преступлениях, что свидетельствует скорее всего о пассивном развлечении, не оказывающем значительного влияния на привычные представления о действительности.

Исследуя влияние True Crime на студентов, авторы получили следующие результаты. Около 70% респондентов считают, что просмотр материалов этого жанра никак не влияют на их состояние. Более того они не отмечают какого-либо негативного эффекта от просмотра криминальных историй, утверждая, что просмотр не вызвал у них чувства страха или дискомфорта. Около 16% погружаются в проблему и постоянно обдумывают ситуацию. Хотя эта группа не испытывает негативных последствий, постоянное переосмысление может занимать значительное количество ментальной энергии. Незначительная доля опрошенных (от 1 до 3%) заявила, что они испытывают проблемы со сном, другие жанры не приносят удовольствия и эмоций, как это делает True Crime, появился страх выходить на улицу или оставаться дома надолго в одиночестве, появились привычки неоднократно проверять, заперты ли двери, быть более внимательными на улице, ища признаки подозрительности в прохожих или ситуациях, ухудшилось настроение, появилась раздражительность и эмоциональное истощение. Однако, около 40% респондентов считает, что им стало сложнее доверять окружающим, они стали осторожнее относиться к незнакомым людям и у них повысилась внимательность к деталям. Говоря о

безопасности, следует отметить тот факт, что 32% опрошенных студентов считают, что стало опаснее и страшнее жить. Примерно поровну разделились респонденты в ответах на вопрос «Возникают ли мысли о собственной безопасности чаще обычного?»: 55% ответивших стали чаще задумываться о мерах предосторожности и стали менее беспечными и у 45% таких мыслей не возникло.

Эти данные свидетельствуют о том, что большинство молодых людей способны отделять происходящее на экране от реальности, однако у определенной доли студентов формируется высокий уровень тревоги и стрессовых реакций, вызванных чрезмерным вниманием к деталям преступлений и попыткам самостоятельно анализировать события, что может позитивно восприниматься как меры, способствующие личной безопасности. Результаты во многом совпадают с мнением на проблему преступности, поднятой Л.Н. Костиной [5].

В ответе на вопрос «Помогает ли True Crime отвлечься от текущих жизненных проблем или решать личные вопросы?» ответы студентов распределились поровну между способом забыть о собственных проблемах, способом помочь глубже задуматься над моралью, способом лучше понять социальные проблемы и способом погрузиться в совершенно иной мир, отстранённый от повседневности. Это демонстрирует широкий спектр мотиваций и ожиданий, связанных с потреблением контента True Crime: от возможности переключить внимание и временно отвлечься от текущих трудностей до переживания сильных эмоций и возможности заставить задумываться о нравственных аспектах поведения преступников.

Для проведения эмпирической части исследования для определения оценки общего уровня тревожности была выбрана методика измерения уровня тревожности Тейлора, адаптированная В.Г. Норакидзе, позволяющая исключить демонстративные и неискренние ответы [9].

При опросе 43% студентов ответили, что никогда не испытывают тревогу или страх после просмотра материалов True Crime. Однако, анализируя результаты методики, была установлена прямая связь между уровнем тревожности и частотой просмотра материалов данного жанра. Если среди студентов, не увлекающихся True Crime преобладает средний (с тенденцией к низкому) уровень тревожности (76% опрошенных), то среди часто смотрящих такой контент наблюдается только высокий и — средний (с тенденцией к высокому) уровень тревожности. Эти показатели опровергают гипотезу психологов о возможной компенсации низкого уровня тревожности в повседневной жизни просмотром криминальных передач. Однако нельзя однозначно сказать, что просмотр материалов True Crime вызывает повышение уровня тревожности сам по себе. Возможно, склонность к повышенной тревожности является фактором, предрасполагающим людей чаще обращаться к таким программам. То есть причиной повышенного интереса к криминальному жанру может служить изначально повышенный уровень тревоги и стресса, а не наоборот.

Таким образом, хотя прямая корреляция между просмотром True Crime и повышением тревожности установлена, однозначные выводы относительно направления влияния сделать сложно. Необходимо учитывать индивидуальные особенности психики и личностные характеристики респондентов, чтобы точнее интерпретировать полученные данные.

Проведенное исследование позволило выявить разнообразие мотивов и ожиданий от просмотра контента True Crime: от познавательно-развлекательных, направленных до способа борьбы со страхами и повышения уровня безопасности. У значительной части студентов развивается повышенная внимательность к вопросам безопасности, что отражает конструктивное использование контента для формирования осознанного отношения к окружающей среде. Установлена статистически значимая связь между частым просмотром True Crime и высоким уровнем тревожности. Однако направление этой связи требует дальнейшего изучения, так как неясно, способствует ли просмотр повышению тревожности или наоборот, люди с повышенным уровнем тревожности склонны выбирать подобные программы.

Таким образом, жанр True Crime обладает значительным потенциалом в качестве инструмента познания и удовлетворения потребностей современной молодежи. Вместе с тем, он способен вызывать негативные реакции у тех, кто предрасположен к развитию тревожных расстройств.

Список литературы:

1. Воронежский М. Тру-крайм и история: стало известно, какие подкасты слушают россияне в 2025 году // Газета. Ru: [сайт]. 2025. URL: <https://www.gazeta.ru/culture/news/2025/09/30/26844326.shtml> (дата обращения: 17.10.2025).
2. Гусева А., Агеева А. Почему все подсели на тру-крайм? Разбираем феномен жанра, рассказывающего про поиски серийных убийц и прочих маньяков // Афиша: [сайт]. 2023. URL: <https://www.afisha.ru/article/prestuplenie-bez-nakazaniya-fenomen-zhanra-true-crime/> (дата обращения: 17.10.2025).
3. Егорова Д.С., Левченко А.Д., Терехова А.И. Феномен True-crime среди молодежи // Современная наука: вызовы, проблемы, решения – взгляды молодёжи: Сборник материалов Международной научно-практической конференции. Биробиджан: Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема, 2023. С. 494-498.
4. Кожина М.Е., Кылбанова Я.С. Факторы, обуславливающие популярность жанра true crime // Молодой учёный. 2024. № 32 (531). С. 101-104.
5. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
6. Максимова В.Н., Серегодская Е.С. Жанр True crime и его влияние на насильственную преступность // Школа молодых новаторов: сборник научных статей 4-й Международной научной конференции перспективных разработок молодых учёных / Северо-Кавказский федеральный университет, Пятигорский институт. Т. 1. Курск: Закрытое акционерное общество «Университетская книга». 2023. С. 330.
7. Преступление без наказания: феномен жанра true crime, рассказывающего про поиски маньяков и других преступников // Афиша: [сайт]. 2020. URL: <https://www.afisha.ru/article/prestupleniebeznakazaniyafenomenzhancruecrime/> (дата обращения: 17.10.2025).
8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.

9. Психологические тесты онлайн // [сайт]. 2025. URL: <https://psytests.org/anxiety/tmasA-run.html?ysclid=mgupiq2fb6234041408>(дата обращения: 17.10.2025).

References:

1. Voronezhsky M. Tru-kraim and history: it became known which podcasts Russians listen to in 2025 // Gazeta. Ru: [website]. 2025. URL <https://www.gazeta.ru/culture/news/2025/09/30/26844326.shtml> (date of request: 10/17/2025).
2. Guseva A., Ageeva A. Why did everyone get hooked on tru-edge? We analyze the phenomenon of a genre that tells about the search for serial killers and other maniacs // Poster: [website]. 2023. URL:<https://www.afisha.ru/article/prestuplenie-bez-nakazaniya-fenomen-zhanra-true-crime/> / (date of request: 17.10.2025).
3. Egorova D.S., Levchenko A.D., Terekhova A.I. The phenomenon of True-crime among youth // Modern science: challenges, problems, solutions – views of youth: Collection of materials of the International scientific and practical Conference. Birobidzhan: Amur State University named after Sholom Aleichem, 2023. P. 494-498.
4. Kozhina M.E., Kylbanova Ya.S. Factors contributing to the popularity of the true crime genre // Young Scientist. 2024. № 32 (531). P. 101-104.
5. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
6. Maksimova V.N., Seregodskaya E.S. The True crime genre and its impact on violent crime // School of young innovators: collection of scientific articles of the 4th International Scientific Conference of promising developments by young Scientists / North Caucasus Federal University, Pyatigorsk Institute. Vol. 1. Kursk: Closed Joint Stock Company «University Book». 2023. P. 330.
7. Crime without punishment: the phenomenon of the true crime genre, which tells about the search for maniacs and other criminals // Poster: [website]. 2020. URL: <https://www.afisha.ru/article/prestupleniebeznakazaniyafenomenzhanrtruecrime/> / (date of request: 10/17/2025).
8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
9. Psychological tests online // [website]. 2025. URL: <https://psytests.org/anxiety/tmasA-run.html?ysclid=mgupiq2fb6234041408>(date of request: 17.10.2025).

Малышева Ольга Валентиновна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: olha0487@mail.ru

Malysheva Olga Valentinovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

FEATURES OF PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION IN ADOLESCENTS WITH MENTAL DEVELOPMENT DELAY

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей профессионального самоопределения у подростков с задержкой психического развития (ЗПР) в сравнении с их нормотипичными сверстниками. Выявлены статистически значимые различия в профессиональных предпочтениях, мотивационной структуре выбора профессии и типах профессиональной направленности личности. Подтверждена гипотеза о сниженной осознанности выбора, преобладании внешних мотивов и зависимости от мнения значимых взрослых у подростков с ЗПР. На основе результатов сформулированы практические рекомендации для психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения данной категории учащихся.

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the features of professional self-determination in adolescents with mental development delay (MDD) compared to their neurotypical peers. Statistically significant differences in professional preferences, motivational structure of career choice, and types of professional personality orientation were identified. The hypothesis about reduced awareness of choice, the predominance of external motives, and dependence on the opinion of significant adults in adolescents with MDD was confirmed. Based on the results, practical recommendations for psychological and pedagogical support of professional self-determination for this category of students are formulated.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, задержка психического развития, подростки, мотивация выбора профессии, профориентация, психолого-педагогическое сопровождение.

Keywords: professional self-determination, mental development delay, adolescents, motivation for career choice, vocational guidance, psychological and pedagogical support.

Профессиональное самоопределение является ключевым этапом в жизни любого человека, определяющим его дальнейшую социальную реализацию и личностное развитие [9; 10; 11]. Однако для подростков с задержкой психического развития (ЗПР) этот процесс сопряжен с существенными трудностями, обусловленными особенностями их познавательной и эмоционально-волевой сферы.

Задержка психического развития представляет собой нарушение нормального темпа психического развития, при котором отдельные психические функции (память, внимание, мышление, эмоционально-волевая сфера) отстают в своём развитии от принятых психологических норм для данного возраста. Для подростков с ЗПР характерны: сниженная познавательная активность, недостаточность произвольной регуляции поведения и деятельности, незрелость эмоционально-волевой сферы,

ограниченность и фрагментарность знаний и представлений об окружающем мире, в том числе и о мире профессий.

В контексте профессионального самоопределения эти особенности порождают ряд специфических проблем. Как отмечает Е.А. Климов [4], процесс профессионального выбора требует сформированности способности к самопознанию, анализа своих возможностей и соотнесения их с требованиями профессии. У подростков с ЗПР именно эти компоненты оказываются недостаточно развитыми. Н.С. Пряжников подчеркивает, что успешное самоопределение базируется на личной активности и ответственности субъекта, что также представляет сложность для данной категории подростков в силу их склонности к зависимости от мнения взрослых и внешних обстоятельств [6].

Таким образом, возникает противоречие между социальной значимостью и личностной необходимостью профессионального самоопределения в подростковом возрасте и недостаточной сформированностью психологических предпосылок для этого у учащихся с ЗПР. Целью нашего исследования стало выявление специфических особенностей профессионального самоопределения у подростков с ЗПР. В качестве гипотезы выступило предположение о том, что профессиональное самоопределение подростков с ЗПР характеризуется сниженной самостоятельностью, недостаточной сформированностью мотивационной сферы, зависимостью от мнения значимых взрослых и склонностью к выбору внешне привлекательных или ситуативно доступных профессий.

В эмпирическом исследовании приняли участие 50 учащихся 9-х классов в возрасте 14–15 лет, разделенные на две группы: 25 подростков с диагнозом ЗПР (Коррекционная школа-интернат, г. Горно-Алтайск) и 25 нормотипичных подростков (СОШ №12, г. Горно-Алтайск). Для диагностики использовался комплекс методик: ДДО Е.А. Климова, методика мотивов выбора профессии С.С. Гриншпун, опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда и анкета мотивов выбора профессии Е.А. Климова [1; 3; 4]. Для статистической проверки гипотез применялся U-критерий Манна-Уитни.

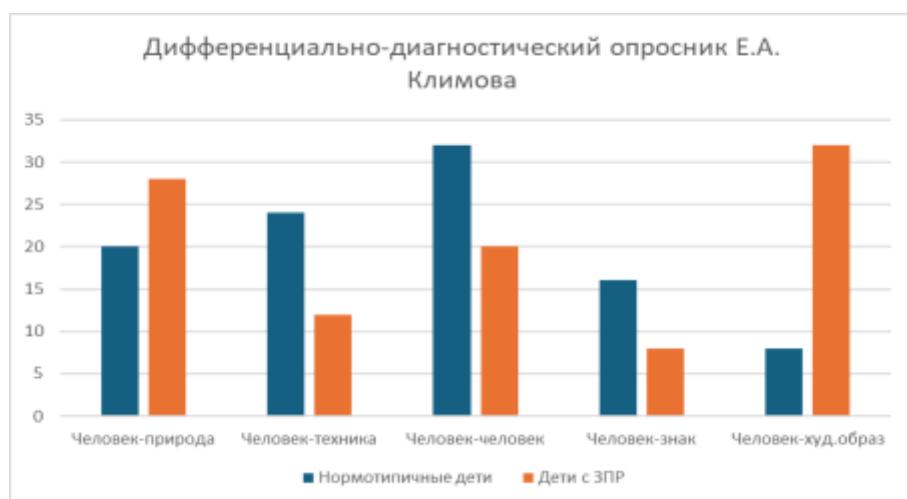


Рисунок 1 – Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова

Результаты исследования выявили системные различия между группами (рис. 1). По методике ДДО Е.А. Климова у подростков с ЗПР достоверно выше ($p<0,01$) выражены предпочтения к профессиям типа «человек-художественный образ» (32%) и «человек-природа» (28%), в то время как нормотипичные подростки значимо чаще выбирают сферы «человек-человек» (32%) и «человек-техника» (24%).

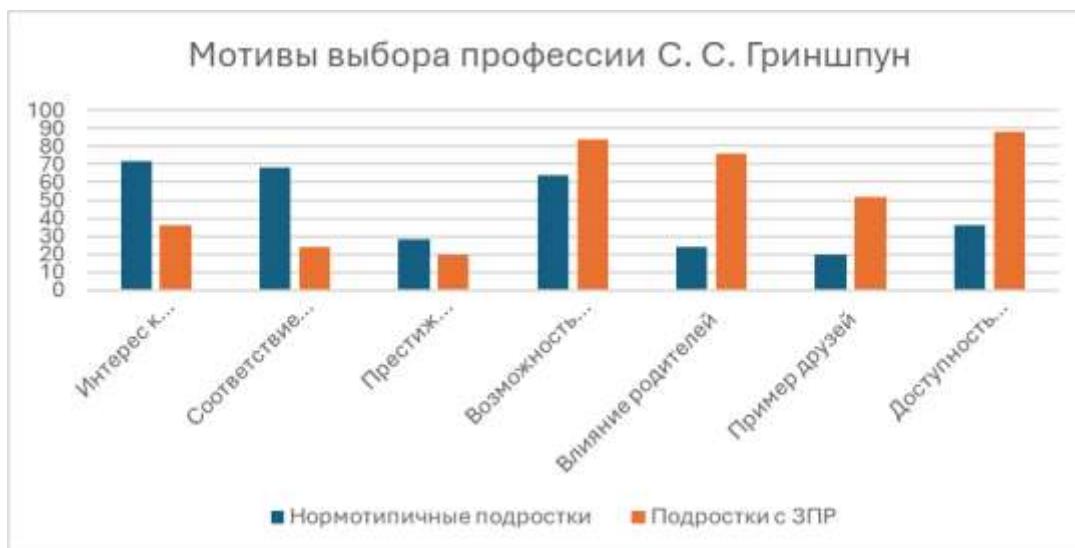


Рисунок 2 – Результаты диагностики мотивации профессионального выбора (методика С.С. Гриншпун)

Анализ мотивации (методика С.С. Гриншпун) показал, что для подростков с ЗПР характерно доминирование внешних ситуативных мотивов: влияние родителей (76%), доступность обучения (88%) и возможность заработка (84%) (рис. 2). Нормотипичные подростки руководствуются преимущественно внутренними мотивами: интерес к профессии (72%) и соответствие способностям (68%).



Рисунок 3 – Распределение профессиональных типов личности по методике Дж. Холланда

По методике Дж. Голланда у подростков с ЗПР статистически значимо преобладает реалистичный (36%) и конвенциональный (20%) типы личности, тогда как у нормотипичных сверстников – интеллектуальный (24%) и социальный (28%) типы (рис. 3).

Полученные результаты полностью подтвердили выдвинутую гипотезу. Профессиональное самоопределение подростков с ЗПР действительно отличается системной незрелостью: меньшей осознанностью, преобладанием внешней мотивации, зависимостью от мнения окружающих и ориентацией на простые, конкретные виды деятельности.

На основе полученных результатов можно сделать выводы: подростки с ЗПР не являются активными субъектами своего профессионального выбора, их позиция пассивна и зависима. Выбор профессии, основанный на внешних факторах (доступность, мнение родителей), а не на внутренних склонностях и способностях, повышает риск последующей профессиональной дезадаптации и неудовлетворенности, ориентация на узкий круг профессий может не учитывать индивидуальные сильные стороны учащихся с ЗПР, такие как практический интеллект, эмоциональная отзывчивость и старательность в выполнении конкретных задач. Результаты оказали во много схожими с данными, отраженными в ряде научных публикаций [2; 5; 7; 8].

На основе результатов сформулированы практические рекомендации для системы психологического сопровождения:

– *Формирование адекватной самооценки и Я-концепции*: необходима целенаправленная работа по развитию самосознания, помочь подростку в осознании своих сильных и слабых сторон, интересов и ограничений.

– *Активное расширение профессионального кругозора*: знакомство с миром профессий должно быть максимально наглядным, практико-ориентированным (экскурсии, пробы), с акцентом на профессии, соответствующие выявленным предпочтениям (реалистичные, конвенциональные), но не ограничиваясь только ими.

– *Развитие внутренней мотивации*: создание ситуаций успеха, профориентационные игры и тренинги, которые помогают «примерить» профессию и связать ее с личными интересами и переживанием положительных эмоций.

– *Работа с родителями и педагогами*: консультирование значимых взрослых по вопросам поддержки профессионального выбора, формирования адекватных ожиданий и избегания гиперопеки или, наоборот, давления на подростка.

– *Индивидуализация сопровождения*: построение индивидуальной образовательной и профориентационной траектории с опорой на сильные стороны учащегося с ЗПР.

Таким образом, выявленные особенности требуют не эпизодических профориентационных мероприятий, а целостной, системной работы, интегрированной в образовательный процесс и направленной на формирование готовности к осознанному и самостоятельному профессиональному выбору.

Список литературы:

1. Батаршев А.В. Диагностика профессионально важных качеств. СПб.: Питер, 2017. 112 с.
 2. Борисова Е.М. Профессиональное самоопределение: Личностный аспект. М.: ИКСПО, 2015. 216 с.
 3. Гутник И.Ю. Организация педагогической диагностики в профильном обучении. СПб.: КАРО, 2005. 128 с.
 4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2012. 263 с.
 5. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте. М.: Академия, 2011. 340 с.
 6. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика. М.: Академия, 2007. 503 с.
 7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
 8. Психологические особенности детей и подростков с проблемами в развитии. Изучение и психокоррекция / Под ред. У.В. Ульянковой. СПб.: Питер, 2012. 461 с.
 9. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков. М.: Генезис, 2000. 128 с.
 10. Старобина Е.М. Профессиональная ориентация лиц с учётом ограниченных возможностей здоровья. М.: Форум, 2014. 351 с.
 11. Чебышева В.В. Психология трудового обучения. М.: Просвещение, 2013. 192 с.
- References:**
1. Batarshev A.V. Diagnostics of professionally important qualities. St. Petersburg: Peter, 2017. 112 p.
 2. Borisova E.M. Professional self-determination: A personal aspect. Moscow: IKSPO, 2015. 216 p.
 3. Gutnik I.Y. Organization of pedagogical diagnostics in specialized education. St. Petersburg: KARO, 2005. 128 p.
 4. Klimov E.A. Psychology of professional self-determination. Moscow: Akademiya, 2012. 263 p.
 5. Lebedinsky V.V. Disorders of mental development in childhood. Moscow: Akademiya, 2011. 340 p.
 6. Pryazhnikov N.S. Professional self-determination: theory and practice. Moscow: Akademiya, 2007. 503 p.
 7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
 8. Psychological characteristics of children and adolescents with developmental problems. Study and psychocorrection / Edited by U.V. Ulenkova. St. Petersburg: Peter, 2012. 461 p.
 9. Rezapkina G.V. Me and my profession: A professional self-determination program for teenagers. Moscow: Genesis, 2000. 128 p.
 10. Starobina E.M. Professional orientation of persons with disabilities. Moscow: Forum, 2014. 351 p.
 11. Chebysheva V.V. Psychology of labor training. Moscow: Prosveshchenie, 2013. 192 p.

Мельникова Наталья Владимировна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: natali-melnikova.school29@yandex.ru

Melnikova Natalia Vladimirovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), master's student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПРЕДЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРЕССА**FEATURES OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS AND COPING STRATEGIES IN HIGH SCHOOL STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PRE-EXAM STRESS**

Аннотация. В настоящее время растёт осознание важности изучения влияния предэкзаменацонного стресса на выпускников. Представлены материалы исследования, цель выявить особенность психологических защит и копинг-стратегий у старшеклассников, имеющих различную степень выраженности предэкзаменацонного стресса. В исследовании приняли участие обучающиеся 11-х классов, в возрасте от 17 до 18 лет. Вывод. Психологические защиты и копинг-стратегии могут отличаться у старшеклассников с различной степенью выраженной предэкзаменацонного стресса.

Abstract. There is growing awareness of the importance of studying the impact of pre-exam stress on high school students. This paper presents research aimed at identifying the psychological defenses and coping strategies of high school students with varying degrees of pre-exam stress. The study involved 11th-grade students aged 17 to 18. Conclusion: Psychological defenses and coping strategies may differ among high school students with varying degrees of pre-exam stress.

Ключевые слова: стресс, защитные механизмы, психологические защиты, экзаменацонный стресс, копинг-стратегии.

Keywords: stress, defense mechanisms, psychological defenses, exam stress, coping strategies.

В научной среде растёт осознание актуальности вопросов, связанных с изучением влияния предэкзаменацонного стресса на будущих выпускников. Современные исследования свидетельствуют о том, что экзаменацонный стресс оказывает влияние на различные системы организма: нервную, иммунную, а также сердечно-сосудистую. Под стрессом современные авторы научных исследований рассматривают многомерное состояние психического напряжения, возникающее в ответ на воздействие экстремальных факторов (стрессоров). Выявлено, что процесс подготовки и сдачи ЕГЭ иногда может нанести больший вред здоровью подростка так как большинство выпускников испытывают тревогу перед экзаменом [1; 3; 7]. Из-за чрезмерного значения, придаваемого результатам ЕГЭ, так многие школьники уверены, что неудачная сдача может негативно сказаться на их будущем. Экзаменацонный стресс по своему проявлению подобен экстремальному стрессу [8; 9].

В исследовании С.А. Гапоновой и К.Д. Дятловой (2011) установлено, что 74% выпускников 2009 года испытывали выраженную тревожность и негативные психоэмоциональные состояния в период экзаменов. Тревога

нередко доходила до ступора и паники при встрече с неизвестными заданиями [5].

В работе А.В. Мальцевой, Д.В. Шкуриной и А.Б. Березиной (2021) также подчеркивается, что основная проблема ЕГЭ — психологические перегрузки, а также усложнение процедуры, несоответствие заданий школьной программе и увеличение социального неравенства. По результатам опросов, большинство подростков ощущали давление в период подготовки: 41% — со стороны учителей, 23% — от родителей, а 14% чувствовали давление с обеих сторон. Формальные требования к результатам часто оказываются выше заботы о здоровье учеников [4].

К моменту сдачи ЕГЭ будущие выпускники оказываются в ситуации постоянного стресса, что часто становится причиной нестабильных отношений с окружающими и внутреннего поиска гармонии. В подобных обстоятельствах начинают активно работать механизмы психологической защиты, которые помогают снизить уровень эмоционального напряжения и уберечь психику подростка от травмирующих переживаний.

Р.М. Грановская рассматривает психологические защиты как систему, сформированную жизненным опытом и ценностями для поддержания психического равновесия перед лицом деструктивной информации. Ф.В. Бассин определил их как адаптивный процесс, препятствующий дезорганизации поведения и использующий стратегии переработки информации для защиты личности от постыдных переживаний и угроз самооценке. По его мнению, суть защит заключается в перестройке системы ценностей, как сознательной, так и бессознательной, что способствует снижению значимости травмирующих событий и смягчению их воздействия на личность. По мнению Ф.Е. Василюк, защитные механизмы защищают от внутренней нестабильности и неприятных переживаний, однако их ригидность и автоматизм могут приводить к дезорганизации поведения, самообману и невротическим состояниям [2].

Так можно наблюдать, что отечественные исследователи выделили два основных подхода к пониманию психологической защиты: адаптивный и дезадаптивный.

Адаптивный подход, где защита является естественным механизмом психики, помогая справляться с излишними эмоциональными нагрузками и пресекает дезорганизацию в жизни индивида. Данной точки зрения придерживались Ф.В. Бассин, Л.Р. Гребенников, Б.В. Зейгарник и др.

Ф.Е. Василюк, Э.И. Киршбаум, В.С. Роттенберг и их сторонники, придерживались позиции дезадаптивного подхода, рассматривая защитный механизм как неэффективный способ разрешения внутренних и внешних конфликтов, который мешает личности оптимально развиваться.

Существует еще одна концепция, в которой также выделяется межличностный аспект - психологическая защита как явление взаимодействия между людьми и способ нейтрализации внешних воздействий. Данный поход рассматривают такие исследователи как: С.А. Анисимов, А.В. Брушлинский, А.А. Деркач и другие учёные.

Таким образом, психологическая защита может рассматриваться как с позиции её полезности для психического равновесия, так и с точки зрения её ограничивающего характера для личностного роста.

Изучая механизм совладающего поведения в отечественной психологии можно отследить различные аспекты, которые отражаются в работах В.Л. Китаева-Смыка, В.А. Бодрова, С.К. Нартовой-Бочавер, С.А. Хазовой, Л.И. Анциферовой, Н.А. Сироты, Е.В. Куфтяк и др. Исследователями было определено совладающее поведение как целенаправленное социальное поведение, стили, черты личности, различные усилия (поведенческие и психологические) и конкретные поведенческие стратегии, с благодаря которым человек справляется со стрессовыми ситуациями. Копинг-стратегии – это реальная реакция человека на воспринимаемую угрозу и различные способы преодоления стресса. Главная цель совладающего поведения – дать человеку возможность максимально адаптироваться к требованиям ситуации. Выбор стратегии зависит от возраста, анамнеза, индивидуальных особенностей, а также психологических, социальных и физических факторов [6].

Копинг представляет собой совокупность активных, преимущественно сознательных усилий, предпринимаемых человеком в ситуации, представляющей психологическую угрозу. Копинг-стратегии определяются как совокупность преднамеренных поведенческих реакций, направленных на эффективное преодоление трудностей в сложной ситуации с целью достижения психологической адаптации.

Концепция копинга тесно связана с понятием механизмов психологической защиты. Основное различие между защитными механизмами и стратегиями копинга заключается в бессознательной активации первых и преднамеренном и осознанном применении вторых.

Представлены материалы исследования, целью которых было выявить особенность психологических защит и копинг-стратегий у учащихся 11-х классов, имеющих различную степень выраженности предэкзаменационного стресса. Гипотеза. Обучающиеся 11-х классов с различным уровнем выраженности предэкзаменационного стресса могут иметь статистически значимые различия в доминировании психологических защит и предпочтаемых копинг-стратегиях.

Исследование проводилось на базе МАОУ МО Динской район СОШ № 29, среди учащихся 11-х класса социально-экономического профиля. Количество – 30 человек (13 юношей, 17 девушек); возраст 17-18 лет. Средний возраст 17,5 лет.

Для выявления статистически значимых различий в доминировании психологических защит и предпочтаемых копинг-стратегий у учащихся 11-х классов с различным уровнем выраженности предэкзаменационного стресса в исследовании применялись следующие методы: Опросник подверженности экзаменационному стрессу (Ю.Б. Гуревич). Для изучения эмоционально-личностного компонента готовности к ЕГЭ. Опросник «Индекс жизненного стиля» позволяет быстро и эффективно выявить ведущие защитные механизмы подростков, а также оценить уровень развития каждого в отдельности.

Авторами данной методики являются Р. Плутчик, Д. Келлерман, Х.Р. Конте. Состоит из 97 вопросов. Методика «Копинг - тест» (методика Р. Лазара и С. Фолкмана, 1984), предназначена для определения копинг – механизмов в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах. Проверка статистических гипотез о достоверности различий показателей между группами проводилась с использованием стандартных процедур статистического пакета *jamovi* с помощью непараметрического критерия U-Манна-Уитни.

Для изучения уровня подверженности экзаменационному стрессу среди старшеклассников применялся опросник Ю.Б. Гуревича «Подверженность экзаменационному стрессу». Который позволил выявить у будущих выпускников особенность эмоционально-личностного компонента готовности к ЕГЭ. Полученные результаты свидетельствуют о том, что по мере приближения экзамена у старшеклассников наблюдается рост уровня стрессовых переживаний, что в свою очередь, приводит к активизации психологических защит.

Таким образом, в результате исследования определились, условно, две группы исследуемых: одна с уровнем предэкзаменационного стресса ниже среднего (в дальнейшем исследовании мы будем обозначать как группа (1), которая состоит из 13 одиннадцатиклассников, и вторая с завышенным уровнем предэкзаменационного стресса выше среднего (в дальнейшем исследовании мы будем обозначать как группа (2), которая состоит из 17 одиннадцатиклассников.

Для выявления типов психологической защиты использовалась методика Р. Плутчика «Индекс жизненного стиля», позволяющая выявить преобладающие защитные механизмы у участников исследования.

Были получены следующие данные:

Группа (1) с низким уровнем стресса показала преобладание более зрелых защит таких как: «интеллектуализация» ($6,92 \pm 1,93$), «компенсация» ($5,77 \pm 1,16$), «замещение» ($5,46 \pm 1,12$). Адаптивные стратегии: «рационализация», «переключение внимания», «сохранение самооценки».

Группа (2) с высоким уровнем стресса показала преобладание менее зрелых защит: «Отрицание» ($7,12 \pm 2,00$), «Регрессия» ($6,18 \pm 1,91$), «Проекция» ($6,35 \pm 2,40$). Дезадаптивные проявления: «игнорирование проблем», «инфантанизм», «перенос ответственности».

По результатам данного исследования мы видим, что старшеклассники с низким уровнем стресса используют более зрелые и конструктивные психологические защиты. Для определения преобладающих стратегий совладания применялась методика Р. Лазаруса и С. Фолкмана. Методика направлена на выявление копинг-поведения в стрессовых ситуациях, позволило нам проанализировать совладающее поведение, применяемое одиннадцатиклассниками, и сравнить их в обоих группах.

Анализ данных позволяет нам сделать вывод, что:

Группа (1) с низким уровнем стресса используют конструктивные стратегии: •Самоконтроль ($14,38 \pm 1,44$); • Планирование решений ($14,15 \pm 1,81$); •

Положительная переоценка ($14,85 \pm 1,99$). Данные методы копинг-стратегий способствуют адаптации и снижению тревожности.

В группе (2) с высоким уровнем стресса, преобладает менее эффективное совладающее поведение: • Дистанцирование ($13,29 \pm 1,99$), • Бегство-избегание ($13,41 \pm 2,98$), • Положительная переоценка ($13,29 \pm 2,14$). Данные копинг-стратегии временно снижают напряжение, но мешают долгосрочному решению проблем.

В результате было выявлено, что старшеклассники группы (1) с развитыми копинг-стратегиями лучше справляются со стрессом, что важно для академической и профессиональной успешности. Группа (2) демонстрирует недостаток конструктивных методов, что повышает риски тревожности и снижает адаптацию.

Проверка статистических гипотез о достоверности различий показателей влияния уровня предэкзаменационного стресса на способ защитных механизмов и совладающего поведения между группами проводилась с использованием стандартных процедур статистического пакета *jamovi* с помощью непараметрического критерия U-Манна-Уитни.

Таблица 1 – Итоги оценки различий между первой и второй группой по результатам исследования с помощью непараметрического критерия U-Манна-Уитни

Параметр		Сравниваемые группы 1—2 группы	
	U	p	
Защитные механизмы			
Отрицание	31,00	<,001 ***	p<0,001
Вытеснение	103,50	0,780	p>0,05
Регрессия	40,50	0,003 *	p<0,05
Компенсация	59,50	0,030 *	p<0,05
Проекция	37,50	0,002 *	p<0,05
Замещение	8,00	<,001 ***	p<0,001
Интеллектуализация	34,50	0,001 *	p<0,05
Реактивные образования	109,00	0,966	p>0,05
Стратегии совладания			
Конfrontация	38,00	0,002 *	p<0,05
Дистанцирование	1,00	<,001 ***	p<0,001
Самоконтроль	55,00	0,020 *	p<0,05
Поиск социальной поддержки	88,00	0,351	p>0,05
Принятие ответственности	105,00	0,828	p>0,05
Бегство-избегание	13,50	<,001 ***	p<0,001
Планирование решения проблемы	43,00	0,004 *	p<0,05
Положительная переоценка	71,00	0,096	p>0,05

Примечание: * — p<0,05; ** — p<0,01; *** — p<0,001.

Оценка достоверности различий в выраженности видов психологических защит между группами одиннадцатиклассников с низким уровнем стресса (1 группа) и с высоким уровнем стресса (2 группа) (табл. 1).

Зрелые психологические защиты адаптивного порядка: «компенсация» и «интеллектуализация», которые оказались достоверными на 5% уровне по

параметрам, эти данные относятся к 1 группе с низким уровнем предэкзаменационного стресса.

Примитивные психологические защиты дезадаптивного порядка: «замещение» оказались достоверными на 1% уровне по параметрам шкал, которые относятся к 1 группе с низким уровнем предэкзаменационного стресса. «Отрицание» – эти данные относятся ко 2 группе с высоким уровнем предэкзаменационного стресса и оказались достоверными на 1% уровне.

«Регрессия» и «проекция», оказались достоверными на 5% уровне по параметрам, которые относятся ко 2 группе с высоким уровнем предэкзаменационного стресса.

Дисфункциональные паттерны совладающего поведения: относятся ко 2 группе с высоким уровнем предэкзаменационного стресса, такие как «дистанцирование»; «бегство-избегание» различия оказались достоверными на 1% уровне по параметрам шкал.

По параметрам «конфронтация», различия соотносятся к двум группам и оказались достоверными на 5% уровне.

Адаптивные паттерны совладающего поведения: которые относятся к 1 группе с низким уровнем предэкзаменационного стресса, такие как «самоконтроль» и «планирование решения проблемы». Различия оказались достоверными на 5% уровне.

Проведенное исследование позволило сделать вывод, что психологические защиты и копинг-стратегии могут отличаться у одиннадцатиклассников с различной выраженностью предэкзаменационного стресса.

Исследование показало, что старшеклассники с низким уровнем предэкзаменационного стресса чаще используют стратегии совладания, такие как самоконтроль и планирование решения проблем, которые позволяют им успешно справляться с учебной нагрузкой. Напротив, обучающиеся с высоким уровнем предэкзаменационного стресса склонны использовать стратегии избегания и дистанцирования, которые не только не снижают стресс, но и мешают их подготовке к экзамену. Кроме того, старшеклассники с низким уровнем предэкзаменационного стресса используют защитные механизмы, такие как компенсация и интеллектуализация, которые помогают им конструктивно преодолевать трудности. Напротив, обучающиеся с высоким уровнем предэкзаменационного стресса чаще используют защитные механизмы, такие как отрицание, регрессия и проекция. Эти стратегии могут временно снизить тревожность, но в долгосрочной перспективе они усугубляют проблемы и препятствуют навыкам совладания.

Результаты исследования будут цены для педагогов, психологов и других специалистов, работающих со старшеклассниками. Полученные данные можно применять в психопрофилактической и коррекционной деятельности с будущими выпускниками.

Список литературы:

1. Болотин Ю.Е., Чугунова К.А., Якунина Е. В. Механизмы психологической защиты в подростковом возрасте // Молодой учёный. 2017. № 2. С. 688-690.

2. Грановская Р.М. Психологическая защита. СПб.: Речь, 2010. 476 с.
3. Деулин Д.В., Петров В.Е. Арт-терапия в формате стресс-преодолевающего поведения в условиях организации творческой работы студентов // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Т. 1. № 1. С. 26-33.
4. Единый государственный экзамен и морально-психологическое состояние: мнение первокурсников / С.М. Мальцева, Е.В. Рыжакова, Д.А. Строганов, Е.А. Рябкова // Russian Journal of Education and Psychology. 2022. Т. 13. № 6. С. 152-167. DOI: 10.12731/2658-4034-2022-13-6-152-167.
5. Кузнецова Л.Э., Косинова Д.С. Теоретический анализ проблемы психологической готовности старшеклассников к единому государственному экзамену как стрессовой жизненной ситуации // Современная психология. 2017. С. 42-49.
6. Литвинова А.В., Балабанова О.В. Особенности совладающего поведения у подростков из проблемных семей // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития: Сборник материалов III Всероссийского симпозиума психологов с международным участием, посвященного 30-летию со дня образования психологического факультета Академии ФСИН России / Под общей редакцией Д.В. Сочивко. Часть II. Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2021. С. 156-160.
7. Макарова Е.А., Мищенко В.И. Предэкзаменацыйный период как стрессовая ситуация, детерминирующая поведение личности обучающихся в образовательном процессе // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. 2023. Т. 6. № 5. С. 10-17. DOI: 10.23947/2658-7165-2023-6-5-10-17.
8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
9. Урусова А.М., Бостанова С.Н. Психологические механизмы управления учебным стрессом // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 2 (180). С. 529-533. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.

References:

1. Bolotin Yu.E., Chugunova K.A., Yakunina E. V. Mechanisms of psychological protection in adolescence // Young scientist. 2017. № 2. P. 688-690.
2. Granovskaya R.M. Psychological protection. St. Petersburg: Speech, 2010. 476 p.
3. Deulin D.V., Petrov V.E. Art therapy in the format of stress-overcoming behavior in the context of organizing students' creative work // Extreme psychology and personal security. 2024. Vol. 1. № 1. P. 26-33.
4. The Unified state exam and the moral and psychological state: the opinion of first-year students / S.M. Maltseva, E.V. Ryzhakova, D.A. Stroganov, E.A. Ryabkova // Russian Journal of Education and Psychology. 2022. Vol. 13. № 6. P. 152-167. DOI: 10.12731/2658-4034-2022-13-6-152-167.
5. Kuznetsova L.E. Kosinova D.S. Theoretical analysis of the problem of psychological readiness of high school students for the unified state exam as a stressful life situation // Modern Psychology. 2017. P. 42-49.
6. Litvinova A.V., Balabanova O.V. Features of coping behavior in adolescents from problem families // Psychology of the XXI century: challenges, searches, development vectors: Collection of materials of the III All-Russian Symposium of psychologists with international participation, dedicated to the 30th anniversary of the establishment of the Psychological Faculty of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia / Under the general editorship of D.V. Sochivko. Part II. Ryazan: Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service, 2021. P. 156-160.
7. Makarova E.A., Mishchenko V.I. The pre-examination period as a stressful situation that determines the behavior of students in the educational process // Innovative science: psychology, pedagogy, defectology. 2023. Vol. 6. № 5. P. 10-17. DOI: 10.23947/2658-7165-2023-6-5-10-17.

8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.

9. Urusova A.M., Bostanova S.N. Psychological mechanisms of educational stress management // Scientific notes of P.F. Lesgaft University. 2020. № 2 (180). P. 529-533. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.

Миронова Екатерина Андреевна

Социальная служба ГБУ «МСП» (г. Москва, Россия), заведующий,
e-mail: Katia76mir@mail.ru

Mironova Ekaterina Andreevna

Social Service of GBU «SME» (Moscow, Russia), Head

ОСОБЕННОСТИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ ИЗ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ

FEATURES OF ADDICTIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS FROM DISORDERED FAMILIES

Аннотация. В статье представлен краткий анализ теоретических основ проблемы взаимосвязи факторов семейного воспитания и форм проявления аддиктивного поведения у подростков из неблагополучных семей, при рассмотрении психологических аспектов аддиктивного поведения и характеристики неблагополучных семей и их влияния на воспитание подростков. А также представлен краткий анализ эмпирического исследования взаимосвязи факторов семейного воспитания и аддиктивного поведения у подростков.

Abstract. The article presents a brief analysis of the theoretical foundations of the problem of the relationship between family education factors and forms of manifestation of addictive behavior in adolescents from dysfunctional families, while considering the psychological aspects of addictive behavior and the characteristics of dysfunctional families and their influence on the upbringing of adolescents. A brief analysis of an empirical study of the relationship between family upbringing factors and addictive behavior in adolescents is also presented.

Ключевые слова: подростки, неблагополучные семьи, аддиктивное поведение подростков.

Keywords: teenagers, dysfunctional families, addictive behavior of teenagers.

В реалиях современного мира аддикции приобретают масштабы эпидемии, поражая как подростковую, так и взрослую аудиторию. Их формы варьируются от химических, связанных с употреблением ПАВ, до поведенческих - игровой или интернет-зависимости. Семейная система, будучи фундаментальной средой для становления личности, играет первостепенную роль в генезисе аддиктивного поведения, поскольку именно в её рамках закладываются базовые поведенческие паттерны и личностные характеристики [1].

Неоспоримым представляется тот факт, что семейная среда выступает в качестве фундаментального фактора в становлении личности подростка, детерминируя вектор его поведенческих реакций — от просоциальных до девиантных. Наиболее остро это проявляется в условиях семейной дезадаптации, для которой характерен разрыв эмоциональных и коммуникативных связей, что в перспективе служит почвой для формирования разнообразных аддикций [3; 5; 6; 8].

Эволюция концепции аддиктивного поведения демонстрирует радикальный сдвиг в его восприятии. Если изначально зависимость трактовалась сквозь призму моральных и религиозных установок, как проявление слабоволия или нравственного дефекта, то сегодня научный дискурс определяет её как биopsихосоциальный феномен. Современные исследователи интерпретируют аддикцию как комплексное системное

расстройство, в равной степени вовлекающее биологические механизмы, психологические структуры и социальные аспекты личности [7].

Воздействие алкоголя, никотина, наркотических средств и прочих психоактивных соединений, равно как и навязчивых поведенческих паттернов вроде азартных игр, интернет-покупок или скроллинга социальных сетей, провоцирует интенсивную, но искусственную активацию дофаминовых нейронных цепей. Это состояние сопровождается субъективным переживанием удовольствия и закрепляет дезадаптивные ассоциации между аддиктивным действием и системой позитивного подкрепления. Постепенно мозг формирует устойчивую зависимость от подобных стимулов, утрачивая восприимчивость к естественным источникам удовлетворения - живому общению, творческим увлечениям, академическим достижениям, которые уже не способны вызвать сопоставимый нейрохимический отклик [2].

Согласно актуальным научным данным, резистентность подростка к формированию зависимостей сегодня детерминирована преимущественно не объемом родительского надзора, а глубиной эмоционального контакта внутри семьи и компетентностью взрослых в адаптации к жизненному контексту нового поколения [4].

Психологический портрет неблагополучной семьи складывается из ряда деструктивных элементов. Прежде всего, это эмоциональная отчужденность и холодность, доминирование конфликтных ситуаций и негативного аффективного фона при хроническом дефиците поддержки и детоцентрированной заботы. Подобная обстановка создаёт прямую угрозу для полноценного психического развития ребенка и становления его личности. Для таких семейных систем также характерны проявления физического и психологического насилия, добровольная социальная изоляция и приверженность девиантным поведенческим моделям.

Согласно позиции О.В. Есиковой и Т.В. Потапкиной, под неблагополучной следует подразумевать проблемную семью, где социальная дезадаптация родителей усугубляется целым комплексом деструктивных проявлений: алкоголизацией, асоциальными поступками, изоляцией от общества, а также склонностью к хулиганству и воровству [3, С. 851].

По наблюдениям автора, несовершеннолетние, воспитывающиеся в неблагоприятной семейной обстановке, зачастую производят впечатление неухоженных; у них нередко фиксируются различные психические нарушения. Подобные отклонения могут проявляться в форме повышенной агрессивности, полного отсутствия учебной мотивации, стойкой замкнутости и иных негативных состояний [9].

Следовательно, анализ природы аддикций демонстрирует их глубинную связь с многообразием психологических факторов – от уникального устройства личности до потенциального давления социокультурной среды. В этой связи адекватное противодействие зависимостям, включая их профилактику, выявление и коррекцию, видится возможным исключительно при реализации целостного, междисциплинарного подхода, что и находит подтверждение в актуальной научно-практической парадигме.

Целью данной работы выступает всесторонний анализ взаимосвязи специфики внутрисемейного воспитания с формированием у подростков склонности к аддиктивным формам поведения.

Экспериментальная часть работы была организована в московском Центре содействия семейному воспитанию «Радуга», функционирующем под эгидой столичного Департамента труда и социальной защиты населения.

В исследовании приняли участие: 20 подростков, в возрасте от 12 до 15 лет, поступившие из неблагополучных семей. По степени выраженности аддиктивного поведения выборка была разделена на 2 группы. В экспериментальную группу вошли 10 подростков с более высокой степенью выраженности аддиктивного поведения. В контрольную группу – 10 подростков с более низкой степенью выраженности аддиктивного поведения.

В исследовании применялись методики: 16-факторный тест Р.Б. Кеттелла (16 PF); детско-родительские отношения подростков» (ДРОП) (П.В. Трояновская); методика диагностики склонности к зависимостям (Г.В. Лозовая).

Анализ данных, собранных с помощью 16-факторного опросника Р.Б. Кеттелла, позволил выявить характер распределения показателей (рис. 1).

Согласно результатам диагностики, в контрольной группе зафиксирован более высокий показатель фактора «О» - 7,6 балла против 4,3 в экспериментальной, что образует разрыв в 44%. Для лиц с повышенным уровнем «О+» типичен комплекс негативных переживаний: тревожность, эмоциональная ранимость, склонность к ипохондрии и депрессивным состояниям. Они часто испытывают неуверенность в себе, подвержены резким сменам настроения, мучаются чувством вины и болезненно зависят от оценки окружающих.

Согласно полученным диагностическим данным, показатель «Q4» в экспериментальной выборке (3,7) более чем вдвое уступает аналогичному значению в контрольной группе.

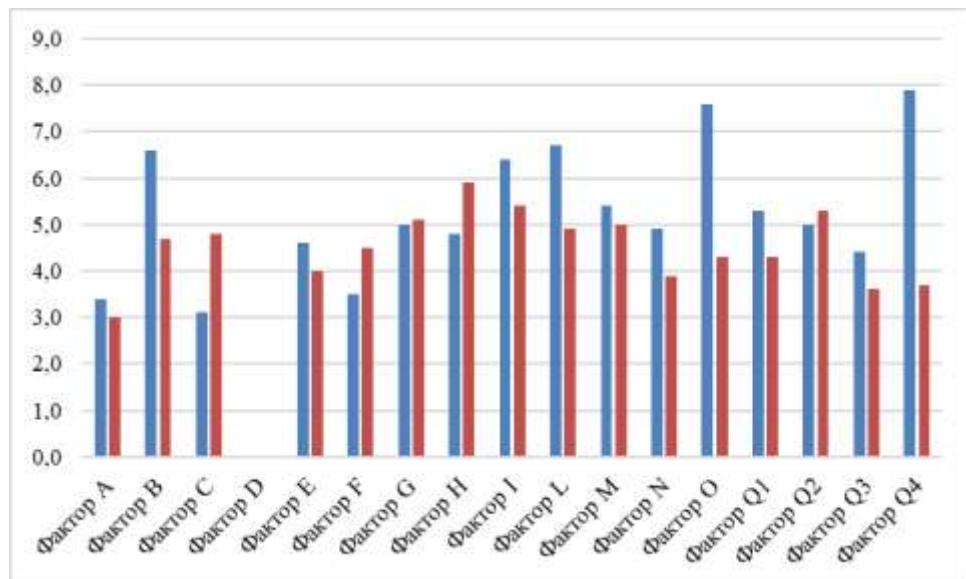


Рисунок 1 – Соотношение средних значение контрольной (красный цвет столбиков) и экспериментальной (синий цвет столбиков) групп по тесту 16 факторов

Высокий уровень «Q4+» клинически проявляется себя через комплекс взаимосвязанных состояний: собранность и энергичность сочетаются с выраженной напряженностью и фрустрированностью. Данный психологический профиль также отмечен повышенной мотивацией, которая, однако, сопровождается устойчивым беспокойством, внутренней взвинченностью и раздражительностью (рис. 1).

В контрольной группе показатель «L» (6,7) также превышает значения экспериментальной (4,9), однако данное различие не носит столь выраженного характера. Высокий уровень «L+» коррелирует с проявлением осторожности, эгоцентричности и настороженности в межличностных контактах. Для лиц с таким профилем типична склонность к ревности, раздражительность, а также тенденция перекладывать вину за собственные промахи на других. В ряде случаев это может сопровождаться автономностью и независимостью социального поведения.

Анализ данных, собранных с помощью методики «ДРОП» П.В. Троицкой, позволил выявить характерные паттерны взаимодействия подростков с окружающей средой (рис. 2).

Анализ эмпирических данных демонстрирует, что частота как позитивных, так и негативных социальных контактов в обеих исследуемых группах оказалась сопоставимо высокой; статистически значимого разрыва между ними зафиксировано не было. Количественный анализ выявил, что в контрольной группе фиксируется более интенсивное проявление ряда воспитательных элементов: «эмоциональная близость», «поддержка» и «конфликтность».

Тем не менее, диагностика позволяет заключить, что подростки из обеих групп — контрольной и экспериментальной - находятся в сходных условиях относительно характера внутрисемейных отношений (рис. 2).

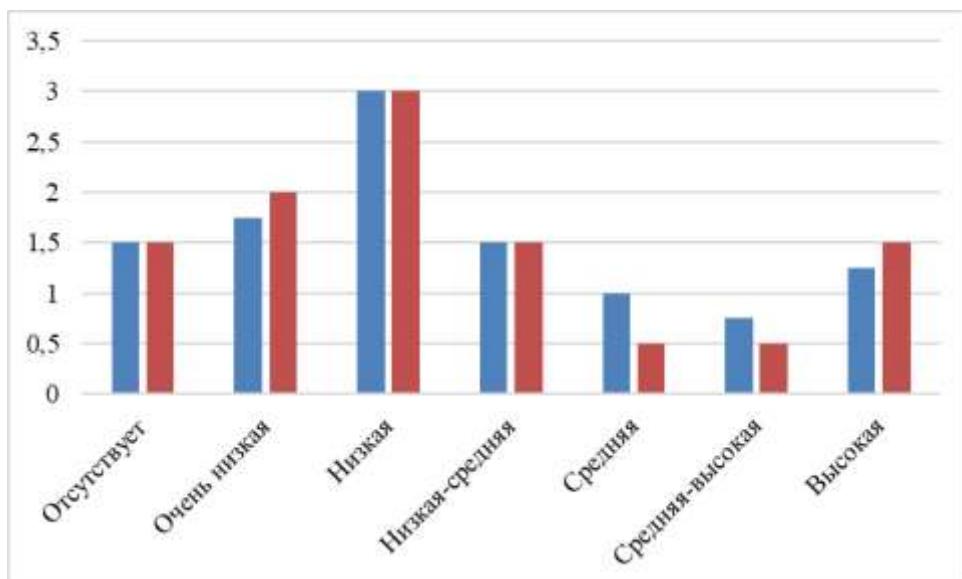


Рисунок 2 – Соотношение средних значение контрольной (красный цвет столбиков) и экспериментальной (синий цвет столбиков) групп по методике ДРОП

У значительной части подростков наблюдается дефицит качественного семейного воспитания. Параллельно с этим фиксируется недостаток доверия, эмоциональной поддержки и близости в отношениях с родителями и прочими родственниками - тех самых компонентов, что служат фундаментом для формирования сильной, самостоятельной личности.

Согласно результатам, зафиксированным методикой диагностики склонности к зависимому поведению (Г.В. Лозовая), была проведена оценка вероятности формирования у подростков различных аддикций (рис. 3).

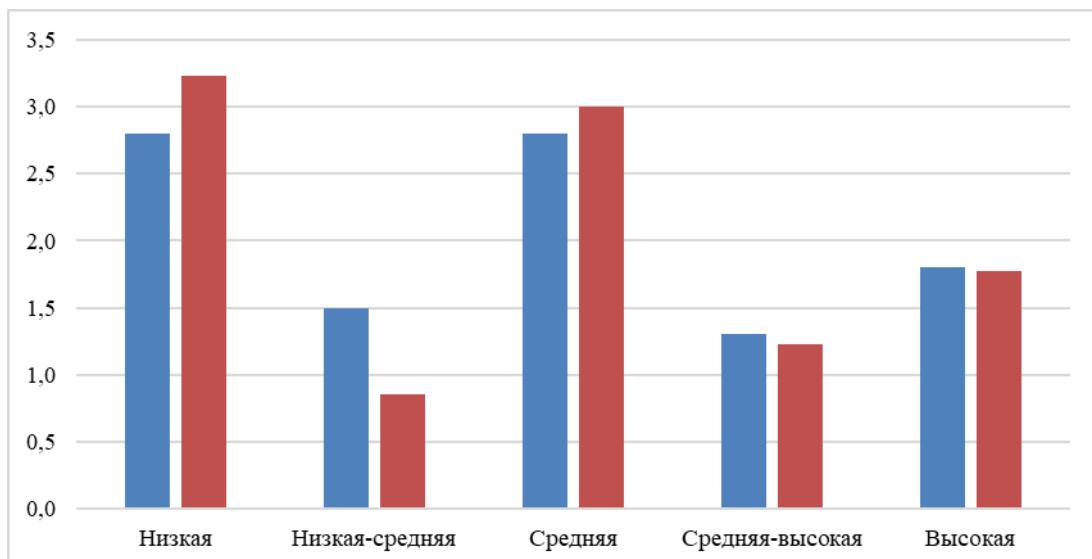


Рисунок 3 – Соотношение средних значение контрольной (красный цвет столбиков) и экспериментальной (синий цвет столбиков) групп по методике диагностики склонности к зависимостям

Анализ эмпирических данных показал, что в спектре аддиктивных склонностей доминируют зависимости от социальных сетей, онлайн-игр и интернет-пространства в целом. В свою очередь, химические аддикции – алкогольная и наркотическая – были зафиксированы у трёх испытуемых, причём данная картина наблюдалась синхронно как в экспериментальной, так и в контрольной группе.

Обработка полученных данных выявила у испытуемых признаки неблагополучного семейного фона, включая случаи скрытого неблагополучия при внешней респектабельности. Подобная семейная дисфункция находит прямое отражение в деструктивных или хаотичных паттернах родительского воспитания. Эта устойчивая связь создает прямую предпосылку для развития у подростков склонности к аддиктивным поведенческим сценариям.

Следовательно, на старте исследования обе группы демонстрируют сопоставимый уровень деструктивности и аддиктивного поведения. Хотя показатели экспериментальной группы объективно ниже, данные недвусмысленно свидетельствуют: контрольная выборка также остро нуждается в психокоррекционной работе.

Список литературы:

- Бобровская А.А. Виктимность как форма девиантного поведения. Тверь: ТвГУ. 2020. 189 с.

2. Европейский проект по алкоголю и другим наркотикам среди школьников (ESPAD). Отчет за 2023 год. 2023. URL: <http://www.espad.org/> (дата обращения: 12.03.2025).
3. Есикова О.В. Потапкина Т.В. Неблагополучная семья как фактор жизненного риска детей // Теория и практика современной науки. 2020. № 12 (30). С. 849-853.
4. Змановская Е.В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения. М.: Академический Проект. 2022. 288 с.
5. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
6. Лозовая Г.В. Диагностика склонности к зависимостям. Харьков. 2020. 120 с.
7. Министерство просвещения Российской Федерации. Мониторинг аддиктивного поведения. 2024. URL: <https://minпросвещения.gov.ru/> (дата обращения: 02.10.2025).
8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марынина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
9. Реутская И.Е. Психологические особенности родителей и несовершеннолетних из неблагополучных семей // Прикладная юридическая психология. 2021. № 3. С. 94-85.

References:

1. Bobrovskaya A.A. Victimization as a form of deviant behavior. Tver: TvGU. 2020. 189 p.
2. The European Project on Alcohol and Other Drugs among Schoolchildren (ESPAD). Report for 2023. 2023. URL: <http://www.espad.org/> (date of application: 03/12/2025).
3. Esikova O.V. Potapkina T.V. Dysfunctional family as a risk factor for children // Theory and practice of modern science. 2020. № 12 (30). P. 849-853.
4. Zmanovskaya E.V. Deviantology: psychology of deviant behavior. Moscow: Academic Project. 2022. 288 p.
5. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
6. Lozovaya G.V. Diagnosis of addiction. Kharkiv. 2020. 120 p.
7. Ministry of Education of the Russian Federation. Monitoring of addictive behavior. 2024. URL: <https://minпросвещения.gov.ru/> (date of application: 02.10.2025).
8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezhina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
9. Reutskaya I.E. Psychological characteristics of parents and minors from disadvantaged families // Applied legal psychology. 2021. № 3. P. 94-85.

Никитина Алина Фаридовна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия), магистрант кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология», e-mail: nalinka55@gmail.com

Nikitina Alina Faridovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology

ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ЦЕНТРА**MANIFESTATIONS OF ANXIETY IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN IN A SOCIAL REHABILITATION CENTER**

Аннотация: в статье представлен сравнительный анализ особенностей проявления тревожности у младших школьников из двух социальных групп: воспитывающихся в семье и проживающих в условиях социально-реабилитационного центра. Исследуется влияние социальной депривации, фрустрации и нестабильной среды. Воспитанники реабилитационного центра проявляют более высокую школьную тревожность, социальный стресс, страх самовыражения, несоответствие ожиданиям, трудности в общении с учителями, низкую устойчивость к фрустрациям. Исследование подчеркивают значение профилактических мер.

Abstract: the article presents a comparative analysis of the features of anxiety in younger schoolchildren from two social groups: those raised in a family and those living in a social rehabilitation center. The influence of social deprivation, frustration and unstable environment is investigated. Pupils of the rehabilitation center show higher school anxiety, social stress, fear of self-expression, inconsistency with expectations, difficulties in communicating with teachers, and low resistance to frustration. The study highlights the importance of preventive measures.

Ключевые слова: тревожность, младшие школьники, социально-реабилитационный центр, социальная депривация, фрустрация.

Keywords: anxiety, junior schoolchildren, social rehabilitation center, social deprivation, frustration.

Феномен тревожности, включая его этиологию и механизмы формирования, активно исследуется ведущими специалистами, такими как Л.И. Божович, К. Гольдштейн, Н.Д. Левитов, К. Изард, Р. Мэй, А.М. Прихожан, Ч.Д. Спилбергер, А. Бек и Ю.Л. Ханин. В современном контексте наблюдается увеличение числа детей, демонстрирующих симптомы тревожности, включая беспокойство, неуверенность и эмоциональную нестабильность. Учитывая, что дети являются наиболее уязвимой социальной группой (А.А. Бодалев, В.С. Мухина, Т.И. Репина и др.), их повышенная реактивность на негативные социальные факторы обуславливает актуальность проблемы.

Проблема тревожности в младшем школьном возрасте привлекает внимание исследователей в связи с её значительным влиянием на процесс адаптации, учебную деятельность и психологическое благополучие ребёнка.

Повышенное внимание удалено детям, находящимся в социально-реабилитационных учреждениях, поскольку увеличение их числа требует тщательного изучения особенностей переживаемой ими тревожности, отличной от ситуации в обычных семьях [5; 11]. Анализ тревожности помогает глубже

понять нужды данной категории детей и разрабатывать меры поддержки, направленные на уменьшение стрессовых эффектов и повышение качества их жизни [2; 8].

Многие исследователи занимались изучением тревожности. Прихожан в своих работах подчеркивает роль внутриличностных конфликтов и завышенных ожиданий взрослых в генезе тревожности [7].

Анализ современных исследований показывает, что проблема тревожности у младших школьников является предметом активного изучения. О.Б. Симатова в работе «Школьная тревожность как значимый фактор формирования стиля учебной деятельности младших школьников» выявила, что повышенная тревожность коррелирует с формированием зависимого, несамостоятельного стиля учебной деятельности [9].

Д.С. Петелин отметил особенности восприятия эмоций детьми-сиротами, характеризующимися социальным беспокойством и сниженным стремлением к контактам [5]. Ю.А. Баженова подтвердила преобладание тревожности среди воспитанников интернатов, связывая её с учебной деятельностью и боязнью неудач [1].

Тема тревожности у младших школьников в условиях закрытого социально-реабилитационного учреждения тесно связана с проблемой совладающего поведения. Как и у подростков из проблемных семей, у младших школьников может наблюдаться склонность к непродуктивным стратегиям, что усугубляет тревожность и затрудняет адаптацию. Результаты исследования А.В. Литвиновой и О.В. Балабановой в статье «Особенности совладающего поведения у подростков из проблемных семей» подтверждают необходимость ранней психологической помощи и целенаправленной работы по формированию здоровых механизмов преодоления стресса [3]. В работе анализируются уровни и структура тревожности, а также особенности реакций на фruстрирующие ситуации у детей из разных социальных сред.

Цель исследования заключалась в выявлении специфики формирования тревожности у младших школьников, воспитывающихся в условиях учреждений социально-реабилитационного типа, обусловленных нестабильностью социальной среды, страхом неудачи и самовыражения, фрустрацией базовых потребностей и снижением уровня стрессоустойчивости.

Выборку исследования составили 60 младших школьников в возрасте 9–10 лет. Группы формировались с учётом однородности возрастных характеристик и учебной параллели (учащиеся третьих классов). Были определены группа детей, проживающих в семьях (Группа 1, n=30), и группа воспитанников социально-реабилитационного центра (Группа 2, n=30).

Для сбора эмпирических данных использовался следующий диагностический комплекс: «Шкала явной тревожности для детей (CMAS)» А. Кастанеда в адаптации А.М. Прихожан для выявления устойчивых состояний тревожности [9]; «Тест уровня школьной тревожности Филлипса» для диагностики общего уровня тревожности и особенностей переживаний, связанных с различными аспектами учебной деятельности [4]; «Тест

фрустрационных реакций С. Розенцвейга» в модификации Н.В. Тарабриной для оценки реакций на конфликты и трудности [10].

Для обработки результатов использовался пакет прикладных программ: электронная таблица EXCEL и методы описательной статистики [6]. Для статистической обработки данных применялся U-критерий Манна-Уитни.

Исследование показало наличие статистически значимых различий в уровне и характере тревожности среди младших школьников в зависимости от условий воспитания.

По методике CMAS были выявлены различия в уровне тревожности: в группе детей из семей преобладал средний уровень тревожности (60%), тогда как среди воспитанников центра реабилитации превалировал повышенный уровень (83%). Низкий уровень тревожности в группе 2 (7%) скорее является признаком защитной реакции – эмоционального подавления или выгорания вследствие длительного воздействия стресса.

Проведен анализ факторов школьной тревожности по тесту Филлипса (табл. 1).

Таблица 1 – Сводные результаты диагностики «Тест уровня школьной тревожности Филлипса»

Факторы	Группа 1		Группа 2		(Uэмп)	р-уровень значимости
	Ср. знач.	Ст. откл.	Ср. знач.	Ст. откл.		
Общая тревожность в школе	13,2	1,814	16	2,89	181	,000*
Переживание социального стресса	6,3	1,32	9	0,94	53	,000*
Фruстрация потребности в достижении успеха	6	0,91	6,3	2,02	406	0,522
Страх самовыражения	3,2	0,65	4,2	0,82	162	,0001*
Страх ситуации проверки знаний	3,5	0,68	3,7	0,66	408	0,541
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	2	0,59	2,6	0,74	20	,000*
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	2,9	0,7	3	0,83	400	0,465
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	3,1	0,35	5	0,96	46	,000*

Примечание: со значком * различия статистически достоверны на уровне $p \leq 0,05$

Описываются уровни тревожности среди младших школьников у двух групп по различным факторам (табл. 1). Сравнительный анализ выявил статистически значимые различия ($p \leq 0,05$) между группами по пяти из восьми факторов школьной тревожности. Группа 2 продемонстрировала достоверно более высокие показатели по следующим шкалам: общая тревожность в школе (16,0 против 13,2; $U=181$, $p=0,000^*$); переживание социального стресса (9,0 против 6,3; $U=53$, $p=0,000^*$); страх самовыражения (4,2 против 3,2; $U=162$, $p=0,0001^*$); страх несоответствия ожиданиям окружающих (2,6 против 2,0;

$U=20$, $p=0,000^*$); проблемы и страхи в отношениях с учителями (5,0 против 3,1; $U=46$, $p=0,000^*$).

По тесту фрустрационных реакций Розенцвейга обнаружены различия в типах реакций на фрустрацию. Для Группы 1 (семейные дети) была характерна экстрапунитивная направленность реакции (53%) – склонность приписывать причину неудачи внешним обстоятельствам или другим людям. В Группе 2 доминировали реакции с фиксацией на самозащите (ED – 43%) и фиксацией на препятствии (OD – 30%), что свидетельствует о сосредоточенности на защите собственного «Я» и переживании непреодолимости барьеров. Конструктивный тип реакции с фиксацией на удовлетворении потребности (NP) был выражен значительно слабее у воспитанников СРЦ (27% против 53% в группе 1).

Обсуждение результатов. Проведенное исследование полностью подтвердило выдвинутую гипотезу. Установлено, что тревожность младших школьников в социально-реабилитационном центре качественно и количественно отличается от тревожности их семейных сверстников. Она характеризуется более высоким общим уровнем, специфической структурой с доминированием социальных страхов и страхов самовыражения, а также неконструктивными, защитными реакциями поведения в ситуациях фruстрации. Ключевыми детерминантами выступают нестабильность социальной среды, опыт депривации и фрустрация базовых потребностей в безопасности, любви и принадлежности.

На основе эмпирических данных были разработаны методические рекомендации для специалистов, направленные на профилактику и снижение тревожности у младших школьников в СРЦ. Рекомендации носят комплексный психокоррекционный и психопрофилактический характер и включают следующие направления:

- создание безопасной среды: установление чёткого режима дня, правил поведения и последовательности действий взрослого персонала;
- развитие навыков эмоциональной регуляции: обучение выражению собственных эмоций посредством арт-терапии, ведения дневника эмоций и участия в ролевых играх;
- формирование позитивной самооценки: фокусировка на успехах, развитие уверенности в себе с использованием специальных упражнений;
- обучение техникам релаксации: освоение дыхательных практик, методов визуализации, аутотренинга и способов расслабления мышц;
- работа с негативными мыслями: анализ негативных установок и замена их конструктивными позитивными убеждениями;
- развитие социальных навыков: проведение занятий и игровых мероприятий, направленных на улучшение навыков коммуникации;
- использование игротерапии и арт-терапии: стимулирование свободного самовыражения и творческого развития через рисование, работу с театральными инструментами и символическими образами.

Таким образом, исследование показало значительное влияние условий воспитания на уровень и структуру тревожности у младших школьников. У воспитанников социально-реабилитационного центра (СРЦ) выявлены более

высокие показатели общей школьной тревожности, переживания социального стресса, страха самовыражения, боязни несоответствия ожиданиям взрослых и трудности в отношениях с учителями. Их поведение в ситуациях затруднений характеризуется преимущественным выбором защитных механизмов («самозащита») и сосредоточенностью на объективных преградах («фиксация на препятствиях»).

Тревожность у воспитанников СРЦ носит системный, многокомпонентный характер, требующий не единичных коррекционных мероприятий, а комплексного психолого-педагогического сопровождения. Дальнейшие исследования могут быть сосредоточены на оценке эффективности конкретных психокоррекционных методик и технологий в условиях реабилитационных центров.

Список литературы:

1. Баженова Ю.А., Радаева О.В. Содержательные особенности школьной тревожности у детей младшего школьного возраста, воспитывающихся в условиях интерната // Педагогический вестник. 2020. № 15.
2. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
3. Литвинова А.В., Балабанова О.В. Особенности совладающего поведения у подростков из проблемных семей // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития: Сборник материалов III Всероссийского симпозиума психологов с международным участием, посвященного 30-летию со дня образования психологического факультета Академии ФСИН России / Под общей редакцией Д.В. Сочивко. Часть II. Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2021. С. 156-160.
4. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса [Электронный ресурс] //Azps.ru А.Я. Психология [сайт]. Режим доступа http://azps.ru/tests/tests_philips.html (дата обращения: 10.09.2025).
5. Петелин Д.С., Байрамова С. П., Сорокина О.Ю. [и др.] Апатия, ангедония и когнитивная дисфункция: общие симптомы депрессии и неврологической патологии // Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. 2022. № 5. DOI: 10.14412/2074-2711-2022-5-96-102.
6. Петров В.Е., Баширов И.Ф. Практикум обработки данных в статистических пакетах: учебное пособие. М.: Из-во Спутник, 2023. 268 с.
7. Приходян А.М. Роль детско-родительских отношений в становлении тревожности как личностного образования // Психологические исследования. 2008. № 2 (2). С. 7-10. DOI: 10.54359/ps.v1i2.1046.
8. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
9. Симатова О.Б. Школьная тревожность как значимый фактор формирования стиля учебной деятельности младших школьников // Учёные записки Забайкальского государственного университета. 2022. № 4. DOI: 10.21209/2658-7114-2022-17-4-104-115.
10. Шкала явной тревожности СМАС (адаптация А.М Приходян) / Диагностика эмоционально-нравственного развития / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. СПб., 2002. 64 с.
11. Ясюкова Л.А. Фruстрационный тест Розенцвейга диагностика реакций в ситуациях конфликта, методическое руководство // Госстандарт России, ИМАТОН. СПб.: ИМАТОН, 2018. 124 с.

References:

1. Bazhenova Yu.A., Radaeva O.V. Substantive features of school anxiety in primary school-age children brought up in boarding schools // Pedagogical Bulletin. 2020. № 15.

2. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
3. Litvinova A.V., Balabanova O.V. Features of coping behavior in adolescents from problem families // Psychology of the XXI century: challenges, searches, development vectors: Collection of materials of the III All-Russian Symposium of psychologists with international participation, dedicated to the 30th anniversary of the establishment of the Psychological Faculty of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia / Under the general editorship of D.V. Sochivko. Part II. Ryazan: Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service, 2021. P. 156-160.
4. The method of diagnosing the level of Phillips school anxiety [Electronic resource] //Azps.ru A.Ya. Psychology [website]. Access mode http://azps.ru/tests/tests_philips.html (date of reference: 09/10/2025).
5. Petelin D.S., Bayramova S.P., Sorokina O.Yu. [et al.] Apathy, anhedonia and cognitive dysfunction: common symptoms of depression and neurological pathology // Neurology, neuropsychiatry, psychosomatics. 2022. № 5. DOI: 10.14412/2074-2711-2022-5-96-102.
6. Petrov V.E., Bashirov I.F. A data processing workshop in statistical packages: a textbook. Moscow: Sputnik Publishing House, 2023. 268 p.
7. Prikhozhan A.M. The role of child-parent relations in the development of anxiety as a personal education // Psychological research. 2008. № 2 (2). P. 7-10. DOI: 10.54359/ps.v1i2.1046.
8. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
9. Simatova O.B. School anxiety as a significant factor in the formation of the style of educational activity of younger schoolchildren // Scientific notes of the Trans-Baikal State University. 2022. № 4. DOI: 10.21209/2658-7114-2022-17-4-104-115.
10. CMAS scale of apparent anxiety (adaptation of A.M. Parishioners) / Diagnostics of emotional and moral development / Ed. and comp. by I.B. Dermanova. SPb., 2002. 64 p.
11. Yasyukova L.A. Rosenzweig's frustration test, diagnostics of reactions in conflict situations, methodological guide // Gosstandart of Russia, IMATON. St. Petersburg: IMATON, 2018. 124 p.

Потешкин Дмитрий Иванович

Восточно-Казахстанский университет имени С. Аманжолова (г. Усть-Каменогорск, Казахстан), студент, e-mail: dimon.p03@mail.ru

Poteshkin Dmitry Ivanovich

S. Amanzholov East Kazakhstan University (Ust-Kamenogorsk, Kazakhstan), student

ПРОБЛЕМА ПРОФИЛАКТИКИ ВИКТИМИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**THE PROBLEM OF PREVENTING VICTIMIZATION OF STUDENTS**

Аннотация. В статье раскрывается значение практических методов виктимологии в контексте экстренной и кризисной психологической помощи. Рассматриваются основные методики как эффективные инструменты изучения поведения жертвы и профилактики виктимизации. Основной темой исследования является интеграция практических методов для профилактики виктимизации обучающихся, а также их эффективность при использовании совместно с действующими теоретическими методиками. Проведён опрос среди выборки обучающихся. Уделено внимание этичности практических методов.

Abstract. The article reveals the significance of practical methods of victimology in the context of emergency and crisis psychological assistance. The main methodologies are examined as effective tools for studying victim behavior and preventing victimization. The main theme of the study is the integration of practical methods for the prevention of student victimization, as well as their effectiveness when applied in conjunction with existing theoretical methods. A survey was conducted among a sample of students. Particular attention is given to the ethical aspects of applying practical methods.

Ключевые слова: виктимология, практические методы, кризисная помощь, профилактика виктимизации, обучающиеся, интеграция, теоретические методы.

Keywords: victimology, practical methods, crisis care, victimization prevention, students, integration, theoretical methods.

Экстремальная и кризисная психологическая помощь – это вид психологической помощи, применяемый в острой, стрессовых и травматических ситуациях (например, теракт, катастрофа, смерть близких, насилие и т.д.). В следствии чего, специалистам в этой области приходится работать с жертвами, пострадавшими от этих ситуаций. Но не менее эффективной и необходимой в данном случае является профилактика виктимизации, позволяющая снизить риск стать жертвой.

Виктимология как раздел криминологии и юридической психологии традиционно исследует личность жертвы преступления, её уязвимость и факторы виктимизации. Однако современные вызовы – акты терроризма, массовые чрезвычайные ситуации, рост числа насильтенных преступлений – требуют не только теоретического анализа, но и практических методик, направленных на предупреждение виктимизации и снижение последствий кризисных состояний жертв.

Один из актуальных и эффективных практических методов профилактики виктимизации является виктимологический эксперимент, основой в создании которого послужил криминологический эксперимент. Общенаучный эксперимент определяется как создание условий или процедур с целью проверки какой-либо гипотезы. При разработке эксперимента основное внимание уделяется: а) независимым или экспериментальным переменным;

б) последствиям или результатам эксперимента (зависимым переменным) [1, С. 1]. Основная сущность эксперимента – контроль над независимыми переменными, при котором могут быть обнаружены причинно-следственные связи с зависимыми переменными [9, С. 501]. Криминологический эксперимент можно определить как разновидность общенаучного эксперимента, заключающуюся в проверке криминологических гипотез посредством моделирования криминальной ситуации или ее отдельных элементов [1, С. 1]. Где зависимой переменной является результат преступного поведения, а независимыми переменными становятся различные моделируемые факторы, отражающие основные элементы преступления. Применительно к виктимологическим проблемам такими факторами можно считать искусственно представленные различные виктимологические факторы преступности [1, С. 1]. Отсюда виктимологический эксперимент можно рассматривать как вид криминологического эксперимента, заключающийся в моделировании виктимологически значимых элементов механизма преступления с целью изучения факторов первичной и вторичной виктимизации и проверки эффективности разрабатываемых мер виктимологической профилактики [1, С. 1]. Основными целями виктимологического эксперимента являются: изучение поведения жертвы, изучение личности жертвы, выявление и оценка эффективности мер профилактики виктимизации, оценка навыков самозащиты испытуемых.

Вместе с тем достижение этих целей не всегда требует моделирования ситуации преступления в целом. Научную ценность представляют и результаты моделирования отдельных фрагментов преступления, в нашем случае это те фрагменты, которые детерминированы виктимологическими факторами [1, С. 3]. Таким образом моделируя потенциальную ситуацию преступления, можно разработать приемлемую тактику поведения потенциальной жертвы, оценить эффективность средств защиты и самозащиты жертв. Тем самым сделать выводы, которые можно положить в основу рекомендаций по поведению жертв преступлений [2, С. 2]. Подобный подход широко используется в юридической психологии [7; 8].

Лабораторные виктимологические эксперименты характеризуются меньшей степенью правовой регламентации, однако их проведение неизменно предполагает строгое соблюдение прав и свобод участников. Это обусловлено как этическими нормами, так и необходимостью обеспечения достоверности получаемых данных. Многолетний опыт применения экспериментальных и тренинговых методик специалистов в этой области Г.В. Овчинниковой, М.Ю. Павлик, О.Н. Коршуновой, Т.П. Будяковой, А.Н. Ильяшенко, Т.В. Варчук, К.В. Вишневецкого, и др., позволил выработать ряд критериев, которые следует рассматривать как основу для корректного и этически оправданного использования данных методов. Например, Т.П. Будякова в своей работе, структурировала и перечислила все необходимые критерии: «Во-первых, виктимологический эксперимент или тренинг не должен сопровождаться нарушением прав человека. Во-вторых, если воспроизведение полной картины преступления неизбежно влечёт за собой угрозу нарушения

прав участников, необходимо ограничиться реконструкцией лишь тех фрагментов, которые обладают виктимологическим значением и при этом не затрагивают фундаментальные права испытуемых. В-третьих, при проведении экспериментов и профилактических тренингов недопустимо нарушение моральных норм и этических принципов. В-четвёртых, участие испытуемых в виктимологических экспериментах и тренингах должно быть исключительно добровольным. В-пятых, если в ходе исследования предполагается ограничение отдельных прав участников, необходимо получение их письменного согласия на такие условия. В-шестых, каждому испытуемому должна предоставляться возможность прекратить своё участие на любом этапе эксперимента или тренинга. В-седьмых, требуется предварительное тактическое выяснение, не являлся ли кто-либо из участников ранее жертвой моделируемого преступления; в случае выявления подобных фактов вопрос о его дальнейшем участии должен рассматриваться особо внимательно. В-восьмых, экспериментатор или тренер обязан заранее подготовить набор психотерапевтических приёмов, которые могут быть использованы в случае возникновения нестандартных ситуаций и эмоциональной дестабилизации участников» [1, С. 7].

Именно при соблюдении указанных критериев можно достичь баланса между научной и практической ценностью виктимологических экспериментов, и необходимостью защиты личности от возможных негативных последствий их проведения. Следовательно, внедрение данных правил в исследовательскую и профилактическую практику является необходимым.

Также и другие практические методы используются в качестве мер криминологической или виктимологической профилактики, хотя пока и ограниченно. Это, в первую очередь, различные тренинги и учения. Т.В. Варчук и К.В. Вишневецкий справедливо обращают внимание на то, что социально-психологические тренинги являются важнейшей формой работы по девиктимизации жертв [4, С. 178].

Другой наиболее распространенный в криминологии и виктимологии метод – анализ уголовных дел. Но главный его недостаток в том, что результатом изучения уголовных дел может стать, как правило, только гипотеза о реальных виктимологических факторах совершения преступления. Проверка же гипотезы потребует более длительной и трудозатратной работы в целом, так как для этого в любом случае придется применить виктимологический эксперимент или др. методики. Все это еще раз обосновывает необходимость использования в криминологии и виктимологии более разнообразного спектра методов профилактики и исследования [1, С. 5].

В Казахстане на данный момент основным направлением профилактики виктимизации является теоретический подход, посредством рассылки и размещения соответствующих материалов: стендов с перечнем правил поведения заложников, брошюр и др. [3, С. 9]. Практические методики применяются редко. В связи с этим в числе чрезвычайно важных направлений, постепенно развивающейся в стране виктимологической профилактики, следует назвать расширение применения практических методов [5, С. 5].

Вышесказанное послужило основанием для исследования по изучению данного вопроса среди обучающихся в Казахстане, о необходимости более активного применения практических методов и теоретического материала для профилактики виктимизации в образовательных учреждениях.

Организация исследования:

Цель исследования. Выявить актуальный уровень теоретических и практических методик профилактики виктимизации в образовательных учреждениях и проанализировать необходимость его увеличения.

Методы исследования: авторский опросник «Оценка частоты проведения виктимологической профилактики», направленный на анализ осведомлённости респондентов о практических и теоретических методиках профилактики виктимизации, посредством выяснения частоты их взаимодействия с данными методиками в своих учебных заведениях. Опрос проводился онлайн на программной платформе Google Forms с анонимным участием.

Метод статистической обработки данных заключался в изучении процентного соотношения и распределения по группам.

Опрос проводился в октябре 2025 года. В исследовании приняло участие 86 обучающихся, выборочно отобранных среди образовательных учреждений, в возрасте от 18 до 25 лет.

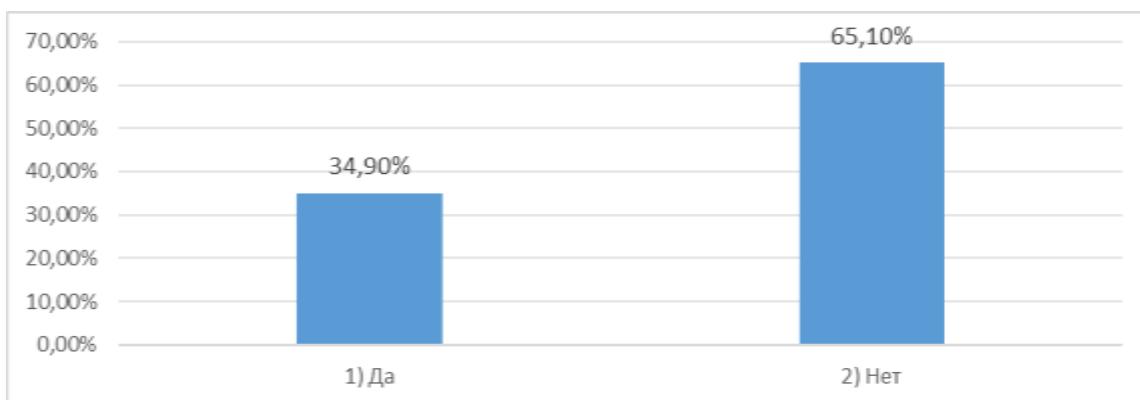


Рисунок 1– Гистограмма процентного распределения ответов респондентов по признаку становления очевидцем или жертвой преступной либо экстренной и кризисной ситуации

На момент проведения опроса большинство респондентов (65,1%) отметили, что в настоящее время не являются очевидцами или жертвами преступной, либо экстренной ситуации (рис. 1). В связи с этим можно выделить две группы: группа S - очевидцы или жертвы преступной либо экстренной и кризисной ситуации и группа N - те, кто ими не являются.

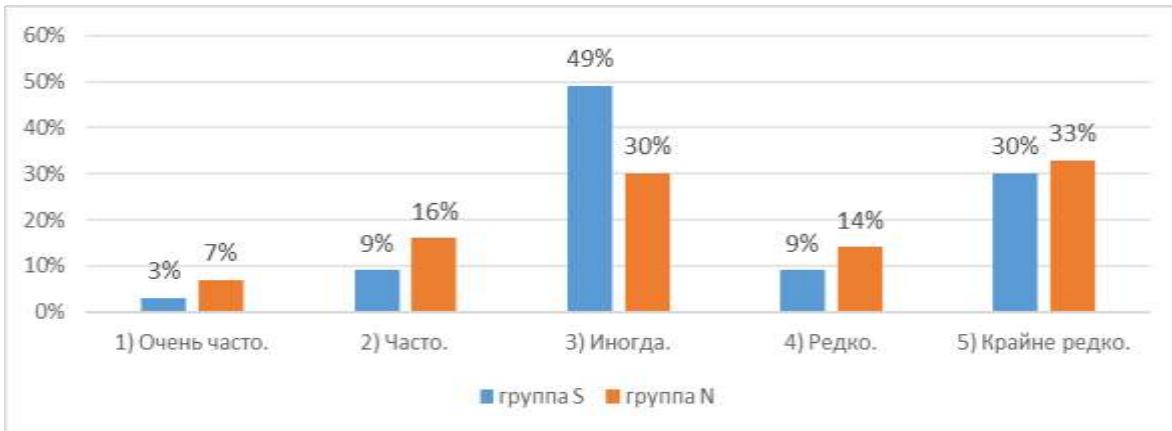


Рисунок 2 – Гистограмма процентного распределения ответов респондентов о частоте практических занятий по профилактике виктимизации среди групп

Обе группы респондентов в большинстве своем крайне редко и иногда (30% и 33%) лишь участвовали в практических занятиях по профилактике виктимизации (рис. 2). Это позволяет нам предположить, что данный вопрос не является наиболее приоритетным и как следствие может привести к увеличению числа потенциальных жертв или очевидцев преступных, либо экстренных ситуаций.



Рисунок 3 – Гистограмма процентного распределения ответов о желании респондентов увеличить число практических занятий по профилактике виктимизации среди групп.

Обе группы респондентов в большинстве своем изъявляют желание увеличить число практических занятий для профилактики виктимизации (52% и 66%) (рис. 3). Что говорит нам о том, что сами обучающиеся заинтересованы в том, чтобы не стать очередной жертвой преступной, либо экстренной ситуации

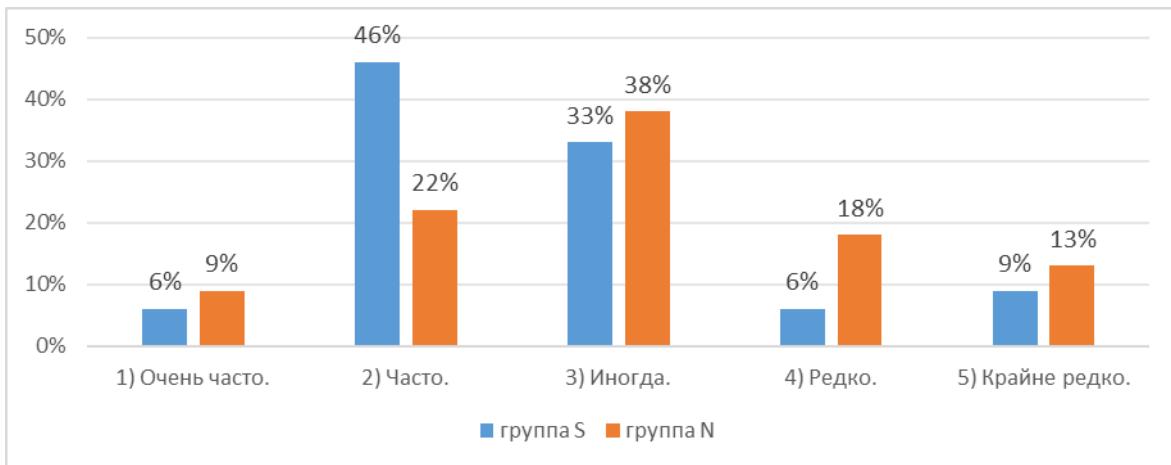


Рисунок4 – Гистограмма процентного распределения ответов о наличии у респондентов теоретического материала по профилактике виктимизации

Респонденты, группы S чаще сталкивались с теоретическим материалом (46% – Часто, 33% – Иногда), чем респонденты группы N (22% – Часто, 38% – Иногда) (рис. 4). Это говорит о том, что несмотря на достаточный объём теоретического материала (информационных стендов, брошюр и т.д.), их наличия просто недостаточно для профилактики виктимизации. Также существует риск увеличения жертв преступлений либо экстренных ситуаций ввиду того, что респонденты группы N, реже встречают теоретический профилактический материал.

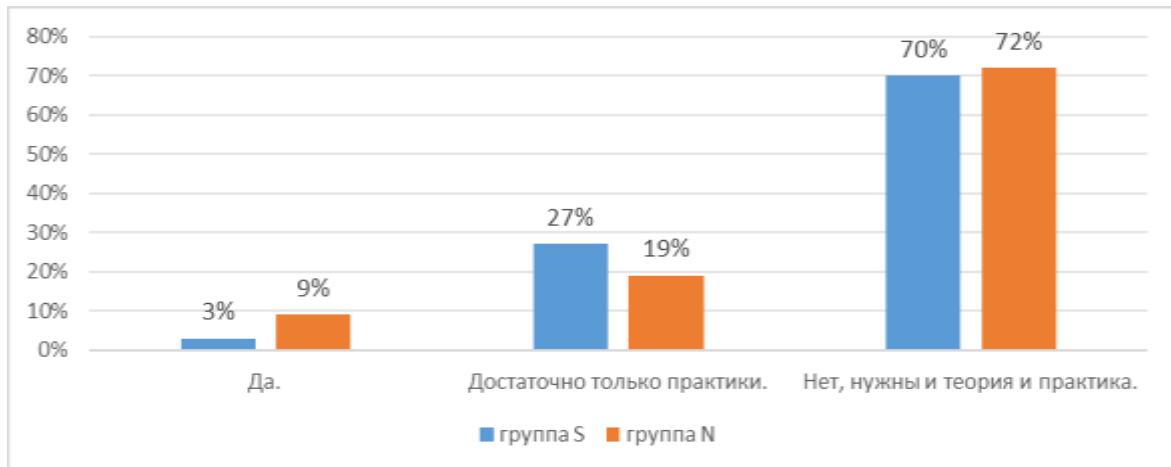


Рисунок 5 – Гистограмма процентного распределения ответов респондентов, о том, достаточно ли лишь теоретической информации для профилактики виктимизации.

Далее мы наблюдаем, что (27%) из группы S и (19%) из группы N считают, что достаточно только практических занятий для профилактики виктимизации (рис. 5). Но подавляющее большинство респондентов группы S (70%) и группы N (72%) говорят о необходимости комплексного подхода в данной ситуации, с применением и теоретического и практического материала для профилактики. Таким образом мы можем сделать вывод, о необходимости практических методов для девиктимизации.

Полученные результаты исследования подчеркивают необходимость системного внедрения практических виктимологических методик в

образовательный процесс. Рекомендуется разработка и адаптация тренингов по профилактике виктимизации с учетом возрастных и социокультурных особенностей обучающихся. Важно, чтобы подобные программы реализовывались при участии специалистов-психологов и педагогов, прошедших соответствующую подготовку. Практическая интеграция виктимологических методов в систему образования не только способствует повышению личной безопасности обучающихся, но и формирует у них ответственное поведение в потенциально опасных ситуациях, что соответствует приоритетным задачам государственной политики в сфере профилактики виктимизации. Практические методы виктимологии — это важный инструмент в вопросах кризисной психологической помощи. Виктимологический эксперимент, тренинги и учения позволяют не только исследовать факторы виктимизации и вести эффективную профилактику, но и формировать у потенциальных жертв навыки реагирования в экстремальных ситуациях, что является одной из основных задач экстренной и кризисной психологической помощи. Из этого следует, что применение практических методов совместно с теоретическими будет более эффективным для профилактики виктимизации, а это значит, что данный подход требует дальнейшей разработки и изучения.

Список литературы:

1. Будякова Т.П. Практические методы в виктимологии // Виктимологические проблемы борьбы с преступностью : криминологический журнал БГУЭП. 2011. № 3. С. 42-49.
2. Будякова Т.П. Психология взгляда заложника // Российский криминологический взгляд. 2008. № 1. С. 191-195.
3. Борьба с преступностью за рубежом. 1991. № 3 (цит. по: Овчинникова Г.В., Павлик М.Ю., Коршунова О.Н. Захват заложника. СПб.: Юридический центр Пресс, 2001. 112 с.).
4. Варчук Т.В., Вишневецкий К.В. Виктимология. М.: Юрайт, 2008. 191 с.
5. Жемпилсов Н.Ш. О необходимости формирования национальной системы виктимологической профилактики преступности // Вестник Академии правоохранительных органов при Генеральной прокуратуре Республики Казахстан. 2018. № 2. С. 45-50.
6. Ильяшенко А.Н. Потерпевший в механизме совершения насильственных преступлений в семье // Материалы научно-практической конференции юридического факультета. Елец: Елецкий гос. ун-т им. И.А. Бунина, 2006. С. 333-340.
7. Кокурин А.В., Петров В.Е. Психолого-криминологическая характеристика личности сотрудников органов внутренних дел, осужденных за совершение преступлений коррупционной направленности // Вестник университета имени О.Е. Кутафина (МГЮА). 2017. № 7 (35). С. 111-123. DOI: 10.17803/2311-5998.2017.35.7.111-123.
8. Пенитенциарная психология: психологическая работа с осужденными, отбывающими наказание в виде лишения свободы: учебное пособие для вузов для вузов / В.М. Поздняков [и др.]; под общей ред. В.М. Позднякова. М.: Издательство Юрайт, 2020. 222 с.
9. Ребер А. Большой толковый психологический словарь: в 2 т. Т. 2. М.: Вече, 2001. 559 с.

References:

1. Budyakova T.P. Practical methods in victimology // Victimological problems of combating crime : criminological journal of the BSUEP. 2011. № 3. P. 42-49.
2. Budyakova T.P. Psychology of the hostage's gaze // Russian criminological view. 2008. № 1. P. 191-195.

3. Combating crime abroad. 1991. № 3 (cit. by: Ovchinnikova G.V., Pavlik M.Yu., Korshunova O.N. Hostage-taking. St. Petersburg: Law Center Press, 2001. 112 p.).
4. Varchuk T.V., Vishnevetsky K.V. Victimology. Moscow: Yurait, 2008. 191 p.
5. Zhempiisov N.S. On the need to form a national system of victimological crime prevention // Bulletin of the Academy of Law Enforcement Agencies at the Prosecutor General's Office of the Republic of Kazakhstan. 2018. № 2. P. 45-50.
6. Ilyashenko A.N. The victim in the mechanism of committing violent crimes in the family // Proceedings of the scientific and practical conference of the Faculty of Law. Yelets: Yelets State University named after I.A. Bunin, 2006. P. 333-340.
7. Kokurin A.V., Petrov V.E. Psychological and criminological characteristics of the personality of law enforcement officers convicted of corruption crimes // Bulletin of the O.E. Kutafin University (MGUA). 2017. № 7 (35). P. 111-123. DOI: 10.17803/2311-5998.2017.35.7.111-123.
8. Penitentiary psychology: psychological work with convicts serving sentences of imprisonment: a textbook for universities for universities. M. Pozdnyakov [et al.]; under the general editorship of V.M. Pozdnyakov. Moscow: Yurayt Publishing House, 2020. 222 p.
9. Reber A. A large explanatory psychological dictionary: in 2 volumes. Vol. 2. Moscow: Veche, 2001. 559 p.

Фишман Мария Романовна

Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва, Россия),
студент факультета «Юридическая психология», e-mail: masha.fishman1995@gmail.com

Fishman Maria Romanovna

Moscow State University of Psychology and Education (Moscow, Russia), student of the faculty of
legal psychology

**ОСОБЕННОСТИ МОДЕЛИ ЖЕНСКОЙ СЕКСУАЛЬНОСТИ У МОЛОДЫХ
ЖЕНЩИН, ПЕРЕЖИВШИХ НАСИЛИЕ****FEATURES OF THE FEMALE SEXUALITY MODEL IN YOUNG WOMEN WHO
EXPERIENCED VIOLENCE**

Аннотация. Статья посвящена изучению женской сексуальности в контексте пережитого опыта насилия. Представлена дополненная структурно-функциональная модель женской сексуальности. В результате эмпирического исследования описаны специфические особенности модели женской сексуальности у молодых женщин, пострадавших от разных видов насилия (психологического, сексуального, физического), не характерных для женщин, которые с насилием не сталкивались.

Abstract. The article focuses on the study of female sexuality in the context of experienced violence. An extended structural and functional model of female sexuality is presented. The empirical study describes specific features of the sexuality model in young women who have suffered from various types of violence (psychological, sexual, physical), which are not typical for women without such experience.

Ключевые слова: женская сексуальность; насилие; самообъективация; личные границы; амбивалентность эмоций; озабоченность сексом; избегание секса; неудовлетворенность внешностью; трудности в получении сексуального удовольствия; акторы насилия.

Keywords: female sexuality; violence; self-objectification; personal boundaries; emotional ambivalence; preoccupation with sex; avoidance of sex; body dissatisfaction; difficulties in achieving sexual pleasure; perpetrators of violence.

Сексуальность является одной из движущих сил в познании человеком окружающей действительности, сближении и объединении людей. Тем не менее, на данный момент в психологической литературе нет достаточно разработанного категориального аппарата для изучения женской сексуальности [3; 6; 9; 11]. Актуальной проблемой также представляется исследование последствий насилия для женщин. Каждая третья женщина в мире подвергалась насилию, а конкретно в России минимум 20% женщин переживали насилие [8]. Благодаря многим исследованиям можно сделать вывод о влиянии пережитого насилия на психосексуальное развитие человека [4; 10; 12; 13]. Бытийность женщины имеет ярко выраженный характер [5; 6; 7]. Однако влияние пережитого насилия на аспекты женской сексуальности остаётся недостаточно изученным. На основе работ Н.И. Айзман [1; 2] представлена дополненная структурно-функциональная модель женской сексуальности, которая позволяет системно описывать особенности сексуальной сферы женщин, в том числе в контексте пережитого ими насилия.

Таблица 1 – Дополненная структурно-функциональная модель женской сексуальности Н.И. Айзман

Компонент	Содержание компонента	Функция компонента
Поведенческий компонент	<ul style="list-style-type: none"> - поведенческие паттерны, сформированные в детско-родительских отношениях, проявляющиеся в отношениях во взрослом периоде жизни; - способность к близким парным отношениям; - особенности репертуара полоролевого поведения; - частота и характер половых контактов; - степень инициативности в сексуальной сфере; - степень выражения своей сексуальности 	Умение конструировать личные и социальные роли (коммуникативная)
Когнитивный компонент	<ul style="list-style-type: none"> - особенности гендерной идентичности; - система убеждений о сексуальности, доброжелательности, подконтрольности окружающего мира; - уровень развития рефлексии; - привлекательность определенных черт партнера; - сексуальные склонности и интересы; - открытость к новому 	Отражение единства поведения и самосознания (познавательная)
Телесный компонент	<ul style="list-style-type: none"> - психофизиологические реакции и ощущения, связанные с сексуальным влечением; - отношение к переживаемым ощущениям и физическим контактам; - самоописание физического Я (в том числе удовлетворенность им); - наличие и степень самообъективации (восприятие себя в первую очередь с точки зрения внешней привлекательности); - способность получать сексуальное удовольствие 	Умение принимать свое тело и тело партнера; умение переживать телесные ощущения и получать удовольствие, умение принимать собственную сексуальную идентичность (развивающая)
Эмоциональный компонент	<ul style="list-style-type: none"> - тревожность; - способность к любви и принятию партнера; - вина и стыд; - амбивалентность переживаний в сексуальной сфере - чувство комфорта и доверия партнеру при сексуальной близости; - принятие своей сексуальности и желаний 	Эмоциональная устойчивость, обеспечивающая способность справляться с трудными жизненными ситуациями (вitalная)
Экзистенциальный компонент	<ul style="list-style-type: none"> - самоопределение в системе «Я - социум»; - поиск смысла жизни; - умение соблюдать личные границы и границы партнера по общению, в том числе в сексуальной сфере (свобода отношений); - уровень субъективного ощущения одиночества; 	Нивелирование субъективного ощущения одиночества и развитие способности устанавливать свободные отношения

	- место сексуальной близости в системе ценностей	с партнером, не нарушая личных границ (синдикативная)
--	--	--

Эмпирическое исследование. Проверялась основная гипотеза: женщины, пережившие опыт насилия, имеют специфические особенности модели женской сексуальности, не характерные для женщин, которые с насилием не сталкивались.

Выборка. В эмпирическом исследовании приняли участие 27 женщин в возрасте 18-23 лет. Испытуемые были объединены в 2 группы по критерию наличия или отсутствия насилия. Распределение проводилось на основе ответов на вопросы интервью. Основная группа состояла из 20 женщин, контрольная из 7. Набор респонденток осуществлялся в МГППУ и через социальные сети.

Методы. Для сбора данных использовалось полуструктурированное интервью, разработанное на основе анализа последствий насилия для психосексуального развития и дополненной структурно-функциональной модели женской сексуальности.

Интервью проводилось с целью:

– Определить наличие опыта насилия (сексуального, физического, психологического) у респонденток для их распределения по группам: с опытом насилия (группа 1) и без опыта насилия (группа 2). Подтверждение хотя бы одного критерия любого вида насилия служило основанием для распределения респондентки в 1 группу. Во 2 группу относились участницы, которые отрицали все перечисленные критерии насилия. В нескольких случаях респондентки, изначально отрицавшие опыт насилия в 1 части интервью, в процессе интервью вспоминали или признавали эпизоды, соответствующие критериям насилия. Такие участницы переносились в 1 группу. При выявлении насилия, следовало детальное обсуждение: кто являлся актором насилия, возраст столкновения с насилием, продолжительность, огласка и поддержка, отношение к насилию и его актору и т.д.

– Изучить сексуальную сферу женщин, включая аспекты самообъективации (отношение к своему телу и внешности в целом, влияние восприятия внешности на сексуальное поведение), личных границ (установление и соблюдение личных границ в сексуальных отношениях, реакции на принуждение, контроль в ситуациях сексуального контакта), моделей поведения (значимость сексуальной сферы, инициативность, избегание или озабоченность сексом) и эмоциональной амбивалентности (эмоциональные переживания во время секса, противоречивые чувства в сексуальной сфере).

Далее интервью расшифровывалось и проводился контент-анализ, который позволил структурировать качественные данные и выявить ключевые категории. Статистическая обработка проводилась с использованием критерия Манна-Уитни для выявления значимых различий между группами. Применение этого критерия обосновано непараметрическим характером данных и малым объемом выборки.

Результаты. В основной группе из 20 респондентов были выявлены 3 вида насилия: психологическое, физическое и сексуальное. Психологическое насилие: упоминается у 90% респондентов; проявляется в форме оскорблений, унижений, манипуляций, гиперконтроля, газлайтинга, эмоционального пренебрежения, угроз и буллинга. Физическое насилие: упоминается у 80% респондентов; проявляется в форме ударов, избиений ремнем, толчков, грубого физического обращения, порезов, лишения сна или еды. Сексуальное насилие: упоминается у 70% респондентов; проявляется в форме домогательств, принуждения к сексу, изнасилования, растления и использования беспомощного состояния для вступления в сексуальный контакт.

Важно отметить, что 14 участниц сталкивались с сексуальным и другими видами насилия, тогда как только 6 респонденток не имели опыта сексуального насилия.

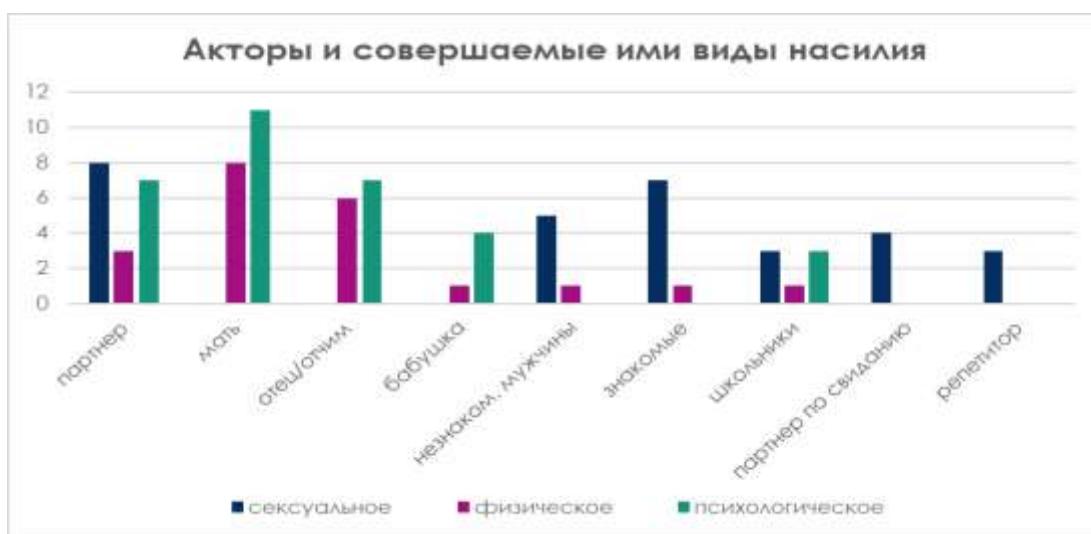


Рисунок 1 – Авторы и совершаемые ими виды насилия

Большинство респонденток впервые столкнулись с насилием в подростковом возрасте (11-15 лет), что может быть связано с уязвимостью этого периода: переходный возраст, начало социальных взаимодействий вне семьи, зависимость от родителей и т.д. Раннее столкновение с насилием в основном происходило в семье.

Длительность насилия варьируется от единичных эпизодов до многолетнего систематического насилия. Сексуальное насилие чаще всего было эпизодическим, тогда как психологическое совершалось регулярно на протяжении многих лет, что в основном связано с совместным проживанием с родителями. Случаи физического насилия обычно происходили реже, чем психологическое, но также происходили в течение нескольких лет. Многие участницы отмечали, что насилие от близких родственников было частью их повседневной жизни.

Большинство участниц не получали значимой поддержки от окружения. Со слов респонденток, родители и учителя часто игнорировали проблему или не оказывали должного участия. Друзья иногда выражали сочувствие, но в большинстве случаев это была достаточно поверхностная поддержка. В 10

случаях респондентки никому не говорили о насилии. За психологической помощью обращались только 6 участниц, причем 1 из них услышала от психолога обвинение в преувеличении ситуации (рис. 2).

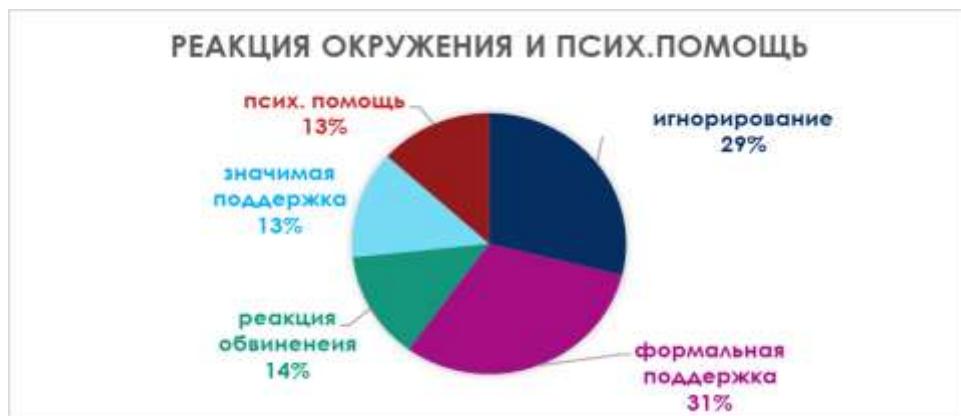


Рисунок 2 – Реакция окружения и психологическая помощь

Далее представим результаты статистического анализа данных в контексте проверки гипотез.

Самообъективация (телесный компонент). Уровень самообъективации у женщин, переживших насилие выше, чем у женщин без опыта насилия ($U = 111,0$; $p \leq 0,05$; средний ранг в 1 группе (16,05) выше, чем во 2 (8,14)).

Личные границы (экзистенциальный и поведенческий компоненты). Трудности в установлении и соблюдении личных границ в сексуальных отношениях больше испытывают женщины, пережившие насилие, чем женщины без опыта насилия. ($U=34,0$; $p \leq 0,01$; средний ранг в 1 группе (17,20) выше, чем во 2 (4,86)).

Модели поведения: озабоченность сексом/избегание секса (поведенческий, эмоциональный и когнитивный компоненты).

Озабоченность сексом чаще демонстрируют женщины, пережившие насилие, чем женщины без опыта насилия ($U=121,50$; $p \leq 0,01$; средний ранг в 1 группе (16,58) выше, чем во 2 (6,64)).

Избегание секса чаще демонстрируют женщины, пережившие насилие, чем женщины без опыта насилия ($U=112,50$; $p \leq 0,05$; средний ранг в 1 группе (16,13) выше, чем во 2 (7,93)).

Амбивалентность эмоций (эмоциональный, телесный, когнитивный, поведенческий компоненты). Амбивалентные чувства в сексуальной сфере чаще испытывают женщины, пережившие насилие, чем женщины без опыта насилия. ($U=120,0$; $p \leq 0,01$; средний ранг в 1 группе (16,50) выше, чем во 2 (6,86)).

Дополнительно значимые различия были выявлены по следующим параметрам:

Неудовлетворенность внешностью и телом. Женщины, пережившие насилие, неудовлетворены своей внешностью и телом чаще, чем женщины без опыта насилия ($U = 118,50$; $p \leq 0,01$; средний ранг в 1 группе (16,43) выше, чем во 2 (7,07)).

Трудности в получении сексуального удовольствия. Результаты свидетельствуют: женщины, пережившие насилие, чаще испытывают трудности в получении сексуального удовольствия, чем женщины без опыта насилия ($U=118,00$; $p\leq 0,01$; средний ранг в 1 группе (16,40) выше, чем во 2 (7,14)).

Помимо этого, дополнительно было проведено сравнение между группой женщин, переживших сексуальное насилие и группой женщин, пережившие другие виды насилия.

Параметры «трудности в установлении и соблюдении личных границ» и «заботоченность сексом» показали значимые различия между группами.

Трудности в установлении и соблюдении личных границ в сексуальных отношениях больше испытывают женщины, пережившие сексуальное насилие, чем женщины, столкнувшиеся с другими видами насилия ($U=67,0$; $p\leq 0,05$; средний ранг в 1 группе (12,29) выше, чем во 2 (6,13)).

Заботоченность сексом чаще демонстрируют женщины, пережившие сексуальное насилие, чем женщины, столкнувшиеся с другими видами насилия ($U=71,50$; $p\leq 0,05$; средний ранг в 1 группе (12,61) выше, чем во 2 (5,68)).

Выводы.

1. Основная гипотеза исследования о том, что женщины, пережившие опыт насилия, имеют специфические особенности модели женской сексуальности, не характерные для женщин, не сталкивавшихся с насилием, нашла подтверждение. Эти особенности обнаружены во всех компонентах модели женской сексуальности.

2. Женщины, пережившие насилие, демонстрируют более высокий уровень самообъективации в рамках телесного компонента модели женской сексуальности. Они чаще акцентируют внимание на своей внешности, оценивая себя в первую очередь по этому качеству, и воспринимают свое тело как инструмент для привлечения партнера. Для женщин, не подвергавшихся насилию, напротив, характерна большая сосредоточенность на внутренних качествах.

3. Женщины, переживавшие насилие, испытывают более выраженные трудности в установлении и соблюдении личных границ в сексуальных отношениях (экзистенциальный, поведенческий компоненты). Анализ показал, что они чаще соглашаются на нежелательный сексуальный контакт из-за страха отказа, чувства долга перед партнером или непонимания собственных желаний. Женщины, не сталкивавшиеся с насилием, демонстрируют большую уверенность в праве сказать «нет» и четче определяют свои границы.

4. В рамках поведенческого и когнитивного компонентов, женщины, переживавшие насилие, чаще реализуют такие модели поведения, как «заботоченность сексом» и «избегание секса», чем женщины, не имеющие опыта насилия. Для тех, кто с насилием не сталкивался, характерна умеренная значимость секса без выраженных крайностей.

5. Женщины, пережившие насилие, демонстрируют амбивалентность эмоций и чувств в сексуальной сфере чаще, чем женщины, не имеющие опыта насилия (эмоциональный, телесный, когнитивный и поведенческий

компоненты). Это выражается в одновременном сосуществовании возбуждения и страха, удовольствия и стыда и т.д. Женщины, не имеющие опыта насилия, чаще испытывают положительные или однозначные, внутренне непротиворечивые, чувства.

6. Модель сексуальности женщин, подвергавшихся насилию, характеризуется также неудовлетворенностью внешностью и телом, трудностями получения сексуального удовольствия (телесный компонент модели) и высокой частотой отрицательных эмоций в сексуальной сфере (эмоциональный компонент).

7. Озабоченность сексом и трудности в установлении и соблюдении личных границ в сексуальных отношениях больше выражены среди тех, кто пережил сексуальное насилие, чем среди тех, кто подвергался другим видам насилия.

8. Анализ состава акторов насилия показал, что среди них преобладают родители и партнеры. Знакомые и незнакомые мужчины, а также романтические партнеры чаще выступали субъектами сексуального насилия. Психологическое и физическое насилие преобладали, по словам респонденток, в семьях, причем первый вид насилия чаще совершали матери.

Список литературы:

1. Айзман Н.И. Особенности становления сексуальности у студенток вуза и ее гармонизация в условиях психологического воздействия: дис. ... канд. психол. наук. Томск, 2012. 297 с.
2. Айзман Н.И. Структура, функции и уровень сформированности сексуальности у студенток вуза // СибСкрипт. 2019. № 1 (77). С. 44-55.
3. Андреева Е.Н., Шереметьева Е.В. Проблема женской сексуальности // Проблемы репродукции. 2019. № 25 (3). С. 40-50.
4. Докучаева О.О. Психотравмирующие последствия переживания эмоционального насилия у женщин молодого и среднего возрастов // Молодой учёный. 2023. № 13 (460). С. 322-328.
5. Костина Л.Н. Психологические аспекты расследования групповых преступлений несовершеннолетних // Юридическая психология. 2006. № 2. С. 11-16.
6. Петров В.Е. Психологическая диагностика особенностей личности женщин, проживающих лиминальные периоды: учебно-методическое пособие. М.: Издательство «Перо», 2025. 62 с.
7. Психологическая поддержка участников вооруженных конфликтов: учебное пособие / Т.Н. Березина, Д.В. Деулин, К.И. Дьячук [и др.]; под общ. ред. М.И. Марьина, В.Е. Петрова. М.: КноРус, 2025. 308 с.
8. Соляник В.В. Домашнее насилие в России: общая характеристика // The Scientific Heritage. 2021. № 65-4 (65). С. 16-18.
9. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001. 272 с.
10. Тухтаева Д.А., Луковцева З.В. Психологические особенности взрослых, переживших сексуальное насилие в детском или подростково-юношеском возрасте // Психология и право. 2024. Т. 14. № 1. С. 33-52.
11. Щучинов О.С. Властные аспекты нормативной женской сексуальности: социологический анализ: диссертация ... кандидата социологических наук. Ижевск, 2005. 153 с.

12. Kearney-Cooke A., Ackard D.M. The effects of sexual abuse on body image, self-image, and sexual activity of women //The journal of gender-specific medicine: JGSM: the official journal of the Partnership for Women's Health at Columbia. 2000. T. 3. № 6. P. 54-60.

13. Slavič T.R. Adult sexual dynamics in persons with the history of sexual abuse // Uniwersytet Opolski, 2019. № 9. P. 53-70.

References:

1. Aizman N.I. Features of the formation of sexuality among university students and its harmonization in the context of psychological impact: dis. ... kand. psychological sciences. Tomsk, 2012. 297 p.
2. Aizman N.I. The structure, functions and level of sexuality formation in university students // SibScript. 2019. № 1 (77). P. 44-55.
3. Andreeva E.N., Sheremeteva E.V. The problem of female sexuality // Problems of reproduction. 2019. № 25 (3). P. 40-50.
4. Dokuchaeva O.O. The traumatic effects of experiencing emotional violence in young and middle-aged women // Young Scientist. 2023. № 13 (460). P. 322-328.
5. Kostina L.N. Psychological aspects of the investigation of group crimes of minors // Legal psychology. 2006. № 2. P. 11-16.
6. Petrov V.E. Psychological diagnostics of personality characteristics of women living in liminal periods: an educational and methodical manual. Moscow: Publishing house «Pero», 2025. 62 p.
7. Psychological support for participants in armed conflicts: a textbook / T.N. Berezina, D.V. Deulin, K.I. Dyachuk [et al.]; under the general editorship of M.I. Maryin, V.E. Petrov. Moscow: KnoRus, 2025. 308 p.
8. Solyanik V.V. Domestic violence in Russia: general characteristics // The Scientific Heritage. 2021. № 65-4 (65). P. 16-18.
9. Tarabrina N.V. Practicum on psychology of post-traumatic stress. St. Petersburg: Peter, 2001. 272 p.
10. Tukhtaeva D.A., Lukovtseva Z.V. Psychological characteristics of adults who have experienced sexual violence in childhood or adolescence // Psychology and Law. 2024. Vol. 14. № 1. P. 33-52.
11. Shchuchinov O.S. The power aspects of normative female sexuality: a sociological analysis: dissertation ... Candidate of Sociological Sciences. Izhevsk, 2005. 153 p.
12. Kearney-Cooke A., Ackard D.M. The effects of sexual abuse on body image, self-image, and sexual activity of women //The journal of gender-specific medicine: JGSM: the official journal of the Partnership for Women's Health at Columbia. 2000. T. 3. № 6. P. 54-60.
13. Slavič T.R. Adult sexual dynamics in persons with the history of sexual abuse // Uniwersytet Opolski, 2019. № 9. P. 53-70.

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Поздняков В.М., Петров В.Е.</i> Вызовы психологической науке в экстремальном мире: предисловие к сборнику.....	3
---	---

Раздел I. Экстремальная психология в условиях современных вызовов личности, обществу и государству

<i>Поздняков В.М., Кокурин А.В.</i> О тенденциях в изучении современными зарубежными психологами деструктивных влияний в цифровой среде.....	7
<i>Абрамова М.А.</i> Психологические проблемы деятельности волонтёров Российского Красного Креста.....	15
<i>Деулин Д.В.</i> Изучение взаимосвязи девиантного поведения со склонностью к экстремизму у студентов.....	20
<i>Елисеева И.Н., Тарасов Д.Л.</i> Некоторые особенности мировоззренческих представлений участников боевых действий.....	25
<i>Карпова Е.М.</i> Социально-психологические факторы агрессивного поведения подростков.....	31
<i>Маркова М.И.</i> Патриотизм в системе ценностей подростков – будущих защитников Отечества.....	37
<i>Ордина А.А.</i> Особенности профессиональной ориентации подростков из неблагополучных семей.....	44
<i>Ульянина О.А., Степанюк Е.И.</i> Факторы адаптации педагогов новых регионов к профессиональной деятельности в условиях интеграции в образовательное пространство России.....	51
<i>Финогенова Т.А.</i> Психологические последствия и условия преодоления субъективного восприятия террористической угрозы.....	60
<i>Хамидуллина Л.И.</i> Копинг-поведение при посттравматическом стрессе у участников специальной военной операции.....	67

Раздел II. Прикладные аспекты психологического обеспечения профессий особого риска

<i>Агафонова А.С.</i> Профессионально значимые личностные качества кадет – будущих специалистов экстремального профиля.....	73
<i>Алекберова Г.И.</i> Готовность к деятельности в экстремальных условиях как ресурс психологической безопасности пожарных-спасателей.....	79
<i>Гакова Е.В.</i> Психологическая реабилитация участников боевых действий как условие социальной адаптации.....	85
<i>Грищенко Л.Л., Матюхин О.И.</i> Эмоциональное выгорание сотрудников МВД России и пути его преодоления.....	91
<i>Голованова У.А.</i> Ценностно-смысловые ориентации и профессиональное долголетие сотрудников полиции.....	98
<i>Жезлова А.А.</i> Эмоциональный интеллект и коммуникативная компетентность в деятельности сотрудников полиции.....	103

<i>Жигайлова А.С.</i> Самореализация сотрудников органов внутренних дел в контексте проблем профессионального выгорания.....	110
<i>Колпашникова А.А., Поздняков В.М.</i> Информационно-психологическая безопасность личности кадет старшего школьного возраста.....	117
<i>Кузьмина Т.И.</i> Психологические аспекты входного контроля обучающих по программам для операторов беспилотных летательных аппаратов.....	123
<i>Мухина Е.С.</i> Развитие военно-профессиональной мотивации у студентов образовательных организаций.....	130
<i>Назриева А.П.</i> Исследование смысложизненных ориентиров студентов-спасателей.....	140
<i>Петров В.Е., Лучинина В.Д.</i> Исследование особенностей личности, определяющих социально-психологическую реадаптацию участников боевых действий в трудовых коллективах.....	144
<i>Петров В.Е., Соколова А.А.</i> Диагностическая оценка степени выраженности моральной травматизации у представителей силовых ведомств.....	154
<i>Хадду А.В.</i> Слагаемые профессионализма кризисных волонтёров-психологов.....	167
<i>Верховская Д.Д.</i> Предпосылки успешности соревновательной деятельности боксёра.....	175
<i>Галин К.О., Петров В.Е.</i> Психологические факторы, влияющие на принятие решений в автоспорте.....	181
<i>Курских В.С.</i> Саморегуляция как основа профилактики спортивного стресса в период соревнований.....	186

Раздел III. Теория и практика экстренной и кризисной психологической помощи

<i>Авилова А-М. И.</i> Психологическая профилактика суициального поведения в раннем юношеском возрасте с использованием технологий виртуальной реальности.....	192
<i>Брагина Т.В.</i> Личностные особенности подростков группы суициального риска.....	199
<i>Борисова О.А.</i> Взаимосвязь Интернет-зависимости и психологической адаптации подростка в образовательной среде школы.....	204
<i>Гуськова Г.В.</i> Формирование навыков коммуникативного взаимодействия у обучающихся подросткового возраста как условие психологической безопасности личности в образовательной среде.....	210
<i>Дергачева Н.Г.</i> Акцентуации характера как фактор риска нарушения социально-психологической адаптации старших подростков в образовательной среде колледжа.....	217
<i>Заленская Д.А., Поздняков В.М.</i> Особенности Я-идентичности у подростков со склонностью к Интернет-зависимому поведению.....	224
<i>Евменкова Т.А.</i> Психологические особенности переживания горя подростками в ситуации утраты.....	230

<i>Ермолаева А.В.</i> Особенности верbalной коммуникации и барьеры взаимодействия при оказании психологической помощи пострадавшим в экстремальной ситуации.....	235
<i>Корнеева И.Е.</i> Взаимосвязь академической прокрастинации и перфекционизма у студентов вузов.....	242
<i>Кравченко П.М.</i> Переживание горя как события жизненного пути личности в период средней взрослости.....	249
<i>Крылова В.С.</i> Социально-психологические детерминанты отклоняющегося поведения подростков из дисфункциональных семей.....	256
<i>Кузьмина Е.В.</i> Особенности учебной мотивации и смысложизненных ориентаций у курдских школьников, обучающихся в русскоязычной школе.....	263
<i>Лаас К.С., Коростылева А.В.</i> Влияние погружения в True Crime-контент на уровень тревожности у студентов.....	270
<i>Малышева О.В.</i> Особенности профессионального самоопределения подростков с задержкой психического развития.....	276
<i>Мельникова Н.В.</i> Особенности психологических защитных механизмов и копинг-стратегий у старшеклассников с разным уровнем предэкзаменационного стресса.....	281
<i>Миронова Е.А.</i> Особенности аддиктивного поведения у подростков из неблагополучных семей.....	289
<i>Никитина А.Ф.</i> Проявления тревожности у младших школьников в условиях социально-реабилитационного центра.....	295
<i>Потешкин Д.И.</i> Проблема профилактики виктимизации обучающихся.....	301
<i>Фишиман М.Р.</i> Особенности модели сексуальности у молодых женщин, переживших насилие.....	309

Научное издание

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНОМ МИРЕ

Материалы IV научного форума
с международным участием

27 ноября 2025 года

Компьютерная верстка *Д.И. Саральпова*

Форма 60×90_{1/8} Гарнитура «Times»
Электронное издание. Печать по требованию.