

ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
VII Международной научно-практической
конференции
(15–16 июня 2023 г.)

Ставрополь
Издательство
Северо-Кавказского федерального университета
2023

УДК 159.9: 331.103.3
ББК 88.4 я43
Л 54

Печатается по решению
редакционно-издательского совета
Северо-Кавказского федерального
университета

Редакционная коллегия:
Т. Н. Банщикова, М. Л. Соколовский

Личностные и регуляторные ресурсы человека в условиях
Л 54 **социальных вызовов** : материалы VII Международной научно-
практической конференции (15–16 июня 2023 г.) – Ставрополь:
Изд-во СКФУ, 2023. – 298 с.

ISBN 978-5-9296-1209-1

Материалы сборника отражают результаты фундаментальных и прикладных исследований в области психологии саморегуляции. В статьях представлены современные направления исследований личностных и регуляторных ресурсов человека в современных условиях трансформации образования, проблемы личностных и регуляторных ресурсов человека в условиях современных профессиональных вызовов, освещаются вопросы ресурсов психологического здоровья человека в ситуациях неопределенности.

Адресован психологам, педагогам, социологам, социальным работникам, руководителям организаций, а также всем тем, кого интересуют актуальные проблемы ресурсов человека.

Personal and regulatory resources of a person in the conditions of social challenges : Proceedings of the VII International Scientific and Practical Conference (June 15-16, 2023). – Stavropol: Publisher NCFU, 2023. – 298 p.

Materials of the collection reflect the results of fundamental and applied research in the field of self-regulation psychology. The articles present modern directions of research of personal and regulatory resources of a person in modern conditions of education trans-formation, problems of personal and regulatory resources of a person in conditions of modern professional challenges, highlight the issues of resources of psychological health of a person in situations of uncertainty.

It is addressed to psychologists, teachers, sociologists, social workers, heads of organizations, as well as to all those who are interested in actual problems of human resources.

УДК 159.9:331.103.3
ББК 88.4 я43

*Сборник издан при финансовой поддержке РФФ,
проект № 22-28-00975*

ISBN 978-5-9296-1209-1

© Коллектив авторов, 2023
© Северо-Кавказский федеральный
университет, 2023

СЕКЦИЯ 1
**ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ
ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ
ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ**

**ВЛИЯНИЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ
НА ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ
СОСТОЯНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ**

Н.Н. Алигаева

Академия ФСИИ России, г. Рязань, Россия

Аннотация. В статье представлены основные результаты эмпирического исследования особенностей саморегуляции психических состояний обучающихся высшей школы. Образовательные учреждения являются психолого-педагогической средой с определенными условиями для становления личности. Однако его формирование начинается намного раньше, в семейном кругу. Детско-родительские отношения способны оказывать влияние на особенности саморегуляции состояний человека. В пилотном эмпирическом исследовании приняли участие студенты-психологи Института подготовки государственных и муниципальных служащих Академии ФСИИ России в количестве 30 человек. В качестве методик исследования использованы анкетирование, опросники «Стратегии семейного воспитания», «Стиль саморегуляции поведения В.И. Моросановой. Для детско-родительских отношений студентов-психологов преимущественно характерен авторитетный («демократический», «сотрудничество») стиль общения (66,33 %), который поощряет личную ответственность и самостоятельность, формирует правильное, ответственное социальное поведение детей. Общий уровень саморегуляции является высоким: обучающиеся самостоятельны, гибки, обладают высокой мотивацией к достижению цели, что способствует компенсации влияния различных препятствующих факторов; легче овладевают новыми видами активности. Высокие показатели были получены по следующим шкалам: «Планирование» (обучающиеся самостоятельно выдвигают цели, которые являются реалистичными, детализированными, устойчивыми и иерархичными) и «Оценивание результатов» (для обучающихся характерна устойчивость субъективных критериев оценки результатов деятельности, развитость и адекватность самооценки). Корреляционный анализ позволил выявить статистически значимые связи между показателями шкал «Авторитарный стиль» и «Планирование» ($r = 0.46, p < 0,01$), «Авторитарный стиль» и «Моделирование» ($r = 0.40, p < 0,05$), «Индифферентный стиль» и «Самостоятельность» ($r = 0.38, p < 0,05$), а также обратные корреляционные связи между шкалами «Либеральный стиль» и «Гибкость» ($r = -0.39, p < 0,05$). Используемый родителями студентов авторитетный стиль отношения позволил им выработать такой стиль регуляции поведения, который основан на доводах и убеждениях, социальных нормах и правилах, нравственной и моральной ответственности, что является достаточно значимым для будущих специалистов в области психологии.

Ключевые слова: психические состояния, саморегуляция, детско-родительские отношения, обучающиеся высшей школы, студенты-психологи.

INFLUENCE OF CHILD-PARENT RELATIONS ON THE FEATURES OF SELF-REGULATION OF MENTAL STATES OF HIGHER SCHOOL STUDENTS

N.N. Aligaeva

Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan, Russia

Abstract. This article presents the main results of an empirical study of the features of self-regulation of mental states of students of higher education. Educational institutions are a psychological and pedagogical environment with certain conditions for the formation of a personality. However, its formation begins much earlier, in the family circle. Child-parent relationships can influence the features of self-regulation of human states. The pilot empirical study involved 30 students-psychologists of the Institute for the Training of State and Municipal Employees of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia. Questioning, questionnaires "Strategies of family education", "Style of self-regulation of behavior V.I. Morosanova", were used as research methods. The child-parent relationship of psychology students is predominantly characterized by an authoritative ("democratic", "cooperation") style of communication (66.33%), which encourages personal responsibility and independence, forms the correct, responsible social behavior of children. The general level of self-regulation is high: students are independent, flexible, highly motivated to achieve the goal, which helps to compensate for the influence of various obstacles, and it is easier to master new types of activity. High scores were obtained on the following scales: "Planning" (students independently put forward goals that are realistic, detailed, stable and hierarchical) and "Evaluation of results" (students are characterized by the stability of subjective criteria for evaluating performance, development and adequacy of self-assessment). Correlation analysis revealed statistically significant relationships between the indicators of the scales "Authoritarian style" and "Planning" ($r = 0.46, p < 0.01$), "Authoritarian style" and "Modeling" ($r = 0.40, p < 0.05$), "Indifferent style" and "Independence" ($r = 0.38, p < 0.05$), as well as inverse correlations between the scales "Liberal style" and "Flexibility" ($r = -0.39, p < 0.05$). The authoritative style of attitude used by the students' parents allowed them to develop a style of behavior regulation that is based on arguments and beliefs, social norms and rules, moral and moral responsibility, which is quite significant for future specialists in the field of psychology.

Keywords: mental states, self-regulation, parent-child relations, higher education students, psychology students.

Введение. Быстрый темп развития жизни и ускоренный процесс информатизации приводит к установлению коротких сроков для выполнения учебных заданий, дедлайнам в реализации проектов, что приводит к постоянному напряженному состоянию и необходимости применения различных способов саморегуляции (Гнездилова, 2021; Прохоров и др., 2020).

Детско-родительские отношения, являясь первичной системой социальных отношений, играют значимую роль в формировании структур самосознания и саморегуляции. Изучение данных отношений дает возможность

выявить специфические факторы, оказывающие воздействие на развитие позитивных/негативных стилей саморегуляции, и способы их коррекции для успешной адаптации студентов к сложным жизненным ситуациям.

Методы. Основными методами данного исследования являются анкетирование и тестирование. Для выявления основного стиля воспитания в семье студентов применяли опросник «Стратегии семейного воспитания», для диагностики развития индивидуальной саморегуляции использовали опросник «Стиль саморегуляции поведения В.И. Моросановой». В эмпирическом исследовании приняли участие студенты-психологи Института подготовки государственных и муниципальных служащих Академии ФСИН России в количестве 30 человек в возрасте от 19 до 22 лет.

Результаты. С помощью опросника «Стратегии семейного воспитания» было выявлено, что для детско-родительских отношений студентов-психологов преимущественно характерен авторитетный стиль воспитания (66,33%), который характеризуется поощрением личной ответственности ребенка родителями, его самостоятельности, принятием участия в обсуждении семейных проблем. Родители стремятся обучить детей осмысленному поведению, проявляют заботу и справедливость, что способствует развитию социально одобряемого поведения (рис. 1).

Вторым по распространенности стилем воспитания выступает либеральный (16,33%). Детям предоставляется больше свободы, прощаются их слабости и ошибки. Родители доверяют детям, не испытывают сложностей в общении, не ставят запретов и ограничений.

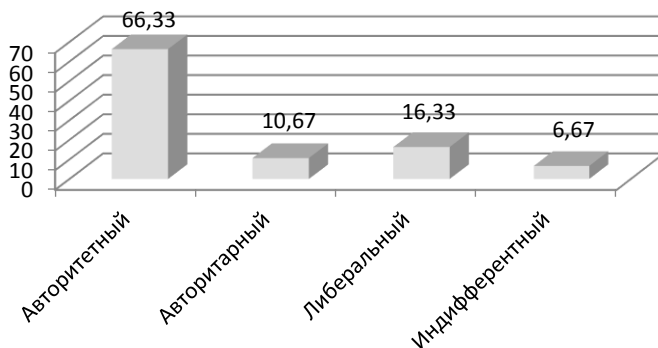


Рис. 1. Стратегии семейного воспитания

При оценке стиля саморегуляции поведения было выявлено, что для студентов-психологов преобладающими являются планирование (17,94 %) и оценка результатов (17,58%). Общий уровень саморегуляции является высоким: обучающиеся самостоятельны, гибки, обладают высокой моти-

вазией к достижению цели, что способствует компенсации влияния различных препятствующих факторов, легче овладевают новыми видами активности (рис. 2).

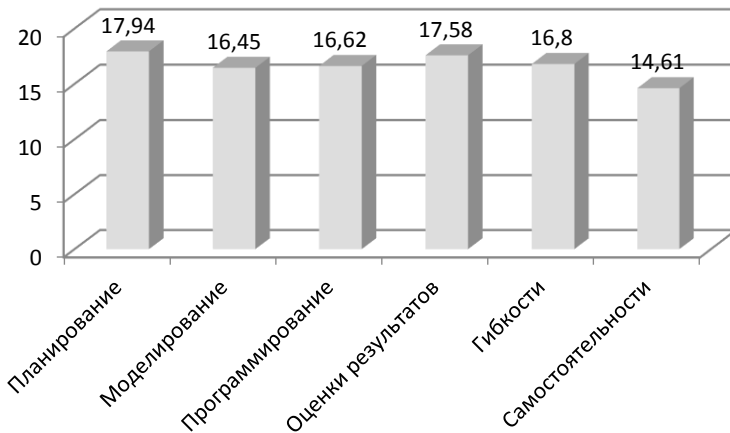


Рис. 2. Стиль саморегуляции поведения

Также были выявлены статистически значимые корреляционные связи между показателями шкал «Авторитарный стиль» и «Планирование» ($r = 0.46, p < 0,01$), «Авторитарный стиль» и «Моделирование» ($r = 0.40, p < 0,05$), «ИнDIFFерентный стиль» и «Самостоятельность» ($r = 0.38, p < 0,05$). Обратные корреляционные связи получены между шкалами «Либеральный стиль» и «Гибкость» ($r = -0.39, p < 0,05$).

Обсуждение. Авторитетный стиль отношения в семье позволил детям выработать такой стиль регуляции поведения, который основан на доводах и убеждениях, социальных нормах и правилах, нравственной и моральной ответственности. Высокие показатели по шкале «Планирование» подразумевают, что обучающиеся самостоятельно выдвигают цели, которые являются реалистичными, детализированными, устойчивыми и иерархичными. Высокие показатели по шкале «Оценивание результатов» обозначают, что для обучающихся характерна устойчивость субъективных критериев оценки результатов деятельности, развитость и адекватность самооценки. Данные характеристики являются достаточно значимыми для будущих специалистов в области психологии.

Выводы. Используемые родителями стратегии семейного воспитания отражаются в применяемых студентами стилях саморегуляции при взаимодействии со стрессовыми и сложными жизненными ситуациями. Данные особенности можно использовать при разработке и реализации

программ психопрофилактической и психокоррекционной работы с обучающимися высшей школы.

Библиографический список

1. Гнездилова А.А. Особенности влияния детско-родительских отношений на успешность адаптации студентов первокурсников // *Инновационная наука: Психология, Педагогика, Дефектология*. 2021. №1. С. 20-35. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2021-4-1-20-35>
2. Прохоров А.О., Чернов А.В., Юсупов М.Г. Особенности саморегуляции состояний студентов с различным уровнем регуляторных способностей // *Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*. 2020. Т. 30. №2. С. 132–142. <https://doi.org/10.35634/2412-9550-2020-30-2-132-142>

КОНТРОЛЬ ПОВЕДЕНИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Г.А. Виленская

Институт психологии РАН, г. Москва, Россия

Актуальность. Младший школьный возраст предъявляет новые серьезные требования к контролю поведения детей, в том числе, в области социальных отношений. Контроль поведения играет важную роль в развитии социальной компетентности ребенка, которая, в свою очередь, тесно связана с его успешностью и психологическим благополучием. Однако младший школьный возраст относительно мало исследован (по сравнению с дошкольным или подростковым) с точки зрения развития контроля поведения, социальной компетентности, роли контроля поведения во взаимоотношениях со сверстниками. Цель исследования – изучить связь контроля поведения младших школьников с успешностью их социальных отношений со сверстниками как компонентом социальной компетентности детей. Выявить взаимосвязи контроля поведения младших школьников с их взаимоотношениями со сверстниками и с оценками их поведения учителями. Методы. Контроль поведения оценивался с использованием опросника для родителей BRIEF (адаптация Е.Л. Гориной и Т.А. Ахутиной), отношения со сверстниками — при помощи социометрии. Характер и успешность социального взаимодействия детей верифицировались при помощи экспертной оценки учителя (классного руководителя). В исследовании участвовали 73 ученика 3-4 классов одной из подмосковных школ (9-11 лет). Были получены следующие результаты. Контроль поведения младших школьников положительно связан с социометрическим статусом детей, дети с низким контролем чаще оказываются отвергаемы или изолированы. Детей с более высоким контролем поведения учителя оценивают как менее поддающихся влиянию и менее подверженных насмешкам, однако детей со слабым контролем эмоций учителя считают чаще ведущими себя просоциально. Таким образом, регуляция поведения и контроль поведения как ее субъектный уровень играют важную роль в социальной адаптации и успешности младших школьников. Для более полного понимания механизма формирования социальной компе-

тентности необходимо исследовать также другие ее факторы, например, успешность детей в социальном познании.

Ключевые слова: младшие школьники, контроль поведения, социальная компетентность.

BEHAVIOR CONTROL AND SOCIAL COMPETENCE IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN

G.A. Vilenskaya

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia

Abstract. Primary school age makes new serious demands on the control of children's behavior, including in the field of social relations. Behavioral control plays an important role in the development of a child's social competence, which, in turn, is closely related to his success and psychological well-being. However, primary school age has been relatively little studied (compared to preschool or adolescence) in terms of the development of behavior control, social competence, and the role of behavior control in relationships with peers. The purpose of the study is to study the connection between the control of the behavior of younger schoolchildren and the success of their social relations with peers as a component of children's social competence. To reveal the relationship between the control of the behavior of younger students with their relationships with peers and with the assessment of their behavior by teachers. Methods. Behavior control was assessed using the BRIEF questionnaire for parents (adapted by E.L. Gorina and T.A. Akhutina), peer relationships were assessed using sociometry. The nature and success of the children's social interaction was verified with the help of an expert assessment of the teacher (class teacher). The study involved 73 students in grades 3-4 of one of the schools near Moscow (9-11 years old). The following results were obtained. The control of the behavior of younger schoolchildren is positively associated with the sociometric status of children; children with low control are more likely to be rejected or isolated. Children with higher behavioral control are judged by teachers to be less influencing and less prone to ridicule, but children with less emotional control are judged by teachers to be more likely to behave prosocially. Thus, the regulation of behavior and the control of behavior as its subjective level play an important role in the social adaptation and success of younger students. For a more complete understanding of the mechanism of formation of social competence, it is also necessary to study its other factors, for example, the success of children in social cognition.

Keywords: younger schoolchildren, behavior control, social competence.

Введение. Социальная компетентность является одним из важнейших факторов, определяющих жизненную успешность, эффективность и психологическое благополучие человека. Школьный возраст оказывается периодом весьма сензитивным к ее формированию. Необходимость устанавливать социальные взаимоотношения как с коллективом сверстников, так и с неродственными взрослыми; иной, по сравнению с семейными, характер этих взаимоотношений; высокая их значимость для личностного развития ребенка делают вопросы исследования развития социальной

компетентности в школьном возрасте высокоактуальными. Большинство авторов определяют социальную компетентность как способность успешно взаимодействовать с другими людьми (Юдина, Алехина, 2022). Способность управлять своим поведением, регулировать эмоции, планировать взаимодействие, воспринимать и оценивать обратную связь о своем поведении является необходимым условием успешного социального взаимодействия (Razza, Blair, 2009).

Мы предприняли попытку выяснить, как соотносятся оценки саморегуляции детей, данные родителями, с социометрическими оценками от сверстников и оценками поведения, данными учителями.

Саморегуляция рассматривается нами в рамках системно-субъектного подхода как контроль поведения – психологический уровень саморегуляции, опирающийся на ресурсы человека (Сергиенко, Виленская, 2018).

Мы предполагали, что контроль поведения младших школьников будет положительно связан с позитивными социометрическими выборами и отрицательно – с негативными. Также мы предполагали, что детей с более высокими оценками контроля поведения учителя будут оценивать как менее поддающихся чужому влиянию, менее агрессивных и более популярных.

Выборка и методы. В исследовании участвовали 73 ученика 3-4 классов одной из подмосковных школ, 31 девочки, возраст 108-165 мес. ($M=121$ мес., $SD=9,65$).

Родители школьников подписывали индивидуальное информированное согласие на участие своего ребенка в исследовании.

Для оценки контроля поведения использовался опросник BRIEF в адаптации Гориной и Ахутиной (Опросник для оценки функций программирования и контроля у детей, 2019). Он включает 8 шкал, оценивающих различные стороны регуляции, как когнитивной, так и эмоциональной, и отчасти волевой; поэтому мы сочли возможным использовать ее для оценки контроля поведения детей младшего школьного возраста.

Социальная компетентность подростков оценивалась с помощью анкеты для учителя, включавшей вопросы о социальном поведении ребенка – негативных его аспектах (как часто ребенок ведет себя агрессивно, обманывает, оказывается объектом насмешек, насколько поддается влиянию) и позитивных (как часто ребенок помогает другим или к нему обращаются за помощью, насколько легко ребенку убедить сверстников в чем-то, насколько он популярен среди сверстников). Оценка производилась по шкале от 1 до 10, где 1 балл соответствовал минимальной степени выраженности изучаемого параметра, а 10 – максимальной.

Для оценки популярности в кругу сверстников использовался социометрический метод: детям задавали вопросы о том, кого они хотели бы/не хотели позвать на день рождения, кого позвали бы/не позвали в новую школу, если бы была возможность и прямой вопрос о том, кто наиболее/наименее

популярный в классе. Для каждого участника исследования подсчитывались социометрические статусы по общему количеству выборов.

Для оценки взаимосвязей показателей использовался коэффициент r Спирмена (пакет статистических программ STATISTICA 6.0), применялась поправка Бенджамини-Хохберга для множественных сравнений.

Результаты. Чем выше оценки импульсивности, тем с большей вероятностью ребенка не позовут в другую школу ($r = 0,36$, $p = 0,02$) и на уровне тенденции – на день рождения ($r = 0,29$, $p = 0,1$). Активные, инициативные дети реже оказываются среди неприглашенных на день рождения ($r = -0,44$, $p = 0,005$) и среди тех, кого не позовут в другую школу ($r = -0,39$, $p = 0,02$). Однако связь оценок популярности с контролем поведения оказалась парадоксальна: более популярны дети, которые не отслеживают воздействие своих поступков на окружающих ($r = 0,28$, $p = 0,1$).

При сопоставлении оценок учителей и контроля поведения детей, нам пришлось исключить протокол одного класса из-за высокой социальной желательности ответов учителя. Поэтому в этой части исследования участвовали 48 детей. Обнаруженные взаимосвязи значимы только на уровне тенденции. Частично наши предположения подтвердились. Дети с низким контролем импульсивности чаще поддаются влиянию сверстников ($r = 0,42$, $p = 0,07$). Они также чаще становятся объектом насмешек ($r = 0,45$, $p = 0,08$), наряду с детьми со слабыми навыками оценки обратной связи от своего поведения ($r = 0,35$, $p = 0,1$). Неожиданными оказались более высокие оценки просоциального поведения детей со слабым контролем эмоций ($r = 0,42$, $p = 0,07$) и рабочей памятью ($r = 0,41$, $p = 0,05$).

Обсуждение результатов. Связи контроля поведения с социометрическими оценками сверстников в целом оказались ожидаемыми. Дети со слабым контролем поведения оказываются менее желательными партнерами по общению. Однако такие дети оцениваются сверстниками как более популярные. Возможно, дети считают популярными не тех, кто успешен в общении, а тех, кто привлекает к себе наибольшее внимание.

Среди связей контроля поведения с оценками учителей также есть ожидаемые: детей со слабым контролем импульсивности и низкими навыками оценки обратной связи учителя оценивают как в большей мере подверженных влиянию сверстников и чаще подвергающихся насмешкам. Вызывает вопрос связь просоциального поведения с низкими баллами в разных аспектах контроля поведения. Необходимо отметить, что распределение оценок учителей в целом смешенное, и такое смешение может объясняться проявлением социальной желательности в ответах (Ryan et al., 2021) (низкие баллы преобладают в ответах на вопросы об агрессии, подверженности насмешкам, склонности к обману, высокие – в ответах на вопросы о просоциальном поведении, популярности). Возможно, именно в ответах на вопрос о просоциальном поведении социальная желательность проявилась наиболее

ярко. Еще один источник несогласованности: возможно, одно и то же поведение родители интерпретируют как эмоциональную нестабильность, а учителя – как проявление просоциальности.

Выводы. Младший школьный возраст является временем активного формирования социальной компетентности. Различные аспекты контроля поведения вносят существенный, но неоднородный вклад в социальную компетентность младших школьников. Низкий контроль импульсивности имеет негативные связи с социальной компетентностью по мнению и сверстников, и учителей, однако слабый контроль эмоций, напротив, ассоциируется с популярностью среди сверстников и с просоциальным поведением, по мнению учителей. Необходимо дальнейшее изучение вклада саморегуляции в социальную компетентность младших школьников, с использованием разных способов и источников диагностики социальной компетентности и контроля поведения.

Библиографический список

1. Опросник для оценки функций программирования и контроля у детей: методическое руководство / сост. и пер. Е.Ю. Гориной; под ред. Т.В. Ахутиной. М.: Теревинф, 2019.

2. Сергиенко Е. А., Виленская Г. А. Контроль поведения – интегративное понятие психической регуляции // Разработка понятий современной психологии / Отв. ред. Е.А. Сергиенко, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 343–378.

3. Юдина Т.А., Алехина С.В. К проблеме доказательной психологической оценки социальной компетентности школьников в инклюзивном образовании [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2022. Т.11, № 4. С. 41–50. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2022110404>

4. Razza R.A., Blair C. Associations among false-belief understanding, executive function, and social competence: a longitudinal analysis // *J. Appl. Dev. Psychol.*, 2009. Vol. 30, № 3. P. 332–343).

5. Ryan A.M., Brdburn J., Bhatia S., Beals E., Boyce A.S., Martin N., et al. In the eye of the beholder: considering culture in assessing the social desirability of personality // *J. Appl. Psychol.* 2021. Vol. 106. P. 452–466.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ РАЗНЫХ ТИПАХ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ И УРОВНЯХ ПРИТЯЗАНИЙ У СТУДЕНТОВ

А.В. Емельяненко, П.В. Марушкина

Ульяновский государственный университет, г. Ульяновск, Россия

Аннотация. Интерес к теме исследования связан с запросом как преподавателей вузов, так и работодателей относительно личностных и регуляторных ресурсов современных студентов. Умение ставить цель и стремиться к ее достижению, реалистично оценивать свои ожидания и развивать свой профессиональный потенциал раскрывается в исследовании через понятия целеполагания и уровня притязания. Целью стало изучение результативности деятельности при разных типах целеполагания и уровнях притязаний студентов, а также взаимосвязь уровня притязаний личности, компонентов мотивационной структуры и локуса контроля. В качестве методов выступили эксперимент, использованы психодиагностические методики «Оценка уровня притязаний» В.К. Гербачевского и «Методика исследования локуса контроля» в адаптации О.П. Елисеева, корреляционный анализ Спирмена и U-критерий Манна-Уитни. Выборку составили 57 студентов Ульяновского государственного университета в возрасте от 18 до 22 года. В целях экспериментального исследования, в котором предлагалось для решения 8 логических задач за ограниченное время, испытуемые были разделены на три группы: с внешне заданной целью (решить не менее 6 задач), с самостоятельно поставленной целью (до начала решения задач), и без постановки цели (решить, сколько получится). Группа с самостоятельно поставленной целью показала статистически значимую высокую результативность по сравнению с испытуемыми «без цели», группа с внешне заданной целью – среднюю результативность. Наиболее сильные корреляционные взаимосвязи выявлены между результативностью и внутренним мотивом, волевым усилием и намеченным уровнем мобилизации усилий. Внутренний мотив личности оказался значимым для показателя результативности вне зависимости от типа целеполагания. Выявлена взаимосвязь уровня притязаний с интернальностью.

Ключевые слова: целеполагание, уровень притязаний, локус контроля.

PERFORMANCE OF ACTIVITIES UNDER DIFFERENT TYPES OF GOAL-SETTING AND LEVEL OF CLAIMS OF STUDENTS

A.V. Emelyanenkova, P.V. Marushkina

Ulyanovsk state University, Ulyanovsk, Russia

Abstract. Interest in the research topic is associated with the request of both university professors and employers regarding the personal and regulatory resources of modern students. The ability to set a goal and strive to achieve it, realistically assess one's expectations and develop one's professional potential - is revealed in the study through the concepts of goal setting and the level of aspiration. The goal was to study the effectiveness of activities with different types of goal-setting and the level of students' claims, as well as the relationship between the level of claims of the individual, the components of the motivational structure and the locus of control. The methods were the experiment and psychodiagnostic methods - "Assessment of the level of claims" by V.K. Gerbachevsky and "Method of studying the locus

of control" adapted by O.P. Eliseev, Spearman's correlation analysis and the Mann-Whitney U-test. The sample consisted of 57 students of Ulyanovsk State University aged 18 to 22. For the purposes of the experimental study, in which it was proposed to solve 8 logical problems in a limited time, the subjects were divided into three groups: with an externally set goal (to solve at least 6 problems), with their own goal (before solving problems), and without delivery goals (decide how much it will turn out). The group with the goal itself showed a statistically significant high performance compared to the subjects "without a goal", the group with an externally set goal showed an average performance. The strongest correlations were found between performance and internal motive, volitional effort and the planned level of mobilization of efforts. The internal motive of the personality turned out to be significant for the performance indicator, regardless of the type of goal setting. The relationship between the level of claims and internality is revealed.

Keywords: goal-setting, level of claims, locus of control.

Введение. Целеполагание как постановка цели и ее достижения – сложный и многогранный процесс, включающий в качестве одного из компонентов уровень притязаний, навык оценки себя, своих возможностей и ожиданий. Реалистичный уровень притязаний способствует определению эффективности, постановке адекватных целей и их достижению, определению ценности своего труда во всех сферах жизни личности, использованию коммуникативных навыков при общении с коллегами и клиентами, тем самым определяя профессиональный успех человека. Показателем успешного процесса целеполагания человека является гармоничность и согласованность целей (Братусь, 1997). Актуальность данного исследования заключается в определении влияния целеполагания на результативность деятельности, что поможет самому студенту как будущему профессионалу, его преподавателям в настоящее время и работодателям в ближайшее время грамотно использовать механизмы целеполагания для достижения максимальной эффективности работы.

Методы исследования. В качестве основного метода нами был выбран эксперимент как метод, позволяющий установить причинно-следственные связи между переменными. Испытуемым для решения в ограниченное время предлагалось 8 логических задач. Студенты, которые участвовали в исследовании (57 человек) были разделены на три группы: с внешне заданной целью (решить не менее 6 задач), с самостоятельно поставленной целью (до начала решения задач), и без постановки цели (решить, сколько получится). Для оценки их личностных и регуляторных ресурсов использовались психодиагностические методики – «Оценка уровня притязаний» В.К. Гербачевского и «Методика исследования локуса контроля» в адаптации О.П. Елисеева. Обработка результатов проводилась с помощью корреляционного анализа и критерия Манна-Уитни.

Результаты. Из трех групп респондентов, наиболее результативными оказались студенты с самостоятельно поставленной целью (в частности, по

сравнению с испытуемыми «без цели» ($p \leq 0.01$). Можно в какой-то мере назвать этот тип целеполагания интегральным, так как мы сами сподвигли студентов к постановке цели. У студентов с жестким типом целеполагания средняя результативность, что говорит о неабсолютной детерминации цели в процессе труда; не менее важными и увеличивающими эффективность являются личные мотивы: в совокупности с целеполаганием они дают максимальный результат. Студенты «без цели» выполняли непрогнозируемый объем работы, они не руководствовались результатом, а старались получить удовольствие от процесса, что не всегда определяет высокую результативность. В целом все группы оказались мотивированы внешними факторами выполнения деятельности, что объяснимо рамками проведенного исследования. Вместе с тем, по шкалам методики В.К. Гербачевского, отличительной явилась разница в показателях внутреннего мотива у второй и третьей групп: под влиянием поставленной цели, у второй группы сформировались частные внутренние мотивы, чего не произошло в группе студентов «без цели». При корреляционном анализе, внутренний мотив личности оказался значимо связанным с показателями результативности вне зависимости от типа целеполагания, наряду с волевым усилием и намеченным уровнем мобилизации усилий.

Обсуждение. Исследования целеполагания во взаимосвязи с мотивационными и ценностными ориентациями (Воробьева, 2009), личностными устремлениями (Жемчугов, 2012) пользуются непрекращающимся интересом у исследователей. Отмечается, что одним из важных аспектов процесса целеполагания является определение человеком личностного смысла своей деятельности, включение внутреннего локуса контроля. В ряде исследований были получены взаимосвязи показателей интернальности-экстернальности с карьерным целеполаганием у студентов (Поваренков, Фадеева, 2022), по нашим результатам выявлена взаимосвязь с уровнем притязаний студентов, а также с познавательным мотивом, который характеризуется, в том числе, заинтересованностью в результатах своей деятельности. Студентам с внутренним локусом привычно брать ответственность за себя и результаты своей деятельности, и познавательный мотив у них выше. Вместе с тем, познавательный мотив не показал различий при вариациях с результативностью.

Выводы. Студенты, имеющие цель, которую они поставили самостоятельно, прилагают меньше волевых усилий, и их поведение больше детерминировано личными целями. Средние показатели студентов с внешним типом целеполагания говорят о неабсолютной детерминации цели в процессе труда, не менее важными и увеличивающим эффективность являются личные мотивы – в совокупности с целеполаганием они дают максимальный результат. «Без цели» студенты выполняют непрогнозируемый объем работы, они не руководствуются результатом, а стараются получить удовольствие от процесса, что не детерминирует высокую результативность. Полученные результаты по экспериментальному исследованию, а так же взаимосвязи уровня

притязаний личности, компонентов мотивационной структуры и локуса контроля будут интересны для дальнейшего изучения на выборках студентов, начинающих специалистов и успешных профессионалов.

Библиографический список

1. Братусь Б.С. О механизмах целеполагания // Вопросы психологии. 1997. № 2. С.32–38.
2. Воробьева И.Н. Взаимосвязь между целеполаганием и ценностными ориентациями у менеджеров // Акмеология. 2009. №2. С. 71–74.
3. Жемчугов А.М. Фиктивные цели и конечные результаты // Проблемы экономики и менеджмента. 2012. №12. С. 3–10.
4. Поваренков Ю.П., Фадеева Е.С. Индивидуальные особенности карьерного целеполагания студентов с разным уровнем интернальности экстернальности // Методология современной психологии. 2022. № 16. С. 271–281.

ОПЫТ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОДРОСТКОВ В ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ «КРЕАТИВНОГО ПОЛЯ»

Е.С. Жукова, Д.Б. Богоявленская

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, г. Москва, Россия

Аннотация. Актуальность исследования саморегуляции определяется необходимостью изучения влияния регуляторного компонента на обучение и выбор жизненных стратегий подростков. Вооружение детей на пороге вхождения в самостоятельную жизнь совладающими технологиями поможет им преодолевать возникающие трудности. В проведенном исследовании предпринята попытка выделения и описания показателей саморегуляции в экспериментах по методу «Креативное поле», разработанному Д.Б. Богоявленской. Процесс овладения новой деятельностью пролонгирован и позволяет количественно и качественно оценить показатели саморегуляции. Данное пилотное исследование выявления саморегуляции позволит обогатить способы решения этой проблемы с помощью внешней оценки.

Ключевые слова: метод, саморегуляция, осознанная саморегуляция, подростки.

RESEARCH EXPERIENCE OF SELF-REGULATION OF ADOLESCENTS IN THE "CREATIVE FIELD" EXPERIMENTAL SITUATION

E.S. Joukova, D.B. Bogoyavlenskaya

Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russia

Abstract. The relevance of the study of self-regulation is determined by the need to study the influence of the regulatory component on learning and the choice of adolescents' life strategies. Equipping children on the verge of becoming independent with coping technologies will help them overcome the difficulties that arise. In the study, an attempt was

made to identify and describe the indicators of self-regulation in experiments using the “Creative Field” method developed by D.B. Bogoyavlenskaya. The process of mastering new activities is prolonged and allows quantitatively and qualitatively assessing the indicators of self-regulation. This pilot study of identifying self-regulation will enrich the ways in which this problem can be addressed through external evaluation.

Keywords: method, self-regulation, conscious self-regulation, adolescents.

Введение. Проблема опросных методов исследования психологической реальности кроется в степени ее осознанности респондентами. Когда исследование проводится в детском возрасте, данный вопрос встает еще более остро. Исследование саморегуляции имеет длинную историю и связано с именами многих отечественных ученых (Конопкин, 2005; Осницкий, 2007; Моросанова, Бондаренко, 2015). Целью данной работы явилось выделение показателей саморегуляции в процессе овладения ребенком новой деятельностью в рамках метода «Креативное поле» (Богоявленская, 1971, 2021). В статье проведено качественное сопоставление показателей осознанной саморегуляции по ССУД-М и показателей, характеризующих уровень развития саморегуляции в процессе работы в «Креативном поле».

Методы. Метод «Креативное поле», разработанный Д.Б. Богоявленской (Богоявленская, 1971), оценивает показатели саморегуляции на материале овладения ребенком новой деятельностью. Осознанная саморегуляция исследовалась с помощью опросника ССУД-М В.И. Моросановой (Моросанова, Бондаренко, 2017). В эксперименте принимало участие 30 подростков (Жукова и др., 2021).

Результаты. Метод «Креативное поле» как метод, исследующий способность к творчеству, перед применением основного эксперимента предполагает уравнивание детей по степени овладения деятельностью. Основному эксперименту предшествует обучающий, в котором можно наблюдать, как происходит обучение способу действия, как проявляются особенности становления этого процесса, его регуляция. Опишем их, исходя из выделенных показателей саморегуляции в работах В.И. Моросановой.

«Целеполагание» или «Планирование» определяется В.И. Моросановой как «индивидуальные особенности выдвижения и удержания целей, сформированность у ребенка осознанного планирования действий». В рамках работы по методу «Креативное поле» мы можем выделить этот показатель через особенности принятия задачи и понимание ее смысла, что реализуется в мотивации испытуемых. Показатель «Принятие задачи» отражает готовность ребенка к усвоению нового знания, что характеризуется принятием взрослого как носителя этого знания. Отказ следовать правилу, нарушение условий задания говорит о проблемах в развитии данной сферы. Движущей силой целеполагания выступает показатель «мотивы деятельности». Если принятие задачи является необходимым условием обучения деятельности, то мотивация этой деятельности может

быть представлена более широким диапазоном. Базовым мотивом предлагаемой деятельности выступает учебная мотивация. Игровая и социальная мотивация могут сопровождать процесс, изменяя, а иногда и искажая его. Познавательная мотивация помимо полноценного освоения способа деятельности позволяет реализовать собственное целеполагание в рамках предложенной деятельности, которое реализуется в рамках развития деятельности по инициативе субъекта.

Шкала «Моделирование» определяет способность выделить значимые условия выполнения деятельности и может быть оценена по количеству и качеству гипотез при решении основной задачи. Легкое нахождение способа решения, либо планомерное продвижение в оценке всех возможностей характеризует учет всех необходимых условий для решения задачи и, соответственно, высокий уровень моделирования. Низкий уровень моделирования может характеризоваться возникновением трудностей в анализе задачи, нахождении новых гипотез, уходом в игровую ситуацию.

«Программирование» характеризуется выстраиванием последовательности действий, необходимых для достижения результата, умением по необходимости изменять или подбирать конкретные действия с целью полноценного овладения способом деятельности. Здесь отдельным показателем может быть выделен «характер проведения траекторий». Опережающий контроль реализуется в виде штриховых линий, постановки опорных точек перед проведением траектории, либо в изменении скорости их проведения («притормаживании» при прохождении наиболее сложных участков на пути следования объекта), вращении бланка, что может говорить как о сложностях овладения деятельностью в предъявленном виде, так и о способности ребенка организовать выполнение деятельности в предложенных условиях. Последнее свидетельствует о хорошем уровне программирования. Показатель «рефлексивность - импульсивность» отражает предшествует ли началу действия период осмысления, прогнозирования шагов.

Шкала «Оценивание результатов» описывается в ССУД-М как способность оценить свои действия. Этот показатель реализуется в «Креативном поле» через показатель «самоконтроля» и оценивается по наличию ошибок, которые ребенок замечает и исправляет самостоятельно, по степени соответствия полученных результатов требованиям.

Шкала «Гибкость» характеризуется в ССУД-М как способность перестроиться, адаптироваться к новым условиям. Этот показатель может найти свое выражение в особом построении стимульного материала метода «Креативное поле», в котором предложенные алгоритмы действия должны быть применены в изменяющихся условиях (размер клетки), что отражается в сохранении способа действия в ситуации изменения условий или, напротив, появлении ошибок. Вторым показателем, характеризую-

шим «гибкость» является прохождение «индикаторной задачи», что характеризует способность испытуемого увидеть новые возможности, появляющиеся при смене положения объекта.

Шкала «Самостоятельность» легко определяется по степени самостоятельности выполнения проб, либо, напротив, потребности в помощи, одобрении.

Обсуждение. Саморегуляция – важный компонент, который помогает овладеть новой деятельностью. В рамках обучающего эксперимента «Креативного поля» можно выделить почти все описываемые в ССУД-М показатели саморегуляции, которые можно характеризовать как независимые от субъективного мнения испытуемого, поскольку они могут быть оценены по протоколам и при наблюдении за испытуемым в рамках эксперимента.

Опросники, диагностируя саморегуляцию, могут нести в себе коррекционную и развивающую составляющую, поскольку помогают ребенку выделить «помогающие» характеристики и модели поведения и самостоятельно оценить их сформированность. Но этот метод несвободен от искажений. Анализ учебной деятельности ребенка по тем же параметрам внешним экспертом позволит дополнить картину сформированности регуляторного компонента и говорить о его осознанности.

Выводы. В рамках исследовательской работы целесообразно использовать батарею методик. Саморегуляция, исследуемая в рамках овладения деятельностью в эксперименте по методу «Креативное поле», может быть моделью, отражающей регуляторные особенности овладения любой учебной деятельностью. Опросники позволяют оценить осознанность этих процессов.

Библиографический список

1. Богоявленская Д. Б. Механизм творчества: почему мы открываем новое // Вопросы философии. 2021. № 9. С. 82-89. <https://doi.org/10.21146/0042-8744-2021-9-82-89>
2. Богоявленская Д. Б. Метод исследования уровней интеллектуальной активности // Вопросы психологии. 1971. № 1. С. 144–146
3. Жукова Е. С., Богоявленская Д.Б., Артеменков С.Л. Соотношение одаренности, интеллекта, академической успешности и осознанной саморегуляции учебной деятельности // Психология саморегуляции в контексте актуальных задач образования: Материалы научной конференции, Москва, 27–28 апреля 2021 года. Москва: Психологический институт Российской академии образования, 2021. С. 63-69. <https://doi.org/10.24412/cl-36466-2021-1-63-69>
4. Конопкин О.А. (2005). Структурно-функциональный и содержательно-психологический аспекты осознанной саморегуляции // Психология. Журнал Высшей школы экономики, Т. 2, № 1. С. 27-42.
5. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции человека. Москва, 2015. 127 с.

6. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции учебной деятельности: новая версия опросника ССУД-М // Теоретическая и экспериментальная психология. 2017. Т. 10, №2. С. 27-37.

7. Осницкий А.К. Регуляция деятельности и направленность личности. М.: Московский экономико-лингвистический ин-т, 2007. 231 с.

САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК РЕСУРС КОММУНИКАТИВНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ И САМОЭФФЕКТИВНОСТИ УЧИТЕЛЯ

В.М. Кабаева

ГБОУ Школа № 1531 им. С.К. Годовикова, г. Москва, Россия

Е.В. Мещерская-Робустова

Покровский филиал ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», г. Покров, Россия

В.В. Барабанова

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», г. Москва, Россия

Аннотация. Цель исследования – изучение особенностей саморегуляции поведения, значимых для реализации коммуникативных компетенций и самоэффективности учителей. Гипотеза исследования: педагоги, имеющие высокий уровень общей саморегуляции и личностной гибкости, проявляют высокие коммуникативные и организаторские умения, самоэффективны. Методы исследования: методика выявления коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2); методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана; методика изучения общей самоэффективности личности Р. Шварцера, М. Ерусалема; опросник стиля саморегуляции В.И. Моросановой. Выборка: 66 учителей общеобразовательных школ г. Москвы (средний возраст – 43,6 года). Результаты исследования: установлены значимые положительные корреляционные связи общего уровня саморегуляции с коммуникативными, организаторскими склонностями, процесс моделирования значимых условий положительно связан с коммуникативными и организаторскими умениями и отрицательно – с социальной фрустрированностью. Выявлено, что гибкость как регуляторно-личностное свойство положительно коррелирует с самоэффективностью, коммуникативными и организаторскими склонностями.

Ключевые слова: саморегуляция, коммуникативные и организаторские склонности, самоэффективность, фрустрированность.

SELF-REGULATION AS A RESOURCE OF COMMUNICATION COMPETENCES AND SELF-EFFICIENCY OF A TEACHER

V.M. Kabaeva

SBEI School No. 1531 named after S.K. Godovikov, Moscow, Russia

E.V. Meshcherskaya-Robustova

Pokrovsky Branch of the Moscow Pedagogical State University, Russia

V.V. Barabanov

Moscow State Psychological and Pedagogical University, Moscow, Russia

Abstract. Both the society and contemporary educational systems place high demands on a school teacher. Regulatory mechanisms of activity play a significant role in the efficiency of a teacher's work in a metropolis. The purpose of the study was to know more about the characteristic features of self-regulation of behavior significant for the implementation of communicative competencies and self-effectiveness of teachers. Methods of study: a method for identifying communicative and organizational inclinations (KOS-2), a method for diagnosing the level of social frustration by L.I. Wasserman, a method of measuring the general self-effectiveness of personality by R.Schwartzar and M.Yerusalem, a self-regulation style questionnaire by V.I. Morosanova. The study subject: a sample of 66 teachers of secondary schools in Moscow (mean age 43.6 years). Significant positive correlations of the general level of self-regulation with communicative and organizational capacities were established in this study. The modeling process was positively correlated to communicative and organizational skills, and negatively, to the level of social frustration. Flexibility as a regulatory and personal property correlates positively with self-efficacy, communicative and organizational inclinations. Thus, teachers who have a higher level of general self-regulation, modeling and personal flexibility show higher communication and organizational skills, and are more self-effective.

Keywords: self-regulation, communicative and organizational capacities, self-effectiveness, frustration.

Введение. Общество и современные образовательные системы предъявляют высокие требования к педагогу, успешность и эффективность деятельности которого в немалой степени зависят от качества его взаимодействия с людьми. Для учителя в преодолении трудностей общения и организации оптимального взаимодействия с учениками, их родителями, коллегами важными факторами являются общий уровень и стилевые особенности саморегуляции (Моросанова, Фомина, 2012).

Сформированная система саморегуляции обеспечивает самоорганизацию и управление целенаправленной деятельностью и подразумевает такие качества личности, как гибкость и самостоятельность.

Структурно-функциональный подход позволяет выделить ряд компонентов, обеспечивающих саморегуляцию деятельности, а именно: планирование целей, моделирование значимых условий, программирование действий, оценивание результатов (Моросанова, Аронова, 2007).

Цель нашего исследования: в рамках данного подхода изучить особенности саморегуляции поведения, значимые для реализации коммуникативных компетенций и самооффективности педагогов.

В исследовании приняли участие 66 учителей общеобразовательных школ города Москвы ($M = 43,6$ года; $Sd = 13,3$), имеющих стаж работы от года до 40 лет ($M = 21,7$; $Sd = 12,3$).

Методы исследования. Опросник стиля саморегуляции (Моросанова, 2004); методика выявления коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2); методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана и др. (Энциклопедия психодиагнос-

тики. Т. 2, 2009); методика изучения общей самооффективности личности (Шварцер и др., 1996).

Результаты исследования. Выявлено, что более половины учителей (51,6%) считают себя самооффективными. При этом высокий уровень саморегуляции обнаружен лишь у 23,5% педагогов, большинство (66,2%) имеет средний общий уровень осознанной саморегуляции. У многих учителей слабо сформированы коммуникативные компетенции (36,8% опрошенных), а также организаторские компетенции (42,6% респондентов), то есть они малообщительны и испытывают затруднения при взаимодействии с разными людьми, особенно в изменяющихся условиях, а также с трудом могут организовывать педагогическое общение, в том числе взаимодействие учащихся.

Позитивным фактом является то, что большинство учителей не испытывают фрустрированность, то есть в целом удовлетворены своим положением и окружением (76,9% опрошенных).

Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Описательная статистика саморегуляции,
фрустрированности и коммуникативных склонностей

	Общий уровень саморегуляции	Фрустрированность	Самооффективность	Коммуникативные склонности	Организаторские склонности
	ОУ СР	Фр	СЭ	КС	ОС
М	29,06	1,42	29,11	10,84	11,96
Sd	5,24	0,72	4,89	4,60	3,76
Распределение по уровням, в %					
Низкий	10,3	76,9	17,1	36,8	42,6
Средний	66,2	16,9	31,3	32,3	29,2
Высокий	23,5	6,2	51,6	30,9	28,2

На данной выборке учителей был определен регуляторный профиль саморегуляции: планирование целей – 6,46 балла; моделирование значимых условий – 5,51; программирование действий – 5,96; оценка результатов – 5,84; гибкость – 5,32; самостоятельность – 4,56 балла. Лучше всего у педагогов сформировано планирование целей (на уровне средневысокого), хуже – самостоятельность как личностная характеристика, остальные параметры оказались на среднем уровне.

Для решения цели исследования был проведен корреляционный анализ изучаемых показателей, результаты которого представлены в таблице 2.

Таблица 2

Значимые корреляции параметров саморегуляции с коммуникативными и организаторскими склонностями, самооффективностью и фрустрированностью

Параметры	КС	ОС	СЭ	Фр
Планирование				
Моделирование	0,407**	0,382**		-0,334*
Программирование				
Оценка результатов	0,307*	0,305*		
Гибкость	0,649**	0,531**	0,337*	
Самостоятельность				
Общий уровень СР	0,433**	0,416**		
КС		0,648**	0,403**	
ОС	0,648**		0,420**	

Примечание: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Обсуждение. В исследовании выявлены значимые положительные корреляционные связи общего уровня саморегуляции с коммуникативными и организаторскими склонностями. Самоэффективность положительно связана с личностной гибкостью, то есть те учителя, которые хорошо адаптируются к изменяющимся условиям деятельности, воспринимают себя более самооффективными и чаще чувствуют себя более успешными. Кроме того, гибкость как регуляторно-личностное свойство положительно коррелирует с коммуникативными и организаторскими склонностями.

Коммуникативные компетенции, проявляющиеся в коммуникативных и организаторских склонностях, положительно связаны с самооффективностью.

Не имеют значимых корреляционных связей ни с коммуникативными и организаторскими склонностями, ни с самооффективностью и фрустрированностью регулятивные процессы планирования и программирования. Социальная фрустрированность имеет единственно отрицательную связь с моделированием значимых условий: менее фрустрированные учителя обладают более высокими показателями моделирования. Возможно, отсутствие связей фрустрированности с другими параметрами обусловлено тем, что в нашей выборке учителей подавляющее большинство продемонстрировало низкий уровень фрустрированности.

Таким образом, наиболее значимыми для успешного профессионального взаимодействия педагога оказались моделирование условий деятельности и личностная гибкость, другими словами, учет меняющихся условий и способность гибко к ним приспосабливаться, в том числе изменяя программу действий.

Выводы. Регулятивные механизмы деятельности играют существенную роль в эффективности поведения учителя, особенно в сфере общения.

Педагоги, имеющие более высокий уровень общей саморегуляции и личностной гибкости, проявляют более высокие коммуникативные и организаторские склонности, умения взаимодействовать с разными людьми, легко вступать в контакты, не теряться в изменяющихся условиях. Саморегуляция влияет на психологическое благополучие и через посредство коммуникативных компетенций связана с самоэффективностью. Удовлетворенность профессиональной деятельностью и уверенность в ее успешности являются, кроме того, показателями общего психологического благополучия педагога.

Библиографический список

1. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Самосознание и саморегуляция поведения. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. 213 с.
2. Моросанова В. И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. М.: Когито-Центр, 2004. 41с.
3. Моросанова В.И., Фомина Т.Г. Дифференциально-регуляторные основы педагогического взаимодействия учителей // Психологическая наука и образование. 2012. № 2. С. 94–102.
4. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромэк В. Русская версия шкалы общей самоэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71–76.
5. Энциклопедия психодиагностики. Том 2. Психодиагностика взрослых. Редактор-составитель Д.Я. Райгородский. Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2009. 704 с.

ФАКТОРНЫЙ АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ ПРЕДИКТОРОВ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ МОЛОДЁЖИ ЮЖНЫХ РЕГИОНОВ РОССИИ

М.Л. Соколовский, Д.С. Приходько

Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь, Россия

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00975, <https://rscf.ru/project/22-28-00975/>

Аннотация. Целью данного исследования явилось изучение структуры предикторов субъективного благополучия. В качестве предикторов субъективного благополучия рассматривались показатели осознанной саморегуляции, толерантности/интолерантности к неопределенности, параметры «Большой пятерки» личности, стресс жизни и стресс неопределенности, а также показатели агрессии. Собственно субъективное благополучие диагностировалось при помощи методики Р.М. Шамионова и Т.В. Бесковой. Выборку исследования составили 1099 респондентов, принадлежащих к 6 этническим группам и проживающих в южнороссийских регионах. В ходе исследования в структуре предикторов субъективного благополучия южнороссийских этнорегиональных выборок было выявлено

5 факторов, а именно: «Активность», «Агрессия», «Стрессорность», «Последовательность» и «Открытость». Было доказано влияние региональной принадлежности: этносы КЧР имеют сходные значения выделенных факторов, хотя этнически карачаевцы ближе к балкарцам, а черкесы – к кабардинцам. В то же время замечено, что гендерные различия по выделенным факторам сильно варьируют в зависимости от этнорегиональной принадлежности.

Структура выделенных факторов, а также динамика их уровня в зависимости от этнорегиональной принадлежности создают предпосылки для выявления индивидуального стиля достижения субъективного благополучия.

Ключевые слова: субъективное благополучие, осознанная саморегуляция, молодёжь, этнорегиональная специфика.

FACTOR ANALYSIS OF THE SUBJECTIVE WELL-BEING PREDICTORS' STRUCTURE OF YOUTH IN RUSSIAN SOUTHERN REGIONS

M.L. Sokolovskii, D.S. Prikhodko

North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

Abstract. The purpose of this study was to explore the structure of predictors of subjective well-being. Indicators of conscious self-regulation, tolerance/intolerance to uncertainty, parameters of the "Big Five" personality, life stress and uncertainty stress, as well as indicators of aggression such as anger, hostility, physical aggression were considered as predictors of subjective well-being. Subjective well-being itself was diagnosed using the methodology of R.M. Shamionov and T.V. Beskova. The sample consisted of 1099 subjects from Karachay-Cherkessia, Kabardino-Balkaria, North Ossetia-Alania, Stavropol Krai and Moscow.

In the course of the study, 5 factors were identified in the structure of predictors of subjective well-being of South Russian ethnoregional samples, namely: "Activity", "Aggression", "Stress", "Consistency" and "Openness". The influence of regional affiliation has been proved: the ethnic groups of Karachay-Cherkessia have similar values of the selected factors, although ethnically Karachays are closer to Balkars, and Circassians are closer to Kabardians. At the same time, it is noted that gender differences in the selected factors vary greatly depending on ethnic and regional affiliation.

The structure of the identified factors, as well as the dynamics of their level, depending on the ethno-regional affiliation, create prerequisites for identifying an individual style of achieving subjective well-being.

Keywords: subjective well-being, conscious self-regulation, youth, ethnoregional specifics.

Введение. Достижение субъективного благополучия молодёжи реализуется в целенаправленной деятельности, поэтому учёт в ней роли компонентов осознанной саморегуляции позволит выявить этнорегиональные особенности, а также стили в достижении субъективного благополучия, что в перспективе будет способствовать выявлению путей для дальнейшего повышения субъективного благополучия молодёжи.

Возможно также наличие значимых взаимосвязей между факторами «Большой пятёрки» личностных черт и субъективным благополучием (Harzer et al., 2021).

Цель исследования: изучить при помощи факторного анализа место отдельных компонентов осознанной саморегуляции в структуре предикторов субъективного благополучия молодёжи, выявить этнорегиональную специфику в проявлении данных факторов.

Методы исследования и выборка. В ходе исследования был использован следующий диагностический инструментарий: опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020» (Моросанова, Кондратюк, 2020), методика диагностики субъективного благополучия личности Р.М. Шамионова и Т.В. Бесковой (Шамионов, Бескова, 2018), шкалы толерантности/интолерантности к неопределенности, диагностика «Большой пятёрки» личности при помощи опросника Mini-IPIP, методика диагностики стресса жизни и стресса неопределенности Т. Янга (Yang et al., 2019), русскоязычная версия опросника диагностики агрессии Басса-Перри в адаптации Ениколопова С.Н. и Цибульского Н.П.

В качестве методов статистического анализа были использованы эксплораторный факторный анализ (Критерий отбора числа факторов: Schwarz's Bayesian information criterion (BIC) dimensionality test), корреляционный анализ, двухфакторный дисперсионный анализ, критерий Краскела-Уоллиса с последующим множественным сравнением выборочных средних этнорегиональных групп по О. Данн, а также попарным сравнением различий между мужчинами и женщинами для каждой этнорегиональной выборки при помощи U-критерия Манна-Уитни.

Выборку составили 1099 испытуемых из Карачаево-Черкесской республики (КЧР), Кабардино-Балкарской республики (КБР), Республики Северная-Осетия – Алания (РСО), Ставропольского края (СК) и Москвы (ММО).

Основные результаты. В результате сокращения размерности исходных данных при помощи факторного анализа было выделено 5 латентных переменных (факторов): активность, агрессия, стрессорность, последовательность и открытость.

Фактор 1. «Активность». Является основным показателем субъективного благополучия (СБ), причём благополучия деятельностного, поскольку в него, наряду с интегральным показателем СБ, (факторная нагрузка = 0,59) вошли показатели толерантности и интолерантности к неопределённости (0,67 и 0,61), которые мы рассматриваем как критерии неравнодушного отношения к окружающей действительности; настойчивость (0,44) и регуляторная гибкость (0,36).

Фактор 2. «Агрессия». В него вошли показатели гнева (0,80), враждебности (0,86) и физической агрессии (0,59).

Фактор 3. «Стрессорность», в который вошли показатели стресса жизни (0,83) и стресса неопределённости (0,64).

Фактор 4. «Последовательность», который соответствует первому типу стиля операций по В.С. Мерлину и Е.А. Климову. В этот фактор вошли такие показатели осознанной саморегуляции, как планирование (0,63), программирование (0,72), оценка результатов (0,77) и настойчивость (0,35).

Фактор 5. «Открытость», соответствующий второму типу стиля операций. В этот фактор вошли следующие показатели осознанной саморегуляции: моделирование (0,63), регуляторная гибкость (0,48), надёжность (0,59) и настойчивость (0,33), а также СБ (0,42) и показатели «большой пятёрки»: экстраверсия (0,42), открытость (0,32) и, на противоположном полюсе фактора, нейротизм (-0,47).

Было выявлено, что показатели «Активности» у русских и осетин выше, чем у карачаевцев и черкесов, и в наименьшей степени они проявляются у кабардинцев и балкарцев. Таким образом, по фактору «Активность» выявлено влияние этнорегиональной принадлежности. Гендерные различия выявлены только для этнически близких карачаевцев и балкарцев: у этих этносов активность женщин выше, чем у мужчин.

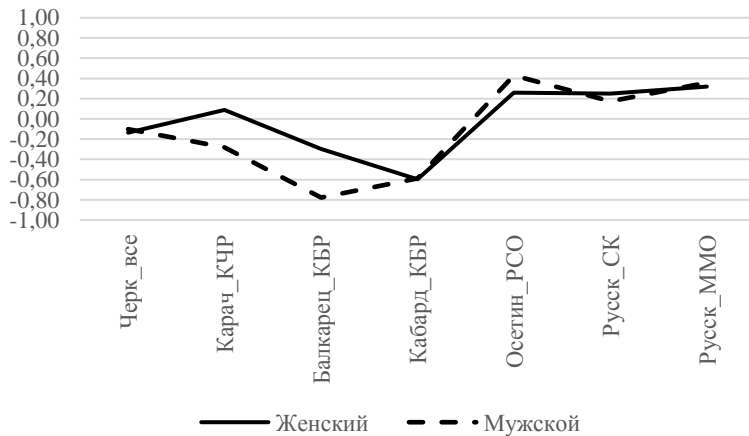


Рис. 1. Этнорегиональные различия по фактору «Активность».

По «Агрессии» при помощи двухфакторного дисперсионного анализа выявлено раздельное влияние факторов «пол» ($p < 0,001$) и «регион» ($p = 0,040$). Мужчины в большинстве этнорегиональных групп оценивают себя как более агрессивные, что статистически значимо для черкесов, карачаевцев, кабардинцев и русских из Ставропольского края, что может быть связано с гендерными стереотипами.

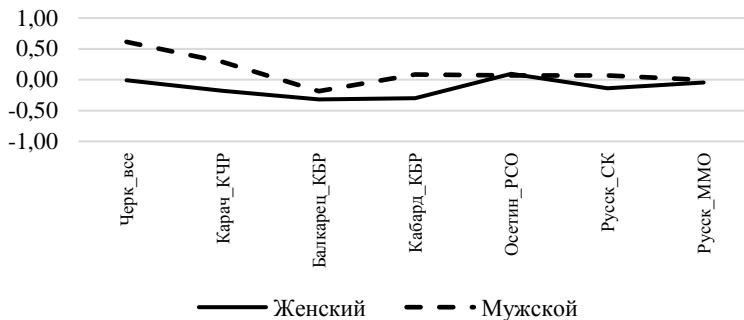


Рис. 2. Этнорегиональные различия по фактору «Агрессия».

Тем не менее, собственно значимость этнорегиональных различий не подтверждается при помощи критерия Краскела-Уоллиса ($p = 0,080$), а также последующего множественного сравнения выборочных средних как для смешанных этнорегиональных групп, так и отдельно для мужчин, и отдельно для женщин. Поэтому в данном направлении мы можем говорить лишь о тенденциях: сходство в уровне агрессии между мужчинами и женщинами из РСО-А и Москвы достигается за счет роста агрессии женщин. То есть в культуре современного московского мегаполиса для женщин допустимо быть более агрессивными. В то же время балкарским мужчинам, видимо, не требуется ярче демонстрировать агрессивность с учетом с низкой агрессивности балкарских женщин.

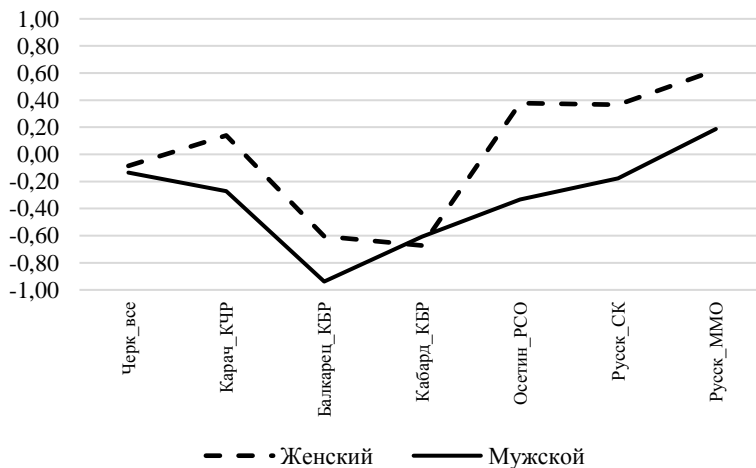


Рис. 3. Этнорегиональные различия по фактору «Стрессорность».

Касательно динамики фактора «Стрессорность» в ходе исследования были выявлены следующие закономерности:

- влияние этнорегиональной принадлежности ($p < 0,001$), которая в целом соответствует общему тренду;

- влияние фактора «пол»: женщины, как правило испытывают больший стресс, чем мужчины, что статистически значимо для карачаевской, балкарской, осетинской и русских выборок;

- совместное влияние факторов «пол» и «этнорегиональная принадлежность», проявляющееся в отсутствии различий в уровне стресса для мужчин и женщин черкесской и кабардинской этнической принадлежности, которые являются этнически близкими (Течеуж и др., 2013).

Этнорегиональная динамика стресса в целом соответствует динамике активности, что позволяет предположить необходимость преодоления стресса для достижения СБ.

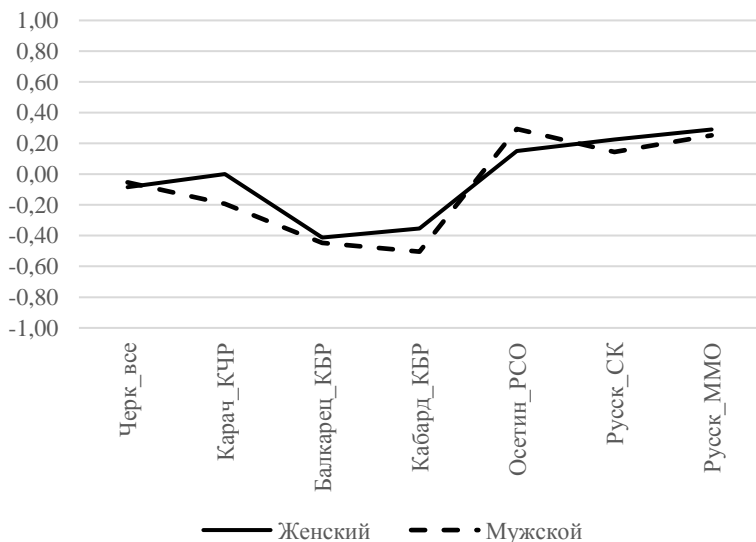


Рис. 4. Этнорегиональные различия по фактору «Последовательность».

Двухфакторный дисперсионный анализ выявил влияние этнорегиональной принадлежности респондентов на проявление фактора «Последовательность» ($p < 0,001$) в соответствии с общим трендом при отсутствии влияния половой принадлежности ($p = 0,51$).

Что касается «Открытости», то тут выявлено совместное влияние этнорегиональной принадлежности и пола, то есть мужчины, как правило, превосходят женщин в данных аспектах, но не для всех выборок. Наибо-

лее сильные и значимые гендерные различия были зафиксированы для ставропольской ($p < 0,001$), московской ($p = 0,001$) и осетинской выборок ($p = 0,006$). Для других кавказских этнорегиональных выборок различия статистически не значимы, есть тенденция к выявлению значимости различий для карачаевской выборки ($p = 0,077$).

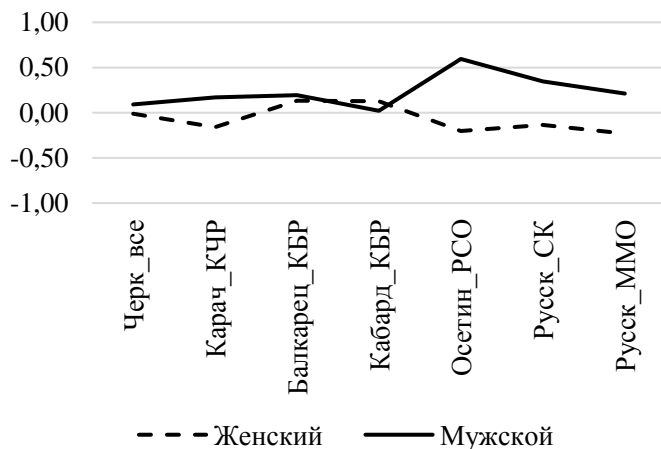


Рис. 5. Этнорегиональные различия в склонности действовать по фактору «Открытость».

Отмечается также тенденция к большей «Открытости» кабардинских и балкарских девушек, значимая при сравнении кабардинских девушек с осетинской и московской этнорегиональными выборками.

Обсуждение. В структуру трех из пяти выделенных факторов («Активность», «Последовательность», «Открытость») вошли компоненты осознанной саморегуляции, которые отражают стиль деятельности респондентов, исходя либо из склонности действовать по ситуации, либо тщательно планировать, либо достигать СБ за счет общей активности испытуемых, что соответствует ведущей роли осознанной саморегуляции как метаресурса любой целенаправленной деятельности.

При анализе этнорегиональной специфики четырех факторов из пяти выявлен общий тренд в виде ведущей роли региона проживания, поскольку наибольшим сходством показателей, как правило, обладали этнические группы из одних и тех же регионов, то есть карачаевцы и черкесы из КЧР, кабардинцы и балкарцы из КБР, а также наибольшее сходство наблюдалось между русскими из Москвы, Ставропольского края и осетинами из РСО-А. Одна из возможных причин данного сходства в том, что осетины преимущественно исповедуют христианство, в основном православие.

При этом для факторов «Активность», «Стрессорность» и «Последовательность» наблюдается тенденция к проявлению более высоких показателей для выборок русских и осетин, более низких показателей – для выборок кабардинцев и балкарцев, а также промежуточных значений – для выборки карачаевцев и черкесов.

Выводы. Этнорегиональный подход к изучению СБ оправдывает себя, поскольку по всем выделенным факторам наблюдается этнорегиональная специфика. В частности, кабардинцы и балкарцы проявляют меньше активности в достижении СБ, чем другие этнорегиональные группы, в то же время у них ниже уровень агрессии, стрессорности и последовательности. Имеет смысл говорить о стилевых особенностях достижения СБ, поскольку развитие одних предикторов СБ связано с низким уровнем других предикторов СБ, что проявляется и на этнорегиональном уровне.

Библиографический список

1. Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020» // Вопросы Психологии. 2020. №4. С. 155-167. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44434387>
2. Теучеж И.Э., Почешхова Э.А, Схалыхо Р.А., Дибирова Х.Д., Агджоян А.Т, Утевская О.М., Кузнецова М.А., Богунов Ю.В, Шанько А.В., Коньков А.С., Чиковани Н.Н., Епископосян Л.М., Балановская Е.В., Балановский О.П. Генофонды абхазо-адыгских народов, грузин и армян в евразийском контексте // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология. 2013. №2. С. 49-62. <https://cyberleninka.ru/article/n/genofondy-abhazo-adygskih-narodov-gruzin-i-armyan-v-evraziyskom-kontekste>
3. Шамионов Р., Бескова Т. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические исследования. 2018. Т. 11, № 60. <https://doi.org/10.54359/ps.v11i60.277>
4. Harzer C., Bezuglova N., Weber M. Incremental validity of character strengths as predictors of job performance beyond general mental ability and the Big Five // *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.518369>
5. Yang T., Barnett R., Fan Y., Li L. The effect of urban green space on uncertainty stress and life stress: A nationwide study of university students in China // *Health & Place*. 2019. Vol. 59. Article 102199 <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2019.102199>

ПРИМЕНЕНИЕ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА К ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЕКТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Е.В. Филиппова

*ФГБНУ «Психологический институт Российской академии образования»,
г. Москва, Россия*

Аннотация. Описан опыт сопровождения обучающихся (в формате пилотажного исследования) девятых классов при выполнении проектно-исследовательской работы с учетом уровня развития регуляторных компетенций обучающихся. Диагностика регуляторных компетенций осуществлялась с помощью опросника В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М». Замер проводился один раз в начале учебного года. В качестве показателей успешности выполнения проекта использовались критериальные оценки, выставленные педагогами-экспертами. Показано, что организация сопровождения обучающихся с учетом их регуляторных компетенций позволила не только существенно снизить количество неуспешных проектов, но и улучшить качество выполняемых школьниками проектов, что нашло отражение в оценках за выполнение проекта.

Ключевые слова: осознанная саморегуляция, академическая мотивация, проектная деятельность.

APPLICATION OF THE RESOURCE APPROACH TO CONSCIOUS SELF-REGULATION IN THE PRACTICE OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROJECT AND RESEARCH ACTIVITIES OF STUDENTS

E.V. Filippova

Psychological Institute of the Russian Academy of Education, Moscow, Russia

Annotation. The experience of accompanying students (in the format of a pilot study) of the ninth grades when performing design and research work, taking into account the level of development of regulatory competencies of students, is described. Diagnostics of regulatory competencies was carried out with the help of V.I. Morosanova's questionnaire "Style of self-regulation of educational activity - LOAN-M". The measurement was carried out once at the beginning of the school year. As indicators of the success of the project, criteria assessments were used, put up by expert teachers. It is shown that the organization of student support, taking into account their regulatory competencies, allowed not only to significantly reduce the number of unsuccessful projects, but also to improve the quality of projects carried out by schoolchildren, which was reflected in the assessments for the implementation of the project.

Keywords: conscious self-regulation, academic motivation, project activity.

Введение. Эффективность проектно-исследовательской деятельности, как основного инструмента в современной средней школе по формированию метапредметных результатов образования подтверждается во

многих исследованиях (Лазарев, 2021; Леонтович, Саввичев, 2014; Савенков, 2016; Суходимцева и др., 2017). Главная цель проектно-исследовательской деятельности состоит «в приобретении учащимся функционального навыка исследования как универсального способа освоения действительности, активизации личностной позиции в образовательном процессе на основе приобретения субъективно новых знаний» (Леонтович, 2003).

Для успешного выполнения индивидуального проекта в девятом классе у обучающегося должны быть сформированы универсальные учебные действия, которые позволят ему самостоятельно пройти все этапы выполнения проекта. Исследователи в качестве ключевых универсальных учебных действий, выделяют регулятивные. К ним относят такие действия, которые обеспечивают организацию учебной деятельности через целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекцию и оценку. Именно они позволяют обучающимся достигать успехов в проектной деятельности (Гуторова, 2021; Гущина, 2022; Вахрушев, Дмитриев, 2021). В тоже время ряд исследователей отмечает дефицитарность их сформированности у современных школьников (Гуторова, 2021; Aksela, Naatainen, 2019). Складывается ситуация при которой обучающиеся, имеющие высокую учебную мотивацию и достаточно высокий уровень развития регулятивных учебных действий, участвуя в проектной деятельности, совершенствуют и развивают свои компетенции. А обучающиеся, имеющие низкий уровень регулятивных учебных действий, даже при высокой внутренней мотивации к выполнению проекта, не всегда могут полноценно включиться в проектную деятельность. Часто их проекты носят формальный характер и ограничиваются простым реферированием литературы. Очевидно возникает актуальность изучения не только успешных педагогических практик и педагогических аспектов данной проблемы, но и раскрытие собственно психологической составляющей формирования регулятивных универсальных учебных действий в проектной деятельности.

Мы предположили, что регуляторные компетенции у обучающихся могут выступать психологическим базисом для достижения метапредметных результатов образования в части формирования регулятивных универсальных учебных действий. Регуляторные компетенции рассматриваются как необходимые психологические факторы по инициации, построению, поддержанию и управлению учебными действиями обучающегося на всех этапах выполнения проекта. Данное предположение основано на положениях ресурсного подхода к исследованию осознанной саморегуляции человека (Моросанова, 2021), верифицированных в многолетних исследованиях лаборатории саморегуляции Психологического института РАО. В частности показано, что регуляторные компетенции положительно взаимосвязаны с критериями успешности выполнения проектной

работы; существуют различия в регуляторных компетенциях как специальных ресурсах, положительно связанных с отдельными критериями успешности проектной работы. Показатели общего развития регуляторных компетенций характеризуют универсальные ресурсы выполнения исследовательских проектов. Взаимосвязь мотивации со специальной регуляторной компетенцией оценивания результатов своей деятельности на всех этапах проекта имеет медиаторный эффект в отношении итоговой оценки (вносит значимый вклад и может существенно повысить успешность выполнения проекта).

Цель настоящего исследования: раскрыть возможности практического применения ресурсного подхода к осознанной саморегуляции в части психологического сопровождения проектно-исследовательской деятельности обучающихся девятого класса.

Методы исследования. Диагностика регуляторных компетенций осознанной саморегуляции осуществлялась при помощи опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности (ССУД-М) В.И. Моросановой». Опросник состоит из 67 утверждений, включенных в 8 шкал. Эти шкалы позволяют оценить степень сформированности регуляторных компетенций планирования целей, моделирования значимых условий их достижения, программирования действий, оценивания полученных результатов, гибкости, самостоятельности, ответственности и надежности. Регуляторные компетенции отражают типичные для конкретного учащегося способы построения и организации произвольной активности, которые устойчиво повторяются в разнообразных учебных ситуациях при организации и управлении различными видами учебной деятельности и поведения. Интегративный показатель опросника позволяет оценить общий уровень развития осознанной саморегуляции учебной деятельности. В дальнейшей работе результаты диагностики были использованы для выстраивания индивидуализированных стратегий помощи обучающимся в зависимости от уровня сформированности регуляторных компетенций.

Общий балл за проект складывался из следующих показателей: оценка за исследование (постановка цели исследования, умение анализировать предварительные знания по теме), оценка за планирование работы (детальное описание хода работы), оценка за продукт (оценка качества продукта исследования), оценка за рефлексию (осмысление и интерпретация результатов исследования). Данная методика оценки индивидуальных проектов использовалась в рамках реализации в образовательном учреждении программы международного бакалавриата (IB) на ступени основной школы (Middle Years Programme). Максимально возможный балл по каждому показателю составлял – 8. Максимально возможный итоговый балл за проект – 32. Оценки за проекты выставлялись педагогами-

экспертами. Обучающимися были представлены 53% проектов, выполненных по естественно-научной и технической тематике, и 47% проектов по гуманитарной тематике.

Выборка и дизайн исследования. В течение года в исследовании приняли участие обучающиеся 9-х классов (103 чел.) общеобразовательной школы г. Москвы в возрасте от 15 до 16 лет. Юноши составили 56%.

На первом этапе в начале учебного года до участия обучающихся в проектной деятельности было проведено исследование саморегуляции. Были сформированы две группы контрольная (51 чел.) и экспериментальная (52 чел.). Проведена статистическая оценка значимых различий. По результатам проведенной диагностики в экспериментальной группе были выделены обучающиеся, нуждающиеся в психологическом сопровождении (низкие результаты по показателям регуляции). Психологическое сопровождение осуществлялось школьным педагогом-психологом на основе разработанных нами методических рекомендаций по развитию регуляторных компетенций в проектной деятельности с сентября по апрель. На заключительном этапе сравнивались результаты выполнения проектов в контрольной и экспериментальной группах.

Индивидуальный проект тематически не был ограничен и выполнялся каждым обучающимся самостоятельно.

Результаты исследования. Для оценки эффективности сопровождения была реализована следующая схема организации эксперимента, включающая в себя констатирующий этап, формирование контрольной и экспериментальной группы, применение формирующих технологий, сравнительный анализ результатов проектной деятельности в контрольной и экспериментальной группах.

На первом этапе была проведена оценка уровня сформированности регуляторных компетенций обучающихся с помощью опросника «Стиль саморегуляции учебной деятельности (ССУД-М)», также проведен анализ успеваемости. На втором этапе были сформированы экспериментальная и контрольная группы. Проведена статистическая оценка значимых различий (с помощью t-критерия Стьюдента) между группами по показателям саморегуляции и успеваемости. Значимых различий по исследуемым параметрам не обнаружено. На третьем этапе в экспериментальной группе была реализована разработанная нами программа сопровождения для обучающихся, испытывающих трудности в выполнении проекта. Формирующий эксперимент проводился в течение 6 месяцев. Сопровождение обучающихся осуществлялось индивидуально или в мини-группах во внеучебное время. На четвертом этапе был проведен сбор и анализ результатов выполнения индивидуальных проектов в контрольной и экспериментальной группах.

Нами были получены результаты, подтверждающие выдвинутое предположение о том, что регуляторные компетенции могут выступать в качестве ресурсов успешной реализации проектной деятельности. Так в контрольной группе оценку «два» получили за проект 21% обучающихся, оценку «три» – 39%, оценку «4» – 32%, оценку «5» – 8%. В экспериментальной группе не было обучающихся, получивших оценку «два», оценку «три» получили 25% обучающихся, оценку «четыре» – 47%, оценку «пять» – 28%. Таким образом, в ходе организованного нами психологического сопровождения обучающихся удалось не только снизить количество неуспешных проектных работ, но и повысить количество работ, выполненных на «4» и «5».

Полученные результаты пилотажного исследования свидетельствует о том, что психологическое сопровождение проектной деятельности будет эффективно в плане развития регуляторных компетенций, которые обеспечивают успешное выполнение проекта. Одним из психологических условий может стать использование педагогами на начальном этапе сопровождения обучающегося методики оценки уровня развития саморегуляции (Моросанова и др., 2011). Это позволит правильно выбрать индивидуализированные стратегии сопровождения обучающегося на всех этапах выполнения проектной работы. Лазарев В.С. отмечает, что проектная деятельность требует выполнения оценочных действий практически на всех стадиях реализации проекта (Лазарев, 2015). Однако у большинства обучающихся не сформированы регуляторные компетенции оценки результата, сравнения достигнутого результата с обозначенной целью, поэтому следует особое внимание уделять развитию этих регуляторных компетенций. Наши результаты позволили верифицировать данный факт.

Полученные в пилотажном исследовании результаты, безусловно, имеют практическое значение. Они эмпирически показывают на материале исследования проектной деятельности, что регуляторные ресурсы человека вносят вклад в продуктивные аспекты достижения образовательных целей.

Перспективой нашего исследования является расширение выборки испытуемых и проведение формирующего эксперимента, результатом которого станет разработка методических рекомендаций для педагогов руководителей проектов по развитию саморегуляции обучающихся в процессе подготовки проектов.

Выводы. 1. Анализ регуляторно-личностных особенностей учащихся может стать основой для оценки актуальных метапредметных компетенций обучающихся еще до включения их в проектную деятельность, что поможет педагогам правильно выбрать стратегии помощи обучающимся при выполнении проектной работы.

2. Выстроенная помощь педагога с учетом психологических особенностей учащегося, ориентированная на развитие регуляторных компетенций, может помочь обучающемуся эффективно включиться в проектную деятельность, что вместе будет способствовать развитию метапредметных компетенций.

Библиографический список

1. Вахрушев С.А., Дмитриев В.А. Некоторые проблемы внедрения проектной деятельности в школьном образовании // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2021. Т. 10, № 1(34). С. 40-44. <https://doi.org/10.26140/anip-2021-1001-0008>

2. Гуторова Г.Д. Метапредметные компетенции и оценка уровня их сформированности у обучающихся основной школы // *Филология и культура*. 2021. № 2 (64). С. 239-245. <https://cyberleninka.ru/article/n/metapredmetnye-kompetentsii-i-otsenka-urovnya-ih-sformirovannosti-u-obuchayushchisya-osnovnoy-shkoly>

3. Гущина Ю.А. Проектная деятельность как средство развития саморегуляции младших подростков // *Ярославский педагогический вестник*. 2022. № 2 (125). С. 33-42. <https://doi.org/10.20323/1813-145X-2022-2-125-33-42>

4. Леонтович А.В., Саввичев А.С. Исследовательская и проектная работа школьников. 5–11 классы. М.: ВАКО, 2014. 60 с.

5. Лазарев В.С. К проблеме построения модели «школы будущего» // *Психологическая наука и образование*. 2021. Т. 26, № 4. С. 69-79. <https://doi.org/10.17759/pse.2021260406>

6. Лазарев В.С. Проектная деятельность учащихся как форма развивающего обучения // *Психологическая наука и образование*. 2015. Т. 20, № 3. С. 25–34. <https://doi.org/10.17759/pse.2015200304>

7. Леонтович А.В. Об основных понятиях концепции развития исследовательской и проектной деятельности учащихся // *Исследовательская работа школьников*. 2003. № 4. С. 18–24.

8. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*. 2021. № 1. С. 3–37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>

9. Моросанова, В.И. Создание новой версии опросного метода «Стиль саморегуляции учебной деятельности — ССУДМ» / В.И. Моросанова, А.В. Ванин, И.Ю. Цыганов // *Теоретическая и экспериментальная психология*. №4. 2011. С. 5—15.

10. Савенков, А.И. Психологические основы исследовательского подхода к обучению /А.И. Савенков. Москва: Просвещение, 2016. 64 с.

11. Суходимцева А. П., Сергеева М. Г., Соколова Н. Л. Проектный подход к реализации метапредметного содержания образования в школе // *Научный диалог*. 2017. № 9. С. 240-258. <https://doi.org/10.24224/2227-1295-2017-9-240-258>

12. Aksela M., Naatainen O. Project-based learning (PBL) in practise: Active Teachers' Views of Its Ad-vantages and Challenges // *Integrated Education for the Real World: 5th International STEM in Education Conference Post-Conference Proceedings Queensland University of Technology*. 2019. С. 9-16.

ДИНАМИКА ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ В ПРЕДЕЛАХ ОДНОГО ИСТОРИЧЕСКОГО ПОКОЛЕНИЯ

Е.А. Фомина, В.А. Соломонов

Северо-Кавказский федеральный университет, Ставрополь, Россия

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена потребностью в понимании социально-психологических предпосылок ценностных структур современных студентов в контексте организации образовательного процесса в вузе. Целью предпринятого исследования послужило изучение ценностных позиций молодых людей студенческого возраста, относящихся к разным историческим поколениям, и выявление возможной динамики ценностей.

В качестве базы исследования выступили студенты в возрасте 18-20 лет, обучавшиеся в ставропольских вузах в 2004-05 и 2022-23 гг. Выборку составили 102 и 104 студента соответственно. Данные собраны с помощью компьютеризированного тестирования с использованием стандартизированных психологических методик Е.Б. Фанталовой, Б.И. Додонова. Обработка результатов проводилась с использованием методов регрессионного анализа и моделирования структурными уравнениями.

Проведен сравнительный анализ жизненных ценностей студентов, относящихся к разным историческим поколениям. Выявлены доминирующие типы эмоциональной направленности личности и жизненные ценности, играющие роль предикторов эмоциональной направленности представителей разных поколений. Установлена ориентация современного студенчества на жизненные ценности, актуальные для достижения гармонии и благополучия во внутренней жизни и социальном взаимодействии. Ориентация на материальное благополучие не входит в число доминирующих.

Ключевые слова: жизненные ценности, ценностные предпочтения, эмоциональная направленность, студенческий возраст.

DYNAMICS OF STUDENTS' LIFE VALUES WITHIN ONE HISTORICAL GENERATION

E.A. Fomina, V.A. Solomonov

North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

Abstract. The relevance of the research is due to the need to understand the socio-psychological prerequisites of the value structures of modern students in the context of the organization of the educational process at the university. The aim of the undertaken research was to study the value positions of young people of student age belonging to different generations historically, and to identify possible dynamics of values.

The research was based on students aged 18-20 years who studied at Stavropol universities in 2004-05 and 2022-23. The sample consisted of 102 and 104 students, respectively. The data were collected using computerized testing using standardized psychological techniques by E.B. Fantalova, B.I. Dodonov. The results were processed using regression analysis and structural equation modeling methods.

A comparative analysis of the life values of students belonging to different historical generations is carried out. The dominant types of emotional orientation of the per-

sonality and life values that play the role of predictors of the emotional orientation of representatives of different generations are revealed. The orientation of modern students on life values relevant for achieving harmony and well-being in inner life and social interaction has been established. The orientation towards material well-being is not among the dominant ones.

Keywords: life values, value preferences, emotional orientation, student age.

Введение. Жизненные ценности личности выступают одним из мощных регуляторов деятельности и поведения личности, в связи с чем они постоянно находятся в поле внимания представителей различных областей социально-гуманитарной науки. Смена социальных ценностей с неизбежностью влияет на индивидуальные ценности и ценностные ориентации, на что указывают работы ученых-социологов, психологов, педагогов. Это влияние столь значимо, что заставляет говорить о людях, рожденных и выросших в определенный исторический период как целостном сообществе – историческом поколении (Габдрахманова, 2020).

Для системы высшего образования понимание ценностей и ценностных отношений молодых людей имеет прикладное значение для организации образовательного процесса и выстраивания молодежной политики в вузе. Исходя из актуальных потребностей, в последние десятилетия выполнены исследования содержания жизненных ценностей современных студентов (Никифоров, Семенов, 2018); различных технологий (Утюганов и др., 2019) и аспектов воспитания студентов в контексте опоры на базовые ценности (2014–2023 гг.); гендерной специфики ценностей современных студентов (Хрипунова и др., 2019); роли ценностей в регуляторной деятельности молодых людей (Капцов, Колесникова, 2015) и т.д.

Однако зачастую полученные результаты фиксируют актуальное состояние жизненных ценностей молодежи, вне логики их развития в более широком социальном контексте.

Целью предпринятого исследования послужило изучение ценностных позиций молодых людей студенческого возраста, относящихся к разным исторически поколениям, и выявление возможной динамики ценностей.

С учетом значимости эмоционального компонента в ценностной структуре личности побудило нас уделить ему повышенное внимание и учитывать тип эмоциональной направленности как целостную структуру (Додонов, 1977).

Методы. Методика «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой (ФАН). Испытуемому предлагается список из 12 понятий, соответствующих основным жизненным ценностям. В качестве основных жизненных ценностей рассматриваются:

- 1) активная, деятельная жизнь;
- 2) здоровье (физическое и психическое);

- 3) интересная работа;
- 4) красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и искусстве);
- 5) любовь (духовная и физическая близость с человеком);
- 6) материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
- 7) наличие хороших и верных друзей;
- 8) уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений);
- 9) познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также интеллектуальное развитие);
- 10) свобода как независимость в поступках и действиях;
- 11) счастливая семейная жизнь;
- 12) творчество (возможность творческой деятельности).

Респонденту необходимо произвести их попарное ранжирование первоначально по значимости для своей жизни («ценности»), а затем – по «доступности» в разных жизненных сферах. Обработка ответов проводится в соответствии с «ключом». Методика позволяет диагностировать приоритетность жизненных ценностей, степень неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, уровень самореализации.

Шкала оценки значимости эмоций (ШОЭ), разработанная Б.И. Додоновым (Карелин, 2007). В авторской классификации эмоций Б.И. Додонов выделил:

- 1) альтруистические,
- 2) коммуникативные,
- 3) глорические (чувство гордости),
- 4) практические (чувство удовлетворенности работой),
- 5) пугнические (чувство риска),
- 6) романтические (чувство необычного),
- 7) гностические,
- 8) эстетические,
- 9) гедонические,
- 10) акзигитивные (чувство радости от приобретения).

По мнению ученого, за каждым из переживаний стоит какая-либо из потребностей: биологическая, социальная, познавательная. Методика предназначена для диагностики предпочтений в переживании эмоций, что отражает тип эмоциональной направленности личности. Испытуемому предлагается проранжировать 10 эмоциональных переживаний в зависимости от стремления к ним. Таким образом, этот инструмент позволяет определить характеристики эмоциональной сферы, наиболее тесно связанные с личностными, ценностными структурами.

Для статистической обработки эмпирических данных применялись компьютерные системы программного обеспечения MS Excel, IBM SPSS Statistics 22 и IBM SPSS AMOS версия 25.

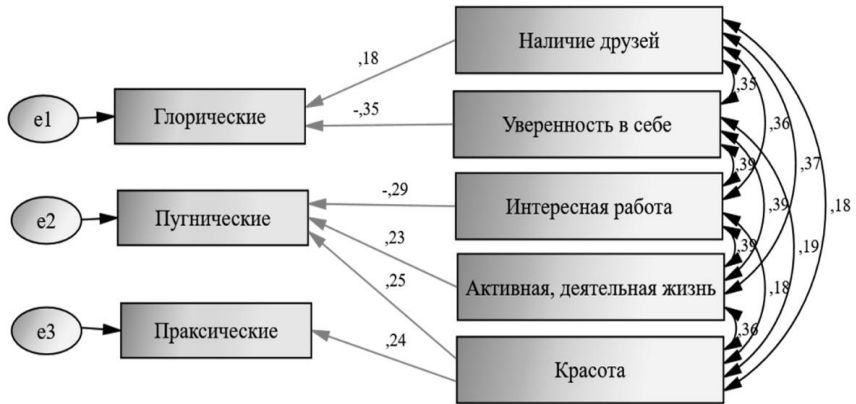
Выборку исследования составили 104 студента в 2022 г. и 102 студента в 2005 г. Возраст респондентов 18-20 лет.

Для выявления различия между выборками студентов 2005 и 2022 года был применен метод математической статистики Критерий Краскела-Уоллиса. Группы имеют значимое сходство по отношению к ценностям дружбы и ценностям красоты природы и искусства.

Для проверки гипотезы был применен регрессионный анализ, моделирования структурными уравнениями, построены модели эмоционально-ценностных позиций (предпочтений) современных студентов и их предшественников 2005 г.

В качестве независимых переменных избраны жизненные ценности, в качестве зависимых переменных – типы эмоциональной направленности личности. Для дальнейшего анализа выбраны типы эмоциональной направленности, имеющие пиковые значения.

Результаты. Результаты исследования проиллюстрированы на рисунках 1 и 2.



Chi-square = 57,331; $df = 29$; $p = 00000$; CFI = 0,9999; RMSEA = 0,00

Примечания: e1 ... e3 – ошибки, связанные со спецификой переменной

Рис. 1. Структурно-логическая модель эмоционально-ценностных позиций студентов (2022 г.).

В группе студентов 2022 года пиковые значения достигнуты по трем типам эмоциональной направленности: глорический, пугнический, практический.

Глорический тип в качестве предикторов имеет ценности «наличие хороших и верных друзей» (-0,18), «уверенность в себе» (-0,35).

Предикторами Пугнического типа выступают «интересная работа» (-0,29), «активная, деятельная жизнь» (0,23), «красота природы и искусства» (0,25).

«Красота природы и искусства» (0,24) как ценность выступает предиктором и для Праксического типа эмоциональной направленности личности.

Предикторный набор для совокупности независимых переменных составляют пять не повторяющихся ценностей.

В группе студентов 2005 г. пиковые значения имеют три типа эмоциональной направленности: глорический, гностический, гедонистический.

Глорический тип в качестве предикторов имеет ценности «наличие хороших и верных друзей» (0,15), «материально обеспеченная жизнь» (0,14), «активная, деятельная жизнь» (-0,11).

Предикторами Гностического типа выступают «наличие хороших и верных друзей» (0,09), «красота природы и искусства» (0,25).



Chi-square = 14,4; $df = 7,3$; $p = 0,0002$; CFI = 0,9999; RMSEA = 0,00

Примечания: e1 ... e3 – ошибки, связанные со спецификой переменной

Рис. 2. Структурно-логическая модель эмоционально-ценностных позиций студентов (2005 г.).

«Красота природы и искусства» (-0,31) выступает отрицательным предиктором для Праксического типа эмоциональной направленности личности.

Предикторный набор для совокупности независимых переменных составляют четыре не повторяющихся ценности, он является более узким, чем у студентов, обучающихся в 2022 году.

Обсуждение. Проведенное исследование показало наличие сходных и отличающихся ценностных позиций в структуре направленности личностей студентов, относящихся к последовательным историческим поколениям.

Для студентов и в 2005, и в 2022 гг. одинаково важны жизненные ценности красоты природы и искусства, наличия хороших и верных друзей. Они также чувствительны к возможности жить активной, деятельной жизнью. Представители обоих поколений продемонстрировали потребность в самоутверждении, признании, стремление к переживанию глорических эмоций, по классификации Б.И. Додонова.

К числу черт, отличающих разные поколения молодежи, относится несколько большее число предикторов, определяющих эмоциональную направленность личности у современных студентов, что означает более широкую ценностную структуру. Кроме того, у них в составе жизненных ценностей присутствуют те, в которых позиционируется собственное Я человека (ценность уверенности в себе, ценность интересной работы). Наиболее предпочтительными оказались потребности в переживании удовольствия от успешности деятельности и чувства риска, преодоления трудностей, борьбы (праксические и пугнические эмоции). Однако стремление пережить их связано не с потребностью обеспечить средства к существованию и комфорт, а с желанием самореализовываться, радоваться результатам своего труда, красоте природы и искусства.

Для поколения студентов 2005 г. значимым предиктором эмоциональной направленности личности выступала ценность материально обеспеченной жизни. Для них, помимо глорических эмоций, предпочтительными переживаниями оказались гностические, характеризующие процесс познания, и гедонистические, выражающие стремление к комфорту, к удовольствию. Молодые люди тех лет в большей степени, чем сейчас, были склонны занимать потребительскую позицию.

Выводы. Полученные данные подтверждают, что ценностные структуры молодых людей отражают ценности, современные для периода их личностного становления.

Современные студенты преимущественно ориентированы на ценности, позволяющие достигнуть персонального благополучия во внутренней жизни и социальном взаимодействии.

В противовес молодым людям предыдущего поколения, современные студенты в большинстве не склонны рассматривать материальное благополучие в числе доминирующих ценностей.

Библиографический список

1. Габдрахманова Г.З. Понятие «поколение» как научная категория // Научные труды Центра перспективных экономических исследований. 2020. № 18. С. 201-208. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44640667>.
2. Додонов Б. И. Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 1978. 272 с.
3. Капцов А.В., Колесникова Е.В. Взаимосвязь личностных качеств и ценностей студентов вуза с различным уровнем саморегуляции // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психологии. 2015. №1(17). С. 96-116.

4. Карелин А. А. Большая энциклопедия психологических тестов. М.: Эксмо, 2007. 416 с. (С. 31) https://cpkmed.ru/materials/El_Biblio/AktualDoc/psiho-logija/3.pdf
5. Утюганов А.А., Яницкий М.С., Серый А.В. Нарративные технологии формирования ценностно-смысловых ориентаций личности: психологическое содержание и применение в образовательной практике // Наука для образования сегодня. 2019. Т. 9. №1. С. 76-91.
6. Фанталова Е. Б. Диагностика ценностей и внутренних конфликтов в общей и клинической психологии [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2013. Том 2. № 1. URL: <https://psyjournals.ru/psyclin/2013/n1/58926.shtml>
7. Хрипунова О.Г., Поляруш А.А., Селиванова Е.В., Лунева Е.В. Гендерные особенности развития ценностных ориентаций студенческой молодежи // Наука для образования сегодня. 2019. Т. 9. № 5. С. 24-34.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ПОДРОСТКОВ С ОСОБЕННОСТЯМИ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ

И.Ю. Цыганов

ФГБНУ «Психологический институт РАО», г. Москва, Россия

Аннотация. Статья посвящена актуальному исследованию волевых качеств личности и взаимосвязей их субъективных самооценок с развитием осознанной саморегуляции учебной деятельности подростков.

Цель исследования – изучить взаимосвязь самооценок волевых качеств с показателями общего развития, а также когнитивных и личностных компетенций осознанной саморегуляции учебной деятельности.

Выборка исследования: 78 учащихся 7-х классов ($M = 13,23 \pm 0,454$). Методики исследования: 1. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» (Моросанова, Бондаренко, 2017); 2. «Методика самооценки волевых качеств» (Иванников, Эйдман, 1990).

Полученные результаты подтвердили предположение о специфике взаимосвязи самооценок волевых качеств с показателями развития осознанной саморегуляции у семиклассников. Были выявлены значимые положительные взаимосвязи общего уровня развития осознанной саморегуляции и отдельных регуляторных компетенций с развитием самооценок большинства волевых качеств. Несмотря на имеющиеся ограничения, результаты исследования позволяют наметить перспективу дальнейшего изучения когнитивных и личностных регуляторных ресурсов возрастного становления волевых качеств и роста величины их самооценок.

Ключевые слова: волевая регуляция, волевые качества, осознанная саморегуляция, личностные и регуляторные ресурсы, учащиеся.

THE RELATIONSHIP OF VOLITIONAL QUALITIES OF 7TH GRADE STUDENTS WITH THE PECULIARITIES OF CONSCIOUS SELF-REGULATION

I.Yu. Tsyganov

Psychological Institute of the Russian Academy of Education, Moscow, Russia

Abstract. The article is devoted to the actual study of the volitional qualities of personality and the interrelationships of their subjective self-assessments with the development of conscious self-regulation of educational activity of adolescents.

The purpose of the study is to investigate the relationship of self-assessments of volitional qualities with indicators of general development, as well as cognitive and personal competencies of conscious self-regulation of educational activity. The study sample: 78 students of the 7th grade (Russian school education) ($M = 13.23 \pm 0.454$). Research methods: 1. Questionnaire of V.I. Morosanova "Style of self-regulation of learning activity, SRLAQ-M" (Morosanova, Bondarenko, 2018); 2. "Methodology of self-assessment of volitional qualities" (Ivannikov, Eidman, 1990).

The results confirmed the assumption about the specifics of the relationship of self-assessment of volitional qualities with indicators of the development of conscious self-regulation in seventh graders. Significant positive interrelations of the general level of development of conscious self-regulation and individual regulatory competencies with the development of self-assessments of most volitional qualities were revealed. Despite the existing limitations, the results of the study allow us to outline the prospect of further study of cognitive and personal regulatory resources of the age-related formation of volitional qualities and the growth of their self-esteem.

Keywords: volitional regulation, volitional qualities, conscious self-regulation, personal and regulatory resources, students.

Введение. В настоящее время повышается интерес к проблеме воли и волевой регуляции и растет востребованность исследований в этом направлении. Исследования волевой регуляции, берущие свое начало в работах И.М. Сеченова (физиологическое обеспечение произвольной саморегуляции) и Л.С. Выготского (высшая психическая функция), на современном этапе интегрируют ее когнитивную и личностную стороны, и выделяется проблема волевых качеств, через которые реализуется волевая регуляция, и их возрастного становления.

В концепции В.А. Иванникова важное место отводится самооценке человеком своих волевых качеств: его представлениям на основе своего прошлого опыта о своей способности совершать волевые действия с необходимым смыслом и определенными характеристиками в нужный момент времени. Например, они им могут быть оценены с точки зрения инициативности, решительности, настойчивости и упорства (Иванников, Гусев, Барабанов, 2019). В концепции Т.И. Шульги становление волевых качеств в онтогенезе идет по пути дифференциации и интеграции и связано с поступательным волнообразным преобразованием звеньев волевой регуляции (мотивационного,

исполнительного, оценочно-результативного), при этом их компоненты (мотивы, цели, способы волевой регуляции и оценки ее результатов) выступают ресурсами этого становления (Шульга, 2020).

Центральное место в становлении волевых качеств отводится подростковому возрасту и актуальными становятся исследования ресурсов волевых качеств подростков (под руководством Т.И. Шульги – 1998-2011). Способность овладеть и научиться управлять своим поведением для подростков – возможность преодолевать трудности в учебной и других видах деятельности, а также трудности кризисных периодов, усиливая мотивы, стимулирующие новообразования возраста и ресурсы успешности (Шульга, 2020).

Интерес также привлекли результаты недавнего исследования на студентах 1 курса, имеющие актуальность и для выборок школьников. Согласно им, диспозиционный личностный ресурс контроль за действиями при планировании, определяющий способы достижения цели и готовность к активности в затрудняющих условиях, а также оценки осмысленности жизни, которая служит постановке и содержанию целей, линейно взаимосвязаны с самооценками волевых качеств и выступают их предикторами (Иванников, Гусев, Барабанов, 2019). С уверенностью можно предполагать, что за ними стоят механизмы осознанной саморегуляции. Согласно ресурсному подходу В.И. Моросановой (Моросанова, 2021), осознанная саморегуляция рассматривается как метаресурс, мобилизующий резервы индивидуальности и управляющий универсальными и специальными психологическими ресурсами человека. В этом контексте можно предполагать, что осознанная саморегуляция (СР) способствует развитию волевых качеств (продуктивный аспект) через опыт успешного достижения целей.

Цель эмпирического исследования – изучить взаимосвязь самооценок волевых качеств с показателями развития осознанной саморегуляции учебной деятельности.

Гипотеза: самооценки различных волевых качеств могут быть специфическим образом связаны с развитием различных процессов и свойств осознанной саморегуляции.

Выборка исследования: 78 учащихся 7-х классов ($M = 13,23 \pm 0,454$).

Методы исследования. 1. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» (Моросанова, Бондаренко, 2017). Включает 52 утверждения. Диагностирует интегративный показатель Общего уровня осознанной саморегуляции и 8 составных: Планирование, Моделирование, Программирование, Оценивание результатов (регуляторные процессы), Гибкость, Инициативность, Надежность, Ответственность (регуляторно-личностные свойства).

2. «Методика самооценки волевых качеств» (Иванников, Эйдман, 1990) предназначена для выявления самооценок выраженности 20 волевых качеств личности: Ответственный, Дисциплинированный, Целеус-

тремленный, Принципиальный, Обязательный, Настойчивый, Решительный, Волевой, Инициативный, Выдержанный, Самостоятельный, Энергичный, Терпеливый, Упорный, Смелый, Спокойный, Деловитый, Уверенный, Организованный, Внимательный по 5-ти балльной шкале, где 1 – соответствует наименьшему уровню выраженности признака, 5 – наибольшему уровню.

Результаты. Взаимосвязь показателей волевых качеств и осознанной саморегуляции установлена методом корреляционного анализа по критерию r Пирсона (таблица).

Таблица

Коэффициенты корреляции волевых качеств
и саморегуляции учебной деятельности

	Пл	М	ПР	ОР	Г	Иниц.	Н	Отв	ОУ
Ответственный		,30**		,46**	,28*	,44**	,40**	,44**	,53**
Самостоятельный			,32**		,28*	,41**	,45**	,29*	,47**
Дисциплинированный	,28*	,30**		,48**	,32**	,43**	,47**	,47**	,57**
Энергичный			,25*			,30**		,27*	,33**
Целеустремленный	,25*	,23*		,27*		,45**	,34**	,38**	,46**
Терпеливый		,35**		,38**	,24*		,28*	,23*	,37**
Принципиальный				,30**		,41**	,27*		,33**
Упорный						,24*			
Обязательный	,34**			,25*	,27*	,46**	,39**	,37**	,48**
Смелый					,24*	,29*	,28*		,31**
Настойчивый					,32**				
Спокойный							,32**	,28*	,29*
Решительный				,23*	,31**	,36**	,37**	,23*	,39**
Деловитый						,24*			
Волевой						,25*			
Уверенный		,27*		,31**	,37**	,24*	,25*	,33**	,41**
Инициативный		,31**		,35**	,48**	,30**	,23*	,36**	,44**
Организованный	,34**	,27*	,24*	,40**	,32**	,36**	,41**	,45**	,55**
Выдержанный	,35**			,32**	,30**	,36**	,31**		,43**
Внимательный		,30**		,23*		,37**	,30**	,26*	,39**

Примечания: осн. сокр.: Пл – планирование, М – моделирование; Пр – программирование, ОР – оценивание результатов, Г – гибкость, Иниц. – инициативность, Н – надежность, Отв. – ответственность, ОУ – общий уровень саморегуляции; * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Большинство показателей самооценок волевых качеств положительно и значимо (при $p \leq 0,05$; $p \leq 0,01$) взаимосвязано с развитием общего уровня осознанной СР – универсального ресурса учебной деятельности – в диапазоне $r = 0,29 - 0,57$. Не связанными с общим уровнем СР учебной деятельности оказались только три волевых качества, имеющие

при этом взаимосвязи со специальными регуляторными ресурсами. Это «Упорный», «Деловитый» и «Волевой», умеренно ($p \leq 0,05$) связанные с регуляторной Инициативностью ($r = 0,24 - 0,25$), и также качество «Настойчивый», имеющее сильную ($p \leq 0,01$) связь с Гибкостью ($r = 0,32$).

Волевые качества с наибольшей степенью связи их самооценок с общим уровнем осознанной СР ($r = 0,31 - 0,57$): Ответственный, Самостоятельный, Дисциплинированный, Энергичный, Целеустремленный, Терпеливый, Принципиальный, Обязательный, Смелый, Спокойный, Решительный, Уверенный, Инициативный, Организованный, Выдержанный, Внимательный.

В то же время каждое из этих качеств имеет специфику во взаимосвязях со специальными регуляторными компетенциями. Качества «Ответственный», «Дисциплинированный», «Терпеливый», «Инициативный» высоко связаны с Моделированием значимых условий и Оцениванием результатов, а также, за редким исключением, имеют высокие и умеренные связи со всеми регуляторно-личностными свойствами.

Качество «Внимательный» высоко связано с Моделированием значимых условий, Инициативностью и Надежностью; и умеренно – с Оцениванием результатов; и Ответственностью.

Качество «Уверенный», напротив, высоко связано с Оцениванием результатов, а также Гибкостью и Ответственностью; а умеренные связи имеет с Моделированием, Инициативностью и Надежностью.

Качество «Принципиальный» имеет высокие связи с Оцениванием результатов и Инициативностью, а также умеренную связь с Надежностью.

Качества «Организованный» и «Выдержанный» высоко связаны Планированием и Оцениванием результатов, а также, за малым исключением, со всеми регуляторно-личностными свойствами.

Качество «Обязательный» высоко связано с Планированием и регуляторными свойствами Инициативности, Надежности и Ответственности, а также имеет умеренные связи с Оцениванием результатов и Гибкостью.

Качества «Самостоятельный», «Энергичный» и «Целеустремленный» имеют высокую связь с Инициативностью, а также различные по уровню специфичные связи с другими регуляторными свойствами. При этом «Самостоятельный» и «Энергичный» также имеют связи различного уровня с Программированием, а «Целеустремленный» – умеренные связи с регуляторными процессами кроме Программирования.

Качество «Решительный» имеет высокие связи с регуляторными свойствами Гибкости, Инициативности, Надежности и умеренную – с Ответственностью; среди регуляторных процессов – умеренную связь с Оцениванием результатов.

Качество «Смелый» имеет умеренные связи с Гибкостью, Инициативностью и Надежностью.

Выводы. Полученные результаты подтвердили существование взаимосвязи самооценок волевых качеств с показателями осознанной СР у семиклассников. Перспективой является проведение дальнейших исследований с применением регрессионного анализа на выборках большего объема с целью выявления ресурсной роли осознанной саморегуляции в развитии волевых качеств.

Намеченное направление исследований имеет выраженную научную и практическую значимость. Оно позволит расширить представления об универсальных и специальных регуляторных ресурсах различных волевых качеств; внедрить новые результаты в практические программы развития волевых качеств, запрос на которые продиктован задачами ФГОС 3.

Библиографический список

1. Иванников В.А., Гусев А.Н., Барабанов Д.Д. Связь осмысленности жизни и способа контроля за действием с самооценками студентами волевых качеств. // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2019. № 2. С. 27-44. <https://doi.org/10.11621/vsp.2019.02.27>
2. Иванников В.А., Эйдман Е.В. Структура волевых качеств по данным самооценки // Психологический журнал. 1990. Т. 11, №3. С. 39-49.
3. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. № 1. С. 3–37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>
4. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика осознанной саморегуляции учебной деятельности: новая версия опросника ССУД-М // Теоретическая и экспериментальная психология. 2017. Т. 10, № 2. С. 27–37
5. Шульга Т.И. Некоторые итоги развития проблемы воли и волевой регуляции в исследованиях научной школы // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2020. № 1. С. 8–21. <https://doi.org/10.18384/2310-7235-2020-1-8-21>

СЕКЦИЯ 2
**ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ
ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ**

**ПСИХОСЕМАНТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ЮМОРА
КАК СПОСОБ ДИАГНОСТИКИ ВЫГОРАНИЯ У ВРАЧЕЙ**

М.М. Абдуллаева

МГУ имени М.В. Ломоносова, г. Москва, Россия

Аннотация. Статья посвящена обсуждению диагностических возможностей оценки юмористических текстов врачами с разной степенью профессионального выгорания. С целью проверки гипотезы о связи стиля и форм юмора с симптомами выгорания был подготовлен список юмористических текстов про врачей, которые оценивались респондентами по когнитивным и аффективным шкалам. В исследовании приняли участие 100 врачей разных специальностей. Им было предложено оценить 28 коротких юмористических текстов (анекдотов) про врачей по 8 семантическим шкалам и заполнить три опросника, направленных на диагностику выраженности симптомов выгорания, предпочитаемых стилей юмора и форм юмора. В результате кластерного анализа было выделено три группы врачей, различающихся степенью выраженности симптоматики выгорания. Было показано, что содержание и структура связей между оценками текстов, стилей и форм юмора качественно различаются в группе «благополучных» и «выгоревших» врачей. «Благополучные» врачи склонны шутить, у них выражен самоподдерживающий и аффилиативный стили юмора. В оценке предложенных анекдотов они выбирают шкалу «интересности». «Выгоревшие» врачи характеризуются самоуничтожительным стилем юмора и оценивают анекдоты про врачей как «несправедливые». Эти данные позволяют говорить о диагностических возможностях оценки юмористических текстов в выделении групп риска по выгоранию. Выраженность тенденции к уменьшению «позитивной» оценки юмора в сочетании с самоуничтожительным стилем говорят о проявлениях симптомов профессионального неблагополучия.

Ключевые слова: выгорание, юмор, психосемантическая оценка, врачи, психологический ресурс.

**PSYCHOSEMANTIC APPRAISAL OF HUMOR AS A METHOD
FOR DIAGNOSING PHYSICIANS' BURNOUT**

M.M. Abdullaeva

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Abstract. This article is devoted to the discussion of the diagnostic capabilities of humorous texts evaluation by the physicians with different degrees of professional burnout. In order to examine the hypothesis of relation between the style and forms of humor

and burnout symptoms a list of humorous texts about physicians was prepared and evaluated by the respondents according to cognitive and affective scales. One hundred doctors from different specialties took part in the study. They were offered to estimate 28 short humoristic texts (anecdotes) about physicians according to 8 semantic scales and to fill in three questionnaires, aimed to diagnostics of a burnout symptoms expression, preferred styles of humor and humor forms. As a result of the cluster analysis three groups of doctors, differing by the degree of burnout symptomatology expression, were distinguished. It was shown that the content and structure of connections between the assessments of texts, styles and forms of humor are qualitatively different in the group of "prosperous" and "burnt out" physicians. "Prosperous" physicians tended to joke; they expressed self-supportive and affirmative humor styles. In evaluating the jokes offered, they choose the "interestingness" scale. "Burned out" physicians are characterized by a self-deprecating style of humor and rate jokes about physicians as "unfair." These data allow us to speak about the diagnostic possibilities of humorous texts evaluation in determining the risk groups for burnout. The expressed tendency to decrease "positive" estimation of humor in combination with self-deprecating style is indicative of the symptoms of professional disadvantage.

Keywords: burnout, humor, psychosemantic assessment, physicians, psychological resource.

Введение. Современные исследования в области психологии саморегуляции направлены на изучение активности самого субъекта деятельности по организации своей жизни, включающей разные аспекты (Моросанова, 2020). Одним из самых интересных является вопрос о психологических ресурсах, которые могут расходоваться и восстанавливаться в процессе решения сложных задач. В контексте обсуждения средств, наделяемых ресурсной силой, мы обратились к изучению юмора у врачей, профессиональное выгорание которых является традиционной темой психологических исследований, посвященных поиску предикторов, буферов, «предохранителей» его развития. Поэтому что благополучие специалиста в области медицины напрямую связано с качеством оказываемых услуг (Свистунов и др., 2019).

В настоящее время можно выделить два главных подхода, реализующих различные методы диагностики выгорания, – факторный, предполагающий выделение основных проявлений выгорания, и процессуальный, ставящий акцент на разграничении качественных фаз в развитии выгорания. Объединяет эти подходы идея о том, что можно своевременно обнаружить запуск «непродуктивного горения» специалиста и предпринять активные шаги по его остановке. Эта идея, в свою очередь, порождает работы, направленные на совершенствование диагностики негативной симптоматики выгорания до того, как они будут обнаруживаться при помощи опросников.

Одним из интересных ходов, принятых в этой связи, стало обращение к юмору – большой области исследований, в которой обсуждаются как позитивные, так и негативные эффекты комического в разных ситуациях для раз-

ных людей. Противоречивость имеющихся данных о связях юмора с разными аспектами жизнедеятельности людей привела исследователей к необходимости выделения чувства юмора как личностной особенности, стилей юмора как поведенческой черты, предпочитаемых форм юмора и т.д., что тоже, на наш взгляд, говорит о диагностической «чувствительности» отношения к смешному. В исследовании М. Paran и др. (Paran et al., 2022) было показано, что хирурги и терапевты имеют схожие стили юмора.

Цель нашего исследования заключалась в изучении особенностей психосемантической оценки юмористических текстов врачами с разной степенью выраженности выгорания.

Для проверки нашего предположения о том, что врачи с симптомами профессионального неблагополучия будут оценивать предложенные тексты скорее негативно по сравнению с благополучными коллегами, и, в отличие от них, предпочитать агрессивный, самоуничижительный юмор, не имея склонности его продуцировать, нами был разработан специальный стимульный материал. Он представляет собой список коротких юмористических текстов (анекдотов) про врачей. Их отбор осуществлялся из самых разных источников. Всего было отобрано 153 анекдота, которые 10 экспертов оценивали по двум факторам – когнитивному (содержательному) и аффективному (эмоциональному). Анекдоты, получившие единую оценку по какой-нибудь шкале, из окончательного списка исключались. Кластеризация полученных данных (по К-средним) позволила выбрать 28 анекдотов, которые эксперты оценивали по-разному.

Методы. В исследовании приняло участие 100 врачей разных специальностей (43 мужчин, 57 женщин) в возрасте от 25 до 64 (средний возраст 39,9), со стажем от 1 до 35 лет (средний стаж 11,6 лет).

Респонденты оценивали 28 коротких юмористических текстов (анекдотов) про врачей по 8 семантическим шкалам, оценивая их выраженность: смешной, жизненный, оригинальный, избитый, остроумный, обидный, справедливый, интересный. Также им было предложено заполнить: а) «Опросник стилей юмора Р. Мартина» в адаптации Е.М. Ивановой, О.В. Митиной, А.С. Зайцевой, Е.А. Стефаненко, С.Н. Ениколопова для определения выраженности аффилиативного, самоподдерживающего, агрессивного, самоуничижительного стилей юмора у врачей; б) опросник «Уровень и тип чувства юмора И.С. Домбровской», направленный на диагностику: обращённости юмора на себя, обращённости юмора на других, а также склонности к восприимчивости юмора, склонности к производству юмора; в) опросник «Профессиональное выгорание» в русскоязычной версии Н.Е. Водопьянова и И.С. Старченкова для медицинских работников, позволяющий оценить степень выраженности трех симптомов выгорания: деперсонализации или цинизма, эмоционального истощения и редукции личных достижений.

Результаты. Хотя показатели выраженности симптомов выгорания по всей выборке врачей находятся в диапазоне средних значений, минимальные и максимальные значения свидетельствуют о разной степени профессионального благополучия наших респондентов. Показатели выраженности стилей юмора по всей выборке показывают, что на первом месте у врачей самоподдерживающий стиль юмора, затем идёт самоуничижительный стиль, затем агрессивный и affiliативный стили. По типу чувства юмора, который определяется направленностью на себя или на других, склонностью к восприятию или воспроизводству юмора, врачи разные: кто-то шутит скорее над собой, кто-то предпочитает смеяться над другими, кто-то любит слушать шутки, а кто-то рассказывает шутки сам.

Для выделения качественных групп был применен кластерный анализ (по К-средним), в результате которого были получены три группы респондентов: 1) без симптомов («благополучные», 42 чел.), 2) с отдельными симптомами (45 чел.), 3) «выгоревшие» (13 чел.).

Статистически значимые различия между группами (критерий Краскела-Уоллеса, $p \leq 0,005$) по оценкам анекдотов были получены только по двум семантическим шкалам «остроумный» и «избитый». Причем «благополучные» врачи оценивают анекдоты как остроумные, «выгоревшие» – как избитые.

Затем был предпринят корреляционный анализ (критерий Спирмена, $p \leq 0,005$) между семантическими оценками анекдотов, стилями и типом юмора внутри групп по выраженности профессионального выгорания. У «благополучных» врачей оценка анекдота как «интересного» коррелирует с affiliативным и самоподдерживающим юмором. Если такой врач предпочитает рассказывать (производство юмора), то он скорее будет описывать анекдоты как «остроумные», если слушать (восприятие юмора) – то анекдот для него «справедливый». В группе «выгоревших» были получены отрицательные связи самоуничижительного и агрессивного стилей юмора с оценкой анекдота как «справедливого» и оценки «жизненный» с производством юмора.

Обсуждение. Выделение групп врачей с выраженными симптомами (13 чел.) и с отдельными симптомами выгорания (45 чел.) на выборке из 100 человек отчасти отражают серьезность проблемы профессионального неблагополучия медицинских работников в силу стрессовости деятельности, большой коммуникативной нагрузки и высокой ответственности. Обращение к юмору как показателю ресурсности, средству совладания и саморегуляции (Мартин, 2009), как показателю качества взаимодействия с коллегами и пациентами (Chelly et al., 2022) является традиционным в психологии. Но в данной работе мы попытались связать особенности психосемантической оценки юмористических текстов с выраженностью симптомов выгорания. Оказалось, что «благополучные» врачи склонны шутить, у них выражен самоподдерживающий,

подразумевающий оптимистичный взгляд на жизнь, срабатывающий в трудных ситуациях, и аффилиативный, укрепляющий в силу добродушности межличностные отношения, стили юмора. И в оценке предложенных анекдотов, которые все сконструированы для порождения смеха у читающего, они выбирают шкалу «интересности», синонимами которой являются «занятность», «привлекательность», «курьезность». Мы допускаем, что в силу самой природы смешного, анекдот может нравиться или нет, но врачи без симптомов выгорания предпочитают описывать юмористические тексты как «интересные». В отличие от них «выгоревшие» врачи с самоуничижительным стилем юмора, направленным на самого себя, делающим себя объектом насмешек, оценивают анекдоты про врачей как «несправедливые». И если такие врачи шутят, то их анекдоты скорее «нежизненные», «нереалистичные», «неактуальные». Полученные нами данные согласуются с данными других авторов. Так, в исследовании на врачах-онкологах было показано, что выгорание положительно связано с самоуничижительным юмором и отрицательно – с самоутверждающим стилем юмора (Wang, Godecker, Rose, 2022).

Выводы. Сравнительный анализ полученных эмоциональных и когнитивных оценок юмористических текстов показал, что оценки группы врачей, разделенных по степени выраженности выгорания, различаются по двум шкалам когнитивного характера – «остроумный» и «избитый».

Сравнение показателей врачей по степени выраженности стилей юмора, особенностей направленности юмора различий не обнаружило, однако результаты корреляционного анализа данных внутри каждой группы позволяет увидеть интересные связи. Так, в группе благополучных врачей такие критерии оценок юмористических текстов, как «остроумный, справедливый, оригинальный» оказались связаны со шкалой «производство юмора» и самоподдерживающим и аффилиативным стилями юмора. В группе выгоревших врачей оценка юмористических текстов как «справедливых» отрицательно связана самоуничижительным юмором.

Эти данные позволяют говорить о диагностических возможностях юмористических текстов в выделении групп риска по выгоранию. Выраженность тенденции к уменьшению «позитивной» оценки юмора, к его производству в сочетании с самоуничижительным стилем говорят о проявлениях симптомов профессионального неблагополучия.

Библиографический список

1. Мартин Р. Психология юмора. СПб: Питер, 2009. 480 с.
2. Моросанова В.И. Развитие ресурсного подхода к исследованию осознанной саморегуляции достижения целей и саморазвития человека // Психология саморегуляции: эволюция подходов и вызовы времени. М., СПб.: Нестор-История, 2020. С. 11-37.
3. Свистунов А.А., Осадчук М.А., Миронова Е.Д. Выгорание как профессиональная проблема современного здравоохранения // Consilium Medicum. 2019.

T. 21, № 12. С. 101-105. https://omnidocor.ru/library/izdaniya-dlya-vrachey/consilium-medicum/cm2019/cm2019_12_km/vygoranie-kak-professionalnaya-problema-sovremenogo-zdravookhraneniya/

4. Chelly F., Kacem I., Moussa A. et al. Healing humor: The use of humor in the nurse-patient relationship // Occupational Diseases and Environmental Medicine. 2022. Vol. 10, № 3. P. 217-231. <https://doi.org/10.4236/odem.2022.103017>

5. Paran M., Sover A., Dudkiewicz M. et al. Comparison of sense of humor and burnout in surgeons and internal medicine physicians. // Southern Medical Journal, 01 Nov 2022, Vol. 115, № 11. P. 849-853. <https://doi.org/10.14423/smj.0000000000001470>

6. Wang C.C., Godecker A., Rose S.L. Adaptive and maladaptive humor styles are closely associated with burnout and professional fulfillment in members of the Society of Gynecologic Oncology // Gynecologic Oncology Reports. 2022. Vol. 42. Article 101020. <https://doi.org/10.1016/j.jgore.2022.101020>

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫХ РЕГУЛЯТОРОВ С ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ СПЕЦИАЛИСТОВ-ОПЕРАТОРОВ «СИСТЕМЫ 112»

А.А. Алдашева

Институт психологии Российской академии наук, г. Москва, Россия

О.А. Первачёва

*Государственный академический университет гуманитарных наук, г. Москва,
Россия*

Аннотация. В настоящей работе описана специфика представлений о ценностях профессионального взаимодействия специалистов-операторов-112 с разным стажем работы и их индивидуально-психологические особенности. Выборка составила 82 человека, которая была разделена на две группы – «молодые специалисты» и «опытные специалисты». Ценностно-смысловыми регуляторами группы молодых специалистов являются «уважение» и «доброжелательность», отражающие ведущую направленность данного вида операторского труда. Индивидуально-личностное своеобразие данной группы характеризуется связью ответственности работы с доверием себе. Основным механизмом саморегуляции является моделирование. Отличительной ценностью профессионального взаимодействия группы опытных специалистов стало «трудолюбие». Для группы характерна высокая жизнестойкость, принятие рисков, основной механизм принятия ответственности осуществляется с помощью контроля, как механизм преодоления экстренного компонента деятельности.

Ключевые слова: ценностно-смысловые регуляторы, специалисты-операторы, представления, стиль саморегуляции поведения.

INTERRELATION OF VALUE-SEMANTIC REGULATORS WITH INDIVIDUAL-PERSONAL CHARACTERISTICS SPECIALIST-OPERATORS OF "SYSTEM 112"

A.A. Aldasheva

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia

O.A. Pervacheva

State Academic University of Humanities, Moscow, Russia

Abstract. This paper describes the specifics of ideas about the values of professional interaction between specialist operators-112 with different work experience and their individual psychological characteristics. The sample consisted of 82 people, which was divided into two groups – "young specialists" and "experienced specialists". The value-semantic regulators of the group of young specialists are "respect" and "goodwill", reflecting the leading orientation of this type of operator work. The individual and personal originality of this group is characterized by the connection between the responsibility of work and self-confidence. The main mechanism of self-regulation is modeling. A distinctive value of the professional interaction of a group of experienced specialists was "industriousness". The group is characterized by high resilience, risk taking, the main mechanism for taking responsibility is carried out with the help of control, as a mechanism for overcoming the emergency component of activity

Keywords: value-semantic regulators, specialists-operators, representations, style of behavior self-regulation.

Введение. Основываясь на взглядах отечественных психологов об операторской деятельности, которые выделяли такие психологические факторы обеспечения эффективности и надежности деятельности, как устойчивость человека-оператора к стрессу (Бодров, 2000), профессиональные качества субъекта труда (Безбогов, 1998), мы находим, особенно важным фактором ценностно-смысловую регуляцию специалиста (Алдасева и др., 2021; Первачева, 2022).

Цель исследования состояла в изучении ценностно-смысловых регуляторов специалистов-операторов-112 с разным опытом работы.

Задачи исследования: 1. Определить специфику представлений о ценностях профессионального взаимодействия специалистов-операторов; 2. Описать индивидуально-психологические особенности групп с разным стажем работы.

Гипотезой исследования стало предположение о том, что представления специалистов-операторов-112 о ценностях профессионального взаимодействия будут различаться в зависимости от стажа работы, и они связаны с их индивидуально-психологическим своеобразием.

Характеристики выборки. Из общего числа специалистов-операторов-112 – 82 человека (ср. возраст $32,81 \pm 9,72$ лет) было выделено две группы по стажу работы. Первая группа – «молодые специалисты» со стажем работы от 1 года до 3 лет (ср. возраст $29,35 \pm 7,2$ лет; ср. стаж 1,7 ±

0,4 года), вторая группа – «опытные специалисты» со стажем работы от 3 до 12 лет (ср. возраст $36,7 \pm 10,23$; ср.стаж $6,29 \pm 3,58$ года).

В исследовании применялся следующий диагностический пакет:

1. Опросник ценностей профессионального взаимодействия по методу незаконченных предложений (авторский).

2. Опросник «Психологический облик» Е.Н. Резникова (три шкалы: ценности-цели (ЦЦ), ценности-средства (ЦС) и ценности отношения к труду (ЦОТ).

3. Опросник «Стиль саморегуляции поведения — ССП-98» В.И. Моросановой (Моросанова, 2004).

4. Интерперсональная диагностика индивидуального стиля межличностного поведения Т. Лири, в адаптации Л.Н.Собчик «Диагностика межличностных отношений» (ДМО).

5. «Тест жизнестойкости» С. Мадди, в адаптации Д.А. Леонтьева (ТЖ).

6. «Методика изучения доверия к себе» Н.Б. Астаниной.

7. Методика оценки доверия/недоверия другим людям А.Б. Купрейченко (МОД/НДЛ);

8. Тест мотивационной структуры Г. Херцберга (ТМС).

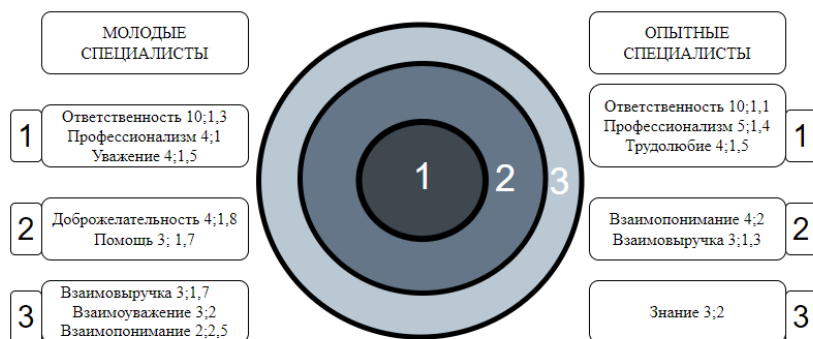
Статистическая обработка результатов осуществлялась с помощью статистического пакета SPSS 26.0: коэффициент ранговой корреляции Спирмена (r), программы Excel и прототипического метода П. Вержеса.

Результаты. В настоящем исследовании был проведен прототипический анализ с целью изучения специфики представлений о ценностях профессионального взаимодействия специалистов-операторов-112 с разным стажем работы по методу П. Вержеса [рис.1]. Каждое понятие было отнесено в соответствующую из трёх зон структуры представления в соответствии с частотой встречаемости и средним рангом, в результате чего была получена трехкомпонентная структура представления о ценностях профессионального взаимодействия каждой группы.

Ядерная зона структуры представлений двух групп (зона 1) включила такие понятия как «ответственность» и «профессионализм». Отличительным понятием для опытных специалистов стало «трудолюбие», в то время как для молодых – «уважение». Зона периферии имеет отличия в представлениях двух групп. Так, для молодых специалистов она характеризуется понятиями «доброжелательность» и «помощь», для опытных – «взаимопонимание» и «взаимовыручка». Зона дальней периферии в группе молодых специалистов ценности профессионального взаимодействия связаны с понятиями «взаимовыручка», «взаимоуважение», «взаимопонимание», в представлениях опытных специалистов – со «знанием».

Следующим этапом стало описание индивидуально-психологических характеристик двух групп с разным стажем работы. В группе молодых специалистов были получены две корреляционные плеяды (рис. 2).

Обращают на себя внимание такие системообразующие показатели как «моделирование», «гибкость», «ответственность работы» и «доверие себе». «Моделирование» связано с такими когнитивными показателями как «ответственное отношение» (ЦОТ) ($r = 0,64$ при $p < 0,0001$) и «самоконтроль» (ЦС) ($r = 0,6$ при $p < 0,0001$), который, в свою очередь, имеет связь с показателем «знание» (МОД/НДЛ) ($r = 0,51$ при $p < 0,0001$). Помимо этого, «моделирование» имеет положительную связь с «доброжелательностью» ($r = 0,52$ при $p < 0,0001$), что отражает ценностное отношение к другому и является профессионально важным качеством данного вида операторского труда.



Примечание: 1 – зона ядра; 2 – зона периферии; 3 – зона дальней периферии.

Рис. 1. Сравнительный анализ структуры представлений специалистов-операторов-112 с разным опытом работы о ценностях профессионального взаимодействия

Взаимосвязь триады «ответственность работы» с «доверием себе» ($r = 0,5$ при $p < 0,0001$) и «гибкостью» ($r = 0,5$ при $p < 0,0001$) может говорить о том, что доверие себе предполагает принятие профессиональной ответственности и связано со способностью изменять стратегии поведения. Выбор стратегии взаимодействия таких специалистов определяется их гибкостью, подразумевающей вариативность поведения в пределах заданных организационных норм.

Таким образом, индивидуально-личностное своеобразие группы молодых специалистов характеризуется связью ответственности работы с доверием себе. Основным механизмом саморегуляции является моделирование, а стратегии поведения характеризуются ответственным отношением к труду, самоконтролем и знанием другого. Основным ценностно-смысловым регулятором этой группы специалистов являются «уважение»

(ядерная зона) и «доброжелательность». Последняя находится во второй зоне структуры представлений о ценностях профессионального взаимодействия и одновременно является условием осуществления труда, в котором важна направленность на другого человека.

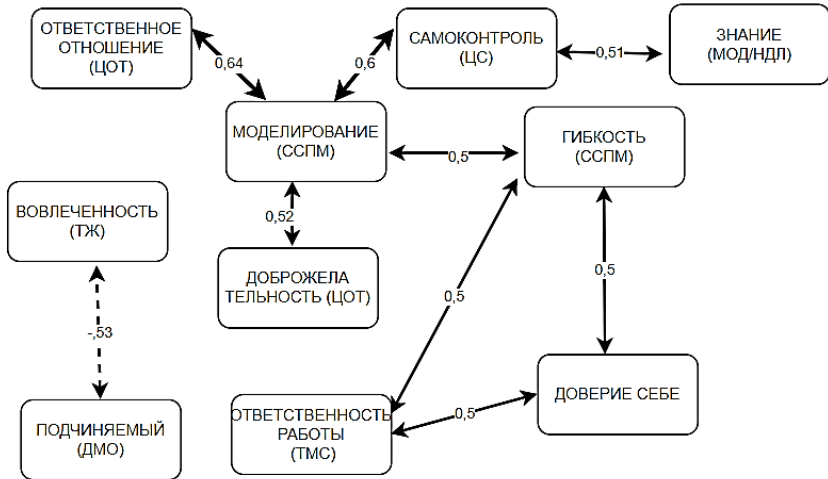


Рис. 2. Взаимосвязь ценностных ориентаций с индивидуально-личностными характеристиками молодых специалистов

В группе опытных специалистов были получены две корреляционные плеяды (рис. 3). Центральными звеньями полученной плеяды стали показатели «жизнестойкость» и «контроль» (ТЖ) и «авторитарный и подозрительный межличностный стиль» (ДМО).

Показатель «жизнестойкости» связан показателем, на котором выстраивается доверие другому человеку «расчет» (МОД/НДЛ) ($r = 0,5$ при $p < 0,0001$), а «контроль» (ТЖ) имеет отрицательную связь с показателем «подозрительный» (ДМО) и положительную с показателем «авторитарный» (ДМО) ($r = 0,49$ при $p < 0,0001$). Такая взаимосвязь может говорить о том, что для этих людей жизнестойкость связана с принятием рисков как ведущим компонентом деятельности, связанной с экстренным профилем, в котором механизм контроля имеет основополагающее значение. Благодаря контролю снижается уровень подозрительности за счет активной действенной позиции. Такая стратегия поведения взаимосвязана с доверием себе и с саморегуляцией как способностью выработки индивидуального стиля взаимодействия в условиях неопределенности и экстренности.

Вторая корреляционная плеяда выражена взаимосвязью ценностность отношения к труду «честность» плеяды и показателя «альтруистический» (ДМО)

($r = 0,55$ при $p < 0,0001$), что может говорить об альтруистической направленности, основанной на честном отношении к выполнению своего профессионального долга, связанного с помощью людям.

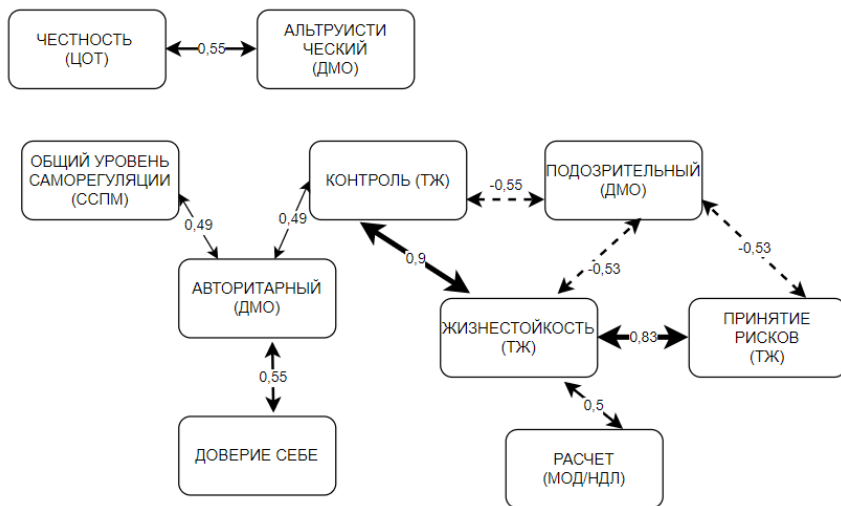


Рис. 3. Взаимосвязь ценностных ориентаций с индивидуально-личностными характеристиками опытных специалистов

Можно сделать вывод о том, что основным ценностно-смысловым регулятором данной группы выступает трудолюбие (ядерная зона структуры представлений. Механизмом осуществления деятельности является контроль и руководство процессом. С точки зрения ряда авторов деятельность человека-оператора связана с тем, что ему необходимо осуществлять произвольный и непроизвольный контроль над своими действиями (Зинченко, Труш, 1978; Боковиков, 1998). Контроль в этой деятельности, как известно, «...осуществляется посредством внимания, как свойством личности и показателем сформированности мотивационно-волевой сферы...» (Бодров, 2000), а будучи личностным свойством может препятствовать развитию стресса и способствовать повышению работоспособности за счет мобилизации внутренних ресурсов (Боковиков, 1998). Исследованиями других авторов также показано, что качества, которыми должен обладать специалист опасной профессии, являются самоконтроль, активность, умеренная агрессивность (Лебедева, 2021). Схожие результаты были получены в группе опытных специалистов-операторов-112, что отражает психологическую особенность данной группы.

Выводы. Структура представлений о ценностях профессионального взаимодействия имеет специфику у молодых и опытных специалистов. На

основании проведённого анализа индивидуально-личностных особенностей каждой из групп было показано, что для группы молодых специалистов отличительными ценностями профессионального взаимодействия являются «уважение», «доброжелательность», которые отражают направленность на другого в профессиональном взаимодействии. Профессиональная ответственность связана с такими стилями саморегуляции поведения, как моделирование и гибкость. Для группы опытных специалистов характерно принятие ответственности, которое связано с такими механизмами, как высокий уровень саморегуляции, доверием к себе, отношением к другому основанном на расчете. Для специалистов-операторов-112 данной группы характерна высокая жизнестойкость, принятие рисков, контроль как механизм преодоления ведущего компонента деятельности, связанный с экстренным профилем. Отличительной ценностью профессионального взаимодействия стало «трудолюбие».

Библиографический список

1. Алдашева А.А., Лим В.С., Лекалов А.А., Рунец О.В. Индивидуально-личностные детерминанты выбора стратегий преодоления сложности профессиональных условий лётчиками ВКС // Сборник научных трудов к 60-летию первого полёта человека в космос: «Авиационно-космическая медицина, авиационная психология и военная эргономика. Становление, состояние и перспективы развития». 2021. С. 11-18.
2. Безбогов А.А. Принцип системности Б.Ф. Ломова в психологии и оценивание функционирования систем «человек-техника»/Развитие идей Б. Ф. Ломова в исследованиях по психологии труда и инженерной психологии: (Материалы I Науч. ломов. чтений [дек. 1991 г.])/(Редкол.: Бодров В. А. и др.)Москва: ИПРАН, 1992.
3. Бодров В. А. Информационный стресс: Уч. пособ. для вузов. М.: ПЕР СЭ, 2000.
4. Боковиков А. М. Влияние модуса контроля над деятельностью на устойчивость человека к стрессу в неконтролируемых ситуациях (на примерах компьютеризации деятельности). Дисс. канд. психол. наук, М.: Институт психологии РАН, 1998.
5. Зинченко В. П., Труш В. Д. Применение ЭВМ для исследований исполнительской и познавательной деятельности оператора// В. П. Зинченко (ред.), Труды ВНИИТЭ. Эргономика. М.: ВНИИТЭ. 1978. Вып. 15. С. 3-11.
6. Лебедева И. О. Личностные качества специалистов опасных профессий: теоретический обзор / И. О. Лебедева// Молодой ученый, 2021. № 17 (359). С. 342-344.
7. Моросанова В.И. «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. М.: Когито-Центр, 2004.
8. Первачёва О.А. Ценностно-смысловые регуляторы профессионального взаимодействия в группах с разной эффективностью труда // Психологические исследования, 2022. С. 90-99. <https://elibrary.ru/item.asp?id=50222037>

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА К ПЕРЕХОДУ В ПОЖИЛОЙ ВОЗРАСТ

Е.А. Антипина

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, г. Елец, Россия

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление психологической готовности людей зрелого возраста к жизни в пожилом возрасте. Отмечается, что в научной литературе недостаточно освещены проблемы позитивной готовности к жизни в пожилом и старческом возрасте, что делает на практике проблематичным использование регуляторных личностных механизмов при переходе в поздний онтогенез в силу их неразработанности и, соответственно, несформированности, кроме случаев стихийного формирования. Автором акцентировано внимание на теоретических предпосылках изучения проблемы психологической готовности человека к поздним периодам жизни, отмечена значимость психологической готовности к предстоящим возрастным изменениям для людей зрелого возраста. При этом отмечено, что традиционные определения психологической готовности к переходу в новый возрастной период не отражают всей полноты проблем, с которыми может столкнуться пожилой человек. Целью исследования явилось выявление виктимологических элементов готовности и неготовности лиц зрелого возраста к переходу в пожилой возраст. Методом исследования выступила разработанная авторская анкета. В выборку вошли представители различных видов профессий в возрасте 35-45 лет в количестве 30 человек. Выявлено, что готовность к негативным изменениям в пожилом возрасте, готовность преодолевать негативные проблемы должна иметь антивиктимную основу. Среди причин неготовности названы виктимные барьеры: страхи стать немощным и ненужным, боязнь изменений, отсутствие позитивных представлений о себе в будущем и др. Дано авторское определение виктимологической составляющей психологической готовности к жизни в пожилом возрасте. Предлагается в качестве защитных средств против виктимизации в пожилом возрасте актуализировать антивиктимные свойства личности.

Ключевые слова: готовность к пожилому возрасту, зрелость, психологическая готовность, жизненные планы, прогнозируемое будущее.

PSYCHOLOGICAL READINESS OF PERSONS OF MATURE AGE TO TRANSITION INTO OLD AGE

E.A. Antipina

Bunin Yelets State University, Yelets, Russia

Abstract. The article presents the results of an empirical study aimed at identifying the psychological readiness of people of mature age for life in old age. It is noted that the scientific literature does not sufficiently cover the problems of positive readiness for life in the elderly and senile age, which makes it problematic in practice to use regulatory personality mechanisms during the transition to late ontogenesis due to their undeveloped and, accordingly, unformed, except in cases of spontaneous formation. The author focuses on the theoretical prerequisites for studying the problem of psychological readiness of a person for the later

periods of life, the importance of psychological readiness for the upcoming age changes for people of mature age is noted. At the same time, it is noted that the traditional definitions of psychological readiness for the transition to a new age period do not reflect the fullness of the problems that an elderly person may face. The aim of the study was to identify victimological elements of readiness and unwillingness of mature persons to transition into old age. The research method was the author's questionnaire developed. The sample included representatives of various types of professions aged 35-45 years in the number of 30 people. It was revealed that the readiness for negative changes in old age, the willingness to overcome negative problems should have an anti-antimicrobial basis. Victim barriers are named among the reasons for unavailability: fears of becoming infirm and unnecessary, fear of change, lack of positive self-image in the future, etc. The author's definition of the victimological component of psychological readiness for life in old age is given. It is proposed to actualize the antimicrobial properties of the personality as protective means against victimization in old age. The concept of victim personality is contrasted with the concept of anti-victim personality.

Keywords: readiness for old age, maturity, psychological readiness, life plans, predicted future.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда, проект 23-28-00306 «Концептуальные основы функционирования и развития антивиктимной личности в пожилом возрасте».

Введение. Всемирное старение населения, увеличение сроков выхода граждан на пенсию, проявление интолерантного отношения к людям пожилого возраста актуализировало проблему поиска психологических ресурсов для подготовки к неопределенному будущему в позднем онтогенезе уже на более ранних этапах (Anderson, Gettings, 2022).

В исследованиях отмечается, что, несмотря на наличие элементов осмысления и прогнозирования своей жизни на этапе пенсионного возраста, имеет место факт личного неприятия своего будущего старения, отсутствие готовности к переходу в более поздние возрастные периоды (Белановская, 2017).

Н.С. Глуханюк и Т.Б. Гершкович понимают под готовностью к освоению возрастно-временных изменений интегративное психическое образование, включающее осознание личностью факта собственного старения, толерантное отношение к нему, включая активный поиск продуктивных стратегий адаптации к этому процессу (Гершкович, Глуханюк, 2005).

К элементам психологической готовности относят также осознание личностью своих потребностей, целей, условий реализации целей, способов их достижения, трудностей реализации деятельности, а также умений прогнозировать будущее и мобилизовывать свои ресурсы (Дьяченко, Кандыбович, 1976).

При этом полагаем, что и в структурах готовности, приведенных выше, отсутствует важный элемент, обеспечивающий перманентную подготовку к переходу к позднему онтогенезу – виктимологический.

Виктимологический ракурс, акцентирующий внимание на аспектах личной безопасности, принципиально важен для личности, поскольку безопасность является одной из базовых потребностей личности (Маслоу, 2019). В силу чего мы предполагаем, что специальное концентрирование именно на виктимологической стороне готовности к переходу в пожилой возраст уменьшит типичные психологические барьеры за счет усиления позиций антивиктимной личности.

Антивиктимная личность – это концепт, разработанный как альтернатива концепту виктимной личности. Виктимная личность – это личность, осознающая себя жертвой, в структуре которой присутствуют личностный комплекс жертвы. Антивиктимная личность – это личность, которая благодаря антивиктимным установкам, антивиктимной жизненной позиции и антивиктимному локус-контролю не дает воспринимать себя как жертву (Будякова и др., 2023). В русле подготовки к жизни в позднем онтогенезе антивиктимный аспект будет способствовать мобилизации защитных ресурсов организма и личности, обеспечивая ее совладание с вызовами пожилого возраста.

Цель данного исследования – выявить виктимологические элементы готовности и неготовности к переходу в пожилой возраст у людей зрелого возраста.

Методы. Выборка. В исследовании участвовали респонденты в количестве 30 человек, в возрасте 35-45 лет, работающие в различных профессиональных сферах. Средний возраст участников – 43,8.

Материал методики – авторская анкета, вопросы которой были направлены на выявление наличия виктимных и антивиктимных свойств и инструментов личности в подготовке к переходу в пожилой возраст у людей зрелого возраста.

Результаты и их обсуждение. По результатам диагностики выявлены основные проблемы, которые респонденты связывают с пожилым возрастом, и характер психологической готовности к ним (таблица 1).

Таблица 1

Результаты анкетирования по выявлению психологической готовности людей зрелого возраста к переходу в пожилой возраст

	Готовность	Неготовность
Негативные изменения во внешнем образе и физиологии в предстоящем пожилом возрасте	44	56
Негативные изменения в характере, в общении в предстоящем пожилом возрасте	38	62
Негативные изменения, обусловленные изменениями в образе жизни в предстоящем пожилом возрасте	26	74

По результатам проведённого исследования выявлено, что в ответах большинства респондентов спектр позитивных качеств, образа жизни, характеристик, проблем пожилого возраста в количественном соотношении существенно меньше, чем негативных. Это свидетельство наличия страхов перед пожилым возрастом, что составляет основу виктимной личности.

Осознание необходимости виктимологической готовности к жизни в пожилом возрасте будет способствовать вступлению в данный возраст без эмоциональных нарушений и проблем, предвидению негативных состояний и событий в период выхода на пенсию, а также ощущению безопасности жизнедеятельности.

Выводы. Обобщая, можно сформулировать авторское определение виктимологической готовности к переходу в пожилой возраст. Под ней следует понимать осознание потребностей пожилого возраста в обеспечении собственной безопасности и комфортного проживания, активное создание благоприятных условий для жизнедеятельности на перспективу позднего онтогенеза, обеспечивающих сохранение собственного достоинства в пожилом возрасте и старости. Поскольку безопасность – это базовая потребность личности, то акцент на ней будет способствовать мобилизации ресурсов для ее обеспечения.

Библиографический список

1. Белановская О.В. Жизненные планы и жизненные ценности у женщин возраста ранней и средней взрослости // Актуальные научные исследования в современном мире. 2017. №10-3. С.108-113.
2. Будякова Т.П., Батуркина Г.В., Нижник Г.Н. Физическая культура и спорт как предикторы антивиктимной личности. Монография. Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2023. 161 с.
3. Гершкович Т. Б., Глуханюк Н. С. Готовность к освоению возрастнo-временных изменений в процессе жизненного пути // Образование и наука, 2005. № 5 (35). С 90-99.
4. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологические проблемы готовности к деятельности. – Минск: БГУ, 1976. 176 с.
5. Маслоу А.Х. Мотивация и личность/Под ред. Ильина Е. Питер, 2019 400 с.
6. Anderson L. B., Gettings P. E. “Old age scares me”: Exploring young adults' feelings about aging before and during COVID-19 // Journal of Aging Studies. 2022. Vol. 60. Article 100998. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2022.100998>

ОСОЗНАННОСТЬ КАК РЕСУРС САМОРЕГУЛЯЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ

И.В. Блинникова, А.С. Кузнецова

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, г. Москва,
Россия*

Аннотация. Актуальность исследования в том, что на современном уровне развития исследований саморегуляции функциональных состояний человека (ФС) необходимым становится аналитическое сопоставление теоретических подходов к оценке возможностей произвольной саморегуляции в разных ситуационных условиях. С учетом динамично развивающихся исследований осознанности (mindfulness) целесообразно проанализировать перспективы интеграции достижений данного направления с существующими отечественными подходами к анализу ресурсов произвольной саморегуляции ФС и моделями процессов осознанного регулирования деятельности. Цель работы – анализ теоретических оснований и принципов исследования осознанности с целью уточнения возможностей данного направления для оценки ресурсной сферы профессионалов. В эмпирическом исследовании приняли участие специалисты медицинской сферы (всего 87 человек). Для сбора данных использовались преимущественно методики опросного типа для диагностики личностной осознанности, потенциала эмоциональной регуляции, текущих и хронических ФС. Результаты. Выявлены особенности выраженности осознанности и проанализированы структурные связи ее компонентов у медицинских работников. Результаты обсуждаются в контексте соотношения осознанности и возможностей произвольной саморегуляции деятельности и ФС профессионалов. Показано, что данные о выраженности осознанности можно рассматривать как ресурсную базу для индивидуального выбора и применения приемов целевой саморегуляции ФС. Соотнесены системные проявления осознанности и индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности. Заключение. На основании итогов теоретического осмысления и эмпирического анализа данных предложены основания для интерпретации осознанности как индивидуального ресурса саморегуляции. Очерчена проблемная область для дальнейшего исследования соотношения осознанности и профессиональной успешности.

Ключевые слова: саморегуляция, осознанность, индивидуальные ресурсы саморегуляции, функциональное состояние, адаптивность.

MINDFULNESS AS A RESOURCE FOR SELF-REGULATION OF THE HUMAN FUNCTIONAL STATE

I.V. Blinnikova, A.S. Kuznetsova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Abstract. The relevance of the study lies in the fact that at the current level of development of research on self-regulation of human functional states (HFS). It becomes necessary to analytically compare theoretical approaches to assessing the possibilities of voluntary self-regulation in different situational conditions. Taking into account the dynamically developing research on mindfulness, it is advisable to analyze the prospects for integrating the achievements of this area with existing domestic approaches to the analysis of the resources of vol-

untary self-regulation of the HFS and models of the processes of conscious activity regulation. The systematization of the empirical data is relevant, allowing to consider mindfulness as an individual resource of self-regulation for successful adaptation to the professionally specific requirements of the work content and working conditions. The aim of the research is to analyze the theoretical foundations and principles of the study of mindfulness in order to clarify the possibilities of this area for assessing the resource sphere of professionals. Empirical studies were carried out on medical specialists (n = 87) Questionnaire-type methods were used - for assessment of trait mindfulness, emotional regulation potential, acute and chronic HFS. Results. The level of development of the main components of mindfulness was assessed in medical specialists. The features of the severity of mindfulness are revealed and the structural connections of its components are analyzed. The results are discussed in the context of correlating the mindfulness and possibilities of voluntary self-regulation of activity and the HFS. It is shown that data on the severity of mindfulness can be considered as a resource base for the individual choice and application of targeted HFS self-regulation techniques. Systemic manifestations of mindfulness and individual features of conscious self-regulation of voluntary activity are correlated. Conclusions. Based on the results of theoretical comprehension and empirical analysis of data, grounds are proposed for interpreting mindfulness as an individual resource of self-regulation. A problem area is outlined for further research on the relationship between awareness and professional success.

Keywords: self-regulation, mindfulness, individual self-regulation resources, human functional state, adaptivity.

Введение. Задачи соотнесения разрабатываемых в рамках разных научных школ современных линий исследования особенностей саморегуляции функциональных состояний человека (ФС) становятся все более актуальными. Они требуют внимательного сопоставления разных методологических подходов к трактовке осознанной саморегуляции и возможностей произвольного самоуправления состоянием в разных ситуационных условиях (Леонова, Кузнецова, 2019). Существенным в случае решения задач самоуправления текущим состоянием является постановка целей, моделирование условий и создания программы осознанных действий (Моросанова, 2021). Однако не все способны создавать и использовать подобную регулируемую систему, для этого нужны особые средства, позволяющие анализировать и трансформировать состояние. В этой статье мы попытаемся рассмотреть осознанность (mindfulness) как ресурсный потенциал рефлексии и управления ФС. Под осознанностью мы будем понимать сложный комплекс когнитивных и аффективных установок и навыков, связанных с контролем внимания и увеличением осведомленности о содержании и динамике текущих психических процессов и активных действий (Bishop et al., 2004).

В ряде исследований осознанности были продемонстрированы ее возможности в отслеживании текущего опыта. В частности, в одной из наших работ было зафиксирована положительная связь осознанности с сис-

темной рефлексией, и отрицательная – с интроспекцией и квази-рефлексией, как ее неадаптивными формами (Блинникова, Матюшин, 2020). Фиксации когнитивных ресурсов на процессе деятельности и выделения моментов появления «проблемных участков» выполнения задач позволяет отрефлексировать и, возможно, зафиксировать в памяти специфические особенности процесса – как своего рода показатели смены механизмов регуляции деятельности (Пуговкина, Шильникова, 2014; Glomb et al., 2011).

В статье мы сосредоточимся на управлении ФС. Поскольку, согласно структурно-интегративному подходу, текущее ФС и есть структура внутренних средств, отражающая механизмы регуляции деятельности «здесь и сейчас» (Леонова, Кузнецова, 2019), есть смысл проанализировать возможности осознанности относительно разных блоков этих ресурсов. Здесь мы видим, что осознанность позволяет отслеживать содержание сознания (Holas, Janowski, 2013), более эффективно использовать когнитивные ресурсы (Jha et al., 2010), регулировать эмоциональные отклики (Carpenter et al., 2019) и контролировать поведенческие ответы (Kang, Gruber, Gray, 2013). Существенным является и рассмотрение динамики ФС: от острых переживаний текущего момента к хроническим и отсроченным проявлениям. Задачей настоящего исследования является построение динамической модели управления ФС с помощью инструментов осознанности.

Программа исследования. В исследовании приняли участие 87 специалистов медицинской сферы, среди которых 43 человека – дипломированные врачи разного профиля, а 44 человека составляли группу среднего медицинского персонала. Для сбора данных использовались методики опросного типа, разработанные для оценки личностной осознанности (MAAS, FFMQ, SAMS-10), потенциала эмоциональной регуляции (Когнитивная регуляция эмоций), шкалы позитивного и негативного аффекта (ШПАНА), опросника острого и хронического стресса А.Б. Леоновой.

Результаты продемонстрировали, что уровень осознанности связан с когнитивной регуляцией эмоций: были установлены положительные корреляционные связи с такими шкалами, как принятие, фокусировка на планирование и позитивная переоценка и отрицательные корреляции с показателем катастрофизации. Кроме этого, оказалось, что осознанность вносит значимый вклад в переживание позитивных эмоций и в гораздо меньшей степени определяет уровень негативных переживаний. Что касается острого и хронического стресса, то было установлено, что осознанность в незначительной степени связана с проявлениями острого стресса как текущего ФС, но вносит существенный вклад в формирование хронического стресса. Систематизация собранных эмпирических данных позволяет рассматривать осознанность как индивидуальный ресурс саморегуляции, позволяющий, прежде всего, выделять и акцентировать позитивные составляющие текущего опыта, а также не ставить преграды на

пути удержания негативных переживаний. Все это снижает риск развития хронических стрессовых состояний.

Выводы. На основании итогов теоретического осмысления и эмпирического анализа собранных данных предложены основания для интерпретации осознанности как индивидуального ресурса саморегуляции, задействование которого может способствовать успешной адаптации к профессионально-специфичным требованиям содержания и условий труда и осуществлению эффективной саморегуляции ФС. Очерчена проблемная область для дальнейшего исследования соотношения осознанности и профессиональной успешности.

Библиографический список

1. Блинникова И.В., Матюшин В.В. «Осознанность» (mindfulness) как ресурс совладания с деструктивными состояниями на рабочем месте // Психология саморегуляции: эволюция подходов и вызовы времени / под ред. Ю.П.Зинченко, В.И.Моросановой. М.-СПб.: Нестор-История, 2020. С. 435-461.
2. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2019. № 1. С. 13-33.
3. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2021. № 1. С. 4-37.
4. Пуговкина О.Д., Шильникова З.Н. Концепция mindfulness (осознанность): неспецифический фактор психологического благополучия // Современная зарубежная психология. 2014. Т. 3, № 2. С. 18–28.
5. Bishop S.R., Lau M., Shapiro S., Carlson L., Anderson N.D., Carmody J., & Devins G. Mindfulness: A proposed operational definition // *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2004. Vol. 11, №3. P.230-241. <https://doi.org/10.1093/clipso.bph077>
6. Carpenter J.K., Conroy K., Gomez A.F., Curren L.C., Hofmann S.G. The relationship between trait mindfulness and affective symptoms: A meta-analysis of the Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) // *Clin Psychol Rev*. 2019. Vol. 74. P. 101785. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101785>
7. Glomb T., Duffy M., Bono J., Yang T. Mindfulness at work // *Research in Personnel and Human Resources Management* / ed. A. Joshi, H. Liao, J. J. Martocchio. Emerald Group Publishing Limited, 2011. P. 115–157.
8. Holas P., Jankowski T. A cognitive perspective on mindfulness // *International Journal of Psychology*. 2013. Vol. 48, № 3. P. 232–243.
9. Jha A.P., Stanley E.A., Kiyonaga A., Wong L., Gelfand L. Examining the protective effects of mindfulness training on working memory capacity and affective experience // *Emotion*. Vol. 10, №1. P. 54-64. <https://doi.org/10.1037/a0018438>
10. Kang Y., Gruber J., Gray J.R. Mindfulness and de-automatization // *Emotion Review*. 2013. Vol. 5, № 2. P. 192–201.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ФАКТОР ДИНАМИКИ ЖИЗНЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ

Е.В. Бондарева

Национальный Университет Узбекистана, г. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования факторов динамики жизненной перспективы студентов высших образовательных учреждений, в частности, психологического благополучия и самоэффективности личности. Автором делается попытка обосновать динамику жизненной перспективы в рамках экзистенциально-гуманистического подхода, то есть через обращение к категориям самореализации, отношений с окружающими людьми, автономии, ответственности за свою жизнь, самоэффективности. Поскольку современный подход к образованию включает в себя не только передачу знаний и выработку профессиональных компетенций у студентов, но и, прежде всего, формирование у них активной жизненной позиции, готовности работать на благо общества, содействовать процветанию своей страны, изучаемая проблема представляет большой научный и практический интерес. Целью исследования стало изучение психологического благополучия и самоэффективности студентов высших образовательных учреждений как факторов динамики их жизненной перспективы. В исследовании использовались Шкала психологического благополучия К. Рифф, Шкала общей самоэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема, а также Циклический тест времени «Круги Т. Коттла». Исследование проводилось в течение трёх лет, а его участниками стали студенты различных курсов высших образовательных учреждений Узбекистана в количестве 630 человек. Полученные данные продемонстрировали взаимосвязь жизненной перспективы личности с общей самоэффективностью и отдельными показателями психологического благополучия (личностный рост и цели в жизни). Результаты исследования могут быть использованы для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса в высших образовательных учреждениях, а также служить базой для дальнейших исследований в области психологии личности.

Ключевые слова: жизненная перспектива, психологическое благополучие, самоэффективность, самореализация.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AS A DYNAMIC FACTOR OF STUDENTS' LIFE PERSPECTIVE

E.V. Bondareva

National University of Uzbekistan, Tashkent, Uzbekistan

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the factors in the dynamics of the life prospects of students of higher educational institutions, in particular, the psychological well-being and self-efficacy of the individual. The author makes an attempt to substantiate the dynamics of life prospects within the framework of an existential-humanistic approach, that is, through an appeal to the categories of self-realization, relationships with other people, autonomy, responsibility for one's life, self-efficacy. Since the modern approach to education includes not only the transfer of

knowledge and the development of professional competencies among students, but, above all, the formation of an active life position in them, a willingness to work for the benefit of society, to contribute to the prosperity of their country, the problem under study is of great scientific and practical importance. The aim of the study was to study the psychological well-being and self-efficacy of students of higher educational institutions as factors in the dynamics of their life prospects. The study used the Scale of psychological well-being by K. Riff, the Scale of overall self-efficacy by R. Schwarzer and M. Yerusalem, as well as the T. Cottle's Circles Test. The study was conducted for three years, and its participants were students of various courses of higher educational institutions of Uzbekistan in the amount of 630 people. The data we obtained demonstrated the relationship between a person's life prospects and overall self-efficacy and individual indicators of psychological well-being (personal growth and life goals). The results of the study can be used to improve the effectiveness of the educational process in higher educational institutions, as well as serve as a basis for further research in the field of personality psychology.

Keywords: life perspective, psychological well-being, self-efficacy, self-realization.

Введение. В наше непростое время человек всё чаще предстаёт перед глобальными вызовами, ставящими под угрозу его психологическое благополучие. Экономическая нестабильность, пандемии, политические кризисы порождают тревогу о будущем, искажают восприятие времени жизни в сознании людей. Особенно чувствительной к этим угрозам оказывается молодёжь, которой ещё предстоит выстроить линию своей жизни, найти и реализовать себя в этом мире. В связи с этим в психологической науке усилился интерес к исследованиям жизненной перспективы в юношеском возрасте. Для ранних исследований восприятия времени жизни было характерно изучение мотивационной насыщенности, а также количественных и качественных особенностей жизненной перспективы (Нюттен, 2004). В современных исследованиях жизненная перспектива всё чаще рассматривается как фактор профессионального становления личности, карьерного самоопределения студенческой молодёжи, либо в связи с ценностями личности (Bondareva, 2022).

Гораздо меньше в научной литературе представлены исследования динамики жизненной перспективы. В связи с недостаточной изученностью данной проблемы целью нашего исследования стало выявление факторов динамики жизненной перспективы у студентов 1-4 курсов высших образовательных учреждений Узбекистана.

Методология и методы исследования. Вслед за К.А. Абульхановой-Славской и Е.И. Головахой, мы понимаем жизненную перспективу как субъективное отношение человека к отдельным периодам его жизни, включающее в себя когнитивный и мотивационно-оценочный компоненты (Абульханова-Славская, 1991; Головаха, 2008).

В нашем исследовании для определения динамики жизненной перспективы был использован Циклический тест времени «Круги Т. Коттла» (Белинская, 2007). Тест представляет собой проективную методику, с помощью которой измеряется субъективная значимость для личности её прошлого, настоящего и будущего, а также степень их связности. Респонденты выполняли тест дважды – с позиции актуального «Я» и с позиции «Я три года назад». Для объективной оценки динамики жизненной перспективы сопоставлялись результаты теста у студентов различных курсов (с 1-го по 4-й).

Согласно гипотезе исследования, жизненная перспектива зависит от психологического благополучия личности. В многомерной модели К. Рифф данное понятие является отражением самореализации человека в различных модальностях – взаимоотношениях с людьми, личностном росте, жизненных целях, автономии, управлении своим окружением, самоприятии (Шевеленкова, 2005).

Ещё одним фактором динамики жизненной перспективы, по нашему мнению, является самооффективность, для определения которой была использована Шкала общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема (Шварцер, 1996). Авторы основываются на идее А. Бандуры о том, что вера в эффективность собственных действий оказывает значительное влияние на то, как люди рассуждают, поступают и чувствуют себя в различных ситуациях.

Участниками исследования стали студенты различных курсов высших образовательных учреждений в количестве 630 человек, из них 344 девушки и 286 юношей.

Результаты и их обсуждение. Начнём с обсуждения результатов по шкале самооффективности. На рис. 1 отражены средние показатели студентов различных курсов по методике Р. Шварцера и М. Ерусалема.

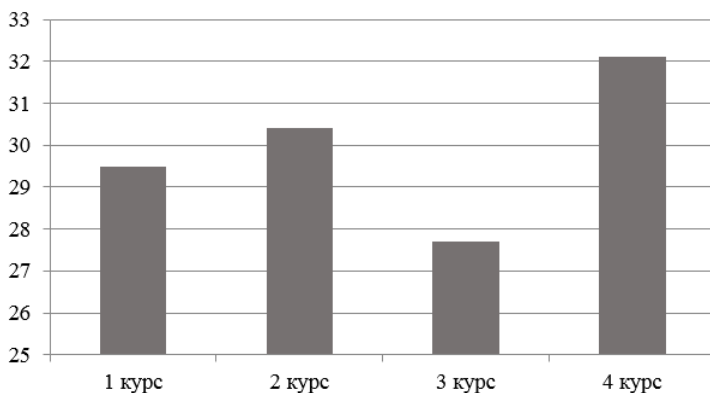


Рис. 1. Средние показатели Шкалы общей самооффективности по курсам

Как видно на диаграмме, наибольший уровень самооффективности демонстрируют студенты 4-го курса. Это означает, что выпускники бакалавриата уже знают и принимают свои положительные и отрицательные качества, видят много достижений в своём прошлом. Напротив, третьекурсники ниже всего оценивают свою самооффективность, разочарованы своими результатами.

Перейдём к описанию результатов по шкале К. Рифф, представленных на рисунке 2.

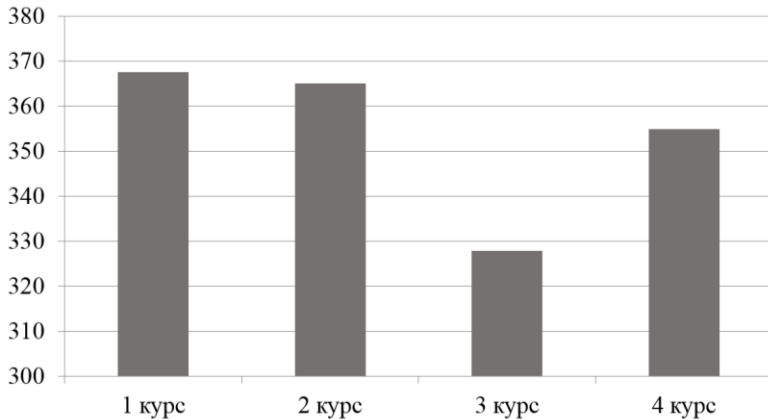


Рис. 2. Средние показатели Шкалы психологического благополучия по курсам

Общий показатель психологического благополучия выше у студентов 1-го курса, то есть они устанавливают доверительные отношения с окружающими, имеют цель в будущем, независимы, достигают самореализации в конкретных обстоятельствах своей жизни. Самые низкие показатели психологического благополучия у студентов 3-го курса, что свидетельствует об их ограниченной способности управлять своей жизнью. Различия между курсами по шкалам самооффективности и психологического благополучия статистически значимы.

Рассмотрим далее, какие изменения в жизненной перспективе отметили сами респонденты. На рисунке 3 показана значимость прошлого для студентов сейчас и три года назад, измеренная по методике Т. Коттла.

Диаграмма свидетельствует о том, что значимость прошлого для студентов увеличивается с каждым курсом. Относительно же динамики отношения к прошлому можно сказать, что только первокурсники считают, что сейчас оно для них более значимо, чем раньше. У студентов всех других курсов отношение к прошлому изменилось в сторону обесценивания.

Значимость настоящего по методике Т. Коттла отражена на рисунке 4.

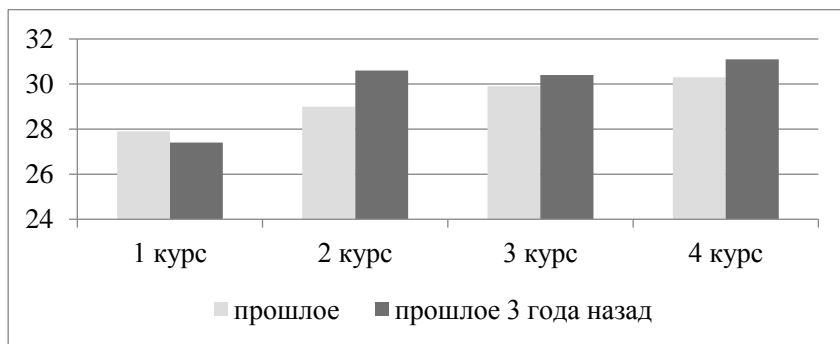


Рис. 3. Средние показатели значимости прошлого по курсам

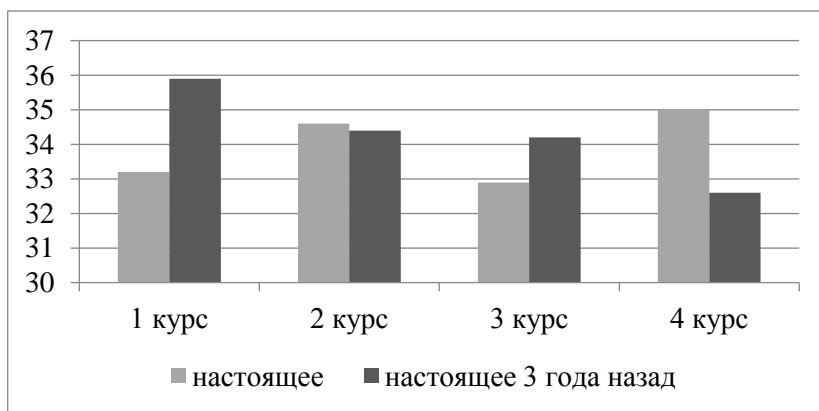


Рис. 4. Средние показатели значимости настоящего по курсам

Как видно на рисунке, настоящему отдают предпочтение студенты 4-го курса, что неудивительно, поскольку курс выпускной. Что касается динамики отношения к настоящему, то она сильнее всего выражена у студентов 1-го и 4-го курсов, но при этом носит противоположный характер: у первокурсников значимость настоящего за три года сильно снизилась, а у старшекурсников возросла.

Наибольший интерес для нас представляла динамика отношения к будущему у студентов. На рисунке 5 отчетливо видно, что для студентов 1 курса будущее наиболее значимо; так, по мнению респондентов, было и 3 года назад. Несколько неожиданный результат – для выпускников будущее наименее значимо, причём его значимость за 3 года ощутимо снизилась. Для всех же остальных курсов значимость будущего за 3 года возросла.

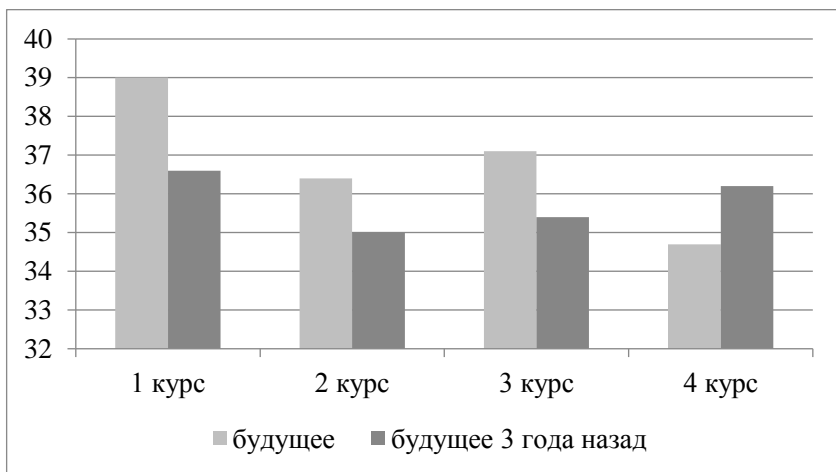


Рис. 5. Средние показатели значимости будущего по курсам

Корреляционный анализ переменных показал выраженную прямую зависимость между результатами по шкалам «значимость будущего» методики Т. Коттла и «цели в жизни» методики К. Рифф ($r_s = .226$). Ещё большая взаимосвязь прослеживается между целями в жизни и значимостью будущего три года назад ($r_s = .250$). Цели в жизни и значимость прошлого, наоборот, имеют обратную зависимость ($r_s = -.288$).

Обнаруживается также сильная положительная связь между шкалой «личностный рост» методики К. Рифф и значимостью настоящего три года назад ($r_s = .302$) и сильная отрицательная связь – со значимостью прошлого три года назад ($r_s = -.361$). Психологическое благополучие отрицательно коррелирует со значимостью прошлого ($r_s = -.243$), как и самооценочность ($r_s = -.256$).

Выводы. Полученные нами в ходе исследования данные заставляют задуматься об эффективности процесса обучения в вузе. Разумеется, выводы носят предварительный характер и требуют дальнейшего уточнения. Очевидно, что изучение жизненной перспективы студентов может оказаться полезным в плане обнаружения механизмов успешного становления личности.

Библиографический список

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия человеческой жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Белинская Е.П., Давыдова И.С. Графический тест Коттла: специфика показателей временной перспективы // Психологическая наука и образование, 2007. Том 12, № 5. С. 28-37

3. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. М.: Смысл, 2008. 267 с.

4. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004. 608 с.

5. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В.Г. Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология, 1996. № 7. С. 71-76.

6. Шевеленкова Т.Д., Фесенко Т.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика, 2005 г. №3. С. 95-121.

7. Bondareva E. Studying the value orientations of students in the context of their life perspective // Science and Innovation. International scientific journal. 2022. Vol. 1, № 8. P. 1565-1569. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7436385>

НАСИЛИЕ, НАПРАВЛЕННОЕ ПРОТИВ УЧИТЕЛЕЙ, В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ

В.М. Ганузин

Ярославский государственный медицинский университет, г. Ярославль, Россия

Е.А. Ковалева

Комратский государственный университет, г. Комрат, Республика Молдова

Аннотация. В статье представлена проблема психотравмирующих действий, направленных на педагогов участниками образовательного процесса. Проведенный нами анализ иностранной и отечественной литературы свидетельствует о том, что учителя все чаще подвергаются психологическому насилию со стороны учащихся, их родителей, коллег и школьной администрации. Стрессовые факторы, направленные на учителей, могут серьезно снизить профессиональное самочувствие учителя и помешать выполнению педагогических задач. *Целью исследования* является определение распространенности насилия, направленного против учителей, в зависимости от их возраста и стажа работы. *Методы исследования и выборка.* Исследование проводилось с помощью адаптированной анкеты по выявлению буллинга, виктимизации и дидактогении, применяемых против учителей. Проведено анкетирование 112 учителей общеобразовательных школ с различным опытом и стажем работы. Группы подразделялись по возрасту: 20-25 лет, 26-30 лет, 31-35 лет, 36-40 лет, 41-50 лет, 51-60 лет, старше 60 лет и стажа педагогической работы до 5 лет, 6-10 лет, 11-20 лет, 21-30 лет, больше 30 лет. *Результаты исследования.* Нами выявлены различия проявления случаев насилия в зависимости от стажа работы учителей. В группе со стажем 6-10 лет – 20%, в группе 11-20 лет – уже 50%, а в группе со стажем 21-30 лет – 65%. А в группах учителей со стажем работы от 0 до 5 лет и больше 30 лет мы не выявили фактов насилия. Учителя, считающие себя жертвой, чаще встречались в группах со стажем 6-10 лет (20%) и в группе со стажем 11-20 лет (16%). Чувство напряженности на рабочем месте было выявлено во всех исследуемых группах. 40% учителей со стажем 6-10 лет и 20% в группе со стажем 11-20 лет чувствуют себя напряженно и тревожно. Эти состояния в данных группах из-за психического негативного воздействия отмечают 90% учителей. В анкете учителя констатировали оскорбления в их адрес со стороны учащихся, их родителей, коллег и администрации. Эти проблемы возникли в основном у

молодых педагогов. В группе со стажем 10-20 лет у учителей в 25% возникали конфликты с родителями. *Заключение.* Буллинг и виктимизация учителей связаны с конфликтом между субъектами в образовательном процессе. Развитие профессиональной компетентности и личности педагога, оптимизация межличностных отношений субъектов в образовательном процессе являются необходимыми ресурсами эффективности педагогической деятельности, сохранения здоровья и повышения качества образовательных услуг. Поддержка руководством школы и хорошие отношения с коллегами являлись ценными ресурсами для развития положительных эмоций и снижения уровня насилия над учителями.

Ключевые слова: школьный климат, буллинг, виктимизация, насилие над учителями.

VIOLENCE AGAINST TEACHERS IN MODERN CONDITIONS OF SOCIAL CHALLENGES

V.M. Ganuzin

Yaroslavl State Medical University, Yaroslavl, Russia

E.A. Kovaleva

Comrat State University, Comrat, Republic of Moldova

Annotation. This article presents the problem of psycho-traumatic actions aimed at teachers by participants in the educational process. Our analysis of foreign and domestic literature indicates that teachers are increasingly subjected to psychological violence by students, their parents, colleagues and school administration. Stress factors directed at teachers can seriously reduce a teacher's professional well-being and interfere with the performance of pedagogical tasks. The purpose of the study is to determine the prevalence of violence directed against teachers depending on their age and length of service. *Research methods and sampling.* The study was conducted using an adapted Bullying, Victimization and Didactogeny Questionnaire used against teachers. A survey of 112 teachers of general education schools with different experience and length of service was conducted. The groups were divided by age: 20-25 years old, 26-30 years old, 31-35 years old, 36-40 years old, 41-50 years old, 51-60 years old, over 60 years old and teaching experience up to 5 years, 6-10 years old, 11-20 years old, 21-30 years old, over 30 years old. *Research results.* We have identified differences in the manifestation of cases of violence depending on the length of service of teachers. In the group with an experience of 6-10 years -20%, in the group of 11-20 years - already 50%, and in the group with an experience of 21-30 years - 65%. And in groups of teachers with work experience from 0 to 5 years and more than 30 years, we did not reveal facts of violence. Teachers who consider themselves a victim were more common in groups with 6-10 years of experience (20%) and in the group with 11-20 years of experience (16%). Feelings of tension in the workplace were identified in all study groups. 40% of teachers with 6-10 years of experience and 20% in the group with 11-20 years of experience feel tense and anxious. These conditions, in these groups, are noted by 90% of teachers due to mental negative impact. In the questionnaire, teachers noted insults against them from students, their parents, colleagues and administration. These problems arose mainly among young teachers. In the group with 10-20 years of experience, 25% of teachers had conflicts with their parents. *Conclusion.* Bullying and victimization of teachers is

associated with a conflict between subjects in the educational process. The development of professional competence and the personality of a teacher, the optimization of interpersonal relations of subjects in the educational process are necessary resources for the effectiveness of pedagogical activity, maintaining health and improving the quality of educational services. Support from school management and good relationships with colleagues were valuable resources for developing positive emotions and reducing violence against teachers.

Keywords: school climate, bullying, victimization, violence against teachers.

Введение. Насилие, совершаемое в отношении учителей, последнее время получает все большее развитие и может негативно сказываться на благополучии, эффективности деятельности, состоянии здоровья и продолжительности жизни учителей в профессии, качестве педагогической деятельности. Агрессивное поведение учеников и их родителей по отношению к учителям – обычное явление в школах разных стран. Особое место в школьной агрессии, по данным литературы, отводится насилию против учителей со стороны коллег и администрации (Собкин, 2012; Пеан и соавт, 2021, 2022). В своем исследовании (Anderman, Eseplage, Reddy et al., 2018) изучили реакцию учителей после перенесенного ими насилия. Они выявили, что учителя часто сталкивались с агрессивным поведением учеников во время работы.

При анкетировании 1198 учителей 94 государственных школ Дании (Andersen, Aust, Winding, 2021) была выявлена тесная связь высоких требований педагога с агрессивным поведением учеников по отношению к учителям. Анализируя полученные результаты, были сделаны выводы, что для снижения школьного насилия необходимо руководителям учебных заведений тщательно сбалансировать эмоциональные требования учителей к ученикам во время занятий, а педагогам повысить контроль над владением ситуации при проведении уроков.

Для объективной оценки насилия против учителей в бразильских школах (Plassa, Paschoalino, Bernardelli, 2021) был проведен анализ влияния социально-демографических особенностей и условий школьной среды на вероятность насилия по отношению к учителю. Авторами для этой цели были использованы данные национальной системы оценки базового образования (SAEB - The national system for evaluating basic education). Было отмечено, что учителя старшего возраста и с низкой зарплатой чаще подвергаются различным видам насилия. А школьники, воспитывающиеся в семьях с одним родителем, чаще проявляют агрессию по отношению к учителям.

Насилие в школьной среде, связанное с преследованием и виктимизацией учителей, является относительно новой областью исследований в системе образования (Bounds, Jenkins, 2016). Авторы исследования показали, как учителя справляются с последствиями насилия, к кому обращаются за со-

циальной поддержкой после того, как они столкнулись с насилием, и эффективна ли социальная поддержка. По их данным, учителя чаще всего подвергаются вербальному насилию и за помощью обращаются, преимущественно, к другому учителю или супругу, а не к администрации.

В США ученые обобщили данные литературы по насилию, направленному против учителей, за последние два десятилетия и показали жестокие реалии, с которыми сталкиваются многие педагоги (Kailyn et al., 2021). Авторами представлен обзор самых последних исследований, связанных с насилием в отношении педагогов, включая показатели распространенности, виды агрессии, агрессоров, сопутствующие условия и корреляты, а также личные и организационные результаты. Кроме того, в статье показана роль школьного климата в предотвращении школьного насилия и виктимизации учителей.

При исследовании относительного вклада различных факторов в повторную виктимизацию учителей (Outlaw, Ruback, & Britt, 2002) анализ полученных результатов показал, что повторная виктимизация существенно различалась в зависимости от района проживания.

Растущий объем эмпирических исследований виктимизации учителей показывает, что она широко распространена и приводит к негативным последствиям (Moon, Saw & McCluskey, 2020). Авторы выявили множество различных типов виктимизации: кража, физическое насилие, словесные оскорбления, нефизическая контактная агрессия и личное издевательство с различными уровнями. Ученые показали, что распространенность и частота, а также множественные виктимизации в значительной степени связаны с увольнением учителей или прекращением педагогической карьеры. При этом, около половины учителей указали на безразличие и неэффективное вмешательство школьной администрации как на важную причину ухода из карьеры.

Отвечая на вопрос об основных стрессогенных факторах на работе, учителя постоянно называют нарушения порядка в классе или проблемы с дисциплиной (Aldrup et al., 2019). При опросе 222 учителей, которые оценивали плохое поведение учащихся в классе, отношения между учителем и учениками и свое самочувствие с точки зрения эмоционального истощения и энтузиазма в работе. Результаты выявили связь между плохим поведением учащихся, повышенной утомляемостью и снижением энтузиазма в работе. Плохое поведение, оцениваемое учащимися, в меньшей степени коррелировало с самочувствием учителя.

Нами проанализированы работы, посвященные буллингу и виктимизации учителей в отечественной литературе. Мы нашли только несколько статей по этой проблеме (Собкин, 2012; Черненко, Сапрыкина, 2018; Реан и соавт, 2021, 2022; Темнова, Новикова, 2022). В тоже время, в научной литературе публикуется большое количество статей, посвященных

буллингу и виктимизации учеников (Ковалева, 2019; Ганузин, 2020). Учитывая данное обстоятельство, нами предложена адаптированная анкета, с помощью которой можно выявить распространенность данного явления и последствия его на физическое и психическое здоровье учителей, подвергнувшихся буллингу и виктимизации.

Анкета по выявлению буллинга, виктимизации и дидактогении, применяемых против учителей (заполняется анонимно)

Пол (нужное подчеркнуть): – ж/м

Возраст (нужное подчеркнуть): 20-25 лет, 26-30 лет, 31-35 лет, 36-40 лет, 41-50 лет, 51-60 лет, старше 60 лет

Стаж педагогической работы (нужное подчеркнуть): до 5 лет, 6-10 лет 11-20 лет, 21-30 лет, больше 30 лет

Вопросы и ответы на них	Вопросы и ответы на них
1. Вы знаете, что такое «буллинг»? а) да б) нет в) затрудняюсь ответить	11. Бывали ли случаи угрозы применения физической силы к Вам? а) да, б) нет
2. Вы знаете, что такое «виктимизация»? а) да б) нет в) затрудняюсь ответить	12. Если использовались, то кем? а) учениками б) родителями учеников в) коллегами г) администрацией школы
3. Вы знаете, что такое «дидактогения»? а) да б) нет в) затрудняюсь ответить	13. Имелись ли случаи порчи вещей и воровства денег у Вас? а) учениками б) коллегами в) не было
4. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства в школьной среде? а) да, сталкивался (лась) б) никогда не встречал(а) в) затрудняюсь ответить	14. Распространялись ли о Вас сплетни? а) учениками б) коллегами в) родителями учеников г) не было
5. Если да, то в какой форме: а) психологическое насилие б) физическое насилие в) не сталкивался (лась)	15. Распространялись ли о Вас негативные видеоролики в сети? а) учениками б) коллегами в) родителями учеников г) не было
6. Являлись ли Вы сами участником травли, издевательства? а) да, как наблюдатель б) да, как жертва в) нет, не являлся (лась)	16. Имеются ли у Вас дружеские отношения? а) с коллегами б) с администрацией школы в) с родителями учеников г) не имеются

7. Как Вы чувствуете себя во время нахождения в школе? а) спокойно б) напряженно в) тревожно	17. Считают ли Вас в школе жертвой, которую можно преследовать по любому поводу? а) да б) нет
8. Ощущали ли Вы на себе насилие в школе и какого рода? а) физического б) психологического в) экономического	18. Чувствуете ли Вы себя жертвой в школе, которую преследуют по любому поводу? а) да б) нет
9. Использовались ли по отношению к Вам оскорбительные слова? а) да б) нет	19. Вы считаете, что Ваш стиль преподавания является причиной в возникновении дидактогении у учеников? а) да б) нет в) в какой-то мере
10. Если использовались, то кем? а) учениками б) родителями учеников в) коллегами г) администрацией школы	20. Как Вы считаете, какие последствия возникли у Вас после применения к Вам буллинга и возникновения чувства виктимизации?*

*Примечание: Ответы на вопрос 20:

а) аффективные нарушения; б) соматические нарушения; в) когнитивные нарушения; г) нарушение профессиональной адаптации; д) поведенческие нарушения; е) суицидные мысли и попытки.

Результаты исследования и их обсуждение. Нами было проведено анкетирование 112 учителей общеобразовательных школ с различным опытом и стажем работы на предмет наличия и осознанности данной проблемы учителями. Учителя, как выяснено из анкетирования, хорошо осведомлены, что из себя представляет буллинг, однако в группе педагогов со стажем 6-10 лет в меньшей мере понимают, что такое виктимизация и дидактогения (60 % учителей). Большинство учителей с различным педагогическим опытом считают, что их стиль деятельности никак не влияет на дидактогению. Чем больше педагогический стаж, тем чаще учителя встречаются со случаями издевательств в школе: в группе со стажем 6-10 лет – 20%, в группе 11-20 лет – уже 50%, а в группе со стажем 21-30 лет – 65 %. Молодые учителя (стаж до 5 лет) вообще не замечают издевательств в школе. Так же они не ощущают себя жертвой насилия. Такой же результат в группе со стажем более 30 лет. Однако в других группах ощущение себя жертвой возникает у учителей от 16% (стаж 11-20 лет) до 20% (стаж 6-10 лет). В этой же группе учителя чувствуют себя напряженно 40%, чувствуют себя тревожно – 20 % в группе со стажем 11-20

лет. Эти состояния в данной группе из-за психического негативного воздействия отмечают 90% учителей. В группе со стажем после 30 лет 10 % учителей испытывают экономическое негативное воздействие. В анкете учителя отмечают оскорбления в их адрес (группа 11-20 лет стажа). Эти оскорбления исходят, как указывают учителя, и от учащихся, и от родителей, и от администрации и коллег. Никто из учителей не указывает случаи угрозы применения физической силы к ним. В отношениях с коллегами, администрацией и родителями возникает неприятие в связи со сплетнями и клеветой. Эти проблемы возникают в основном у молодых педагогов – у 50 % учителей. В группе со стажем 10-20 лет у учителей возникают проблемы с родителями – 25%. С возрастанием педагогического стажа эти проблемы снижаются. Никто из опрошенных учителей не подвергался унижению в сетях, через видеоролики. Учителя в анкете указывают, что они поддерживают дружеские отношения с коллегами, администрацией и родителями, особенно в группах молодых педагогов и группе 6-10 лет. Только в группе педагогов со стажем 11-20 лет у 11% отсутствуют эти отношения. В этой же группе педагогов 9% считают себя жертвой, которую можно преследовать, а в группе со стажем 6-10 лет считают себя жертвой, которую преследуют по любому поводу. Остальные опрошенные педагоги не ощущают себя жертвой. Интересны данные, которые касаются последствий виктимизации. Скорее учителя указывают свои общие негативные состояния в педагогической деятельности. Молодые педагоги и группа 6-10 лет педагогического стажа не чувствуют никаких негативных последствий. Остальные группы указывают наличие таких негативных состояний: - аффективные нарушения: снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций) в группе; - соматические нарушения: нарушения сна, снижение аппетита, головные боли, боли в животе, боли в сердце, нарушения работы кишечника, обострение имеющихся хронических заболеваний; - когнитивные нарушения: неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти; - нарушение профессиональной адаптации: снижение мотивации к работе, пропуски рабочих дней и уроков, профессиональное выгорание; - поведенческие нарушения: агрессивность, попытки увольнения с работы и смены профессии, протестное поведение, конфликты с учениками, родителями учеников, коллегами, администрацией школы; - снижение самооценки, нарушение доверия к окружающим, склонность к виктимности. С возрастом особенно увеличиваются аффективные нарушения: в группе 21-30 лет стажа присутствуют у 30%, учителей, а в группе более 30 лет стажа - у 50% учителей. Никто из педагогов не указывает суицидные мысли, возникающие в процессе виктимизации.

Полученные нами данные по насилию против учителей со стороны школьников и их родителей подтверждаются рядом исследований российских ученых. В своей работе Ю.А. Черненко, Д.И. Сапрыкина (2018) провели анализ проявления агрессии со стороны учеников в зависимости от возраста и стажа работы педагогов.

В качестве самых распространённых форм буллинга были выделены следующие: ученики дразнят учителя, придумывают клички и прозвища, игнорируют учителя, обсуждают его личную жизнь, демонстрируют свое презрение с помощью жестов или взглядов, специально нарушают дисциплину, отказываются выполнять требования преподавателей. Каждую из перечисленных форм поведения отметили минимум 70% учителей. С наиболее жесткой формой буллинга – угрозами от учеников, сталкивался хотя бы раз в жизни каждый второй учитель. При этом 5,8% отмечают, что это происходило на регулярной основе. С кибербуллингом, проявляющимся через оскорбительные письма или посты в социальных медиа, сталкивались 42% респондентов.

По данным А.А. Реан, А.В. Егоровой, И.А. Коновалова, Р.Г. Кузьмина, подростковая агрессия в отношении учителя является крайне актуальной и распространенной проблемой во всем мире, т.к. педагогическая деятельность является одним из самых напряженных и стрессогенных занятий (Реан, Егорова, 2022). При анализе результатов опроса 5086 учителей авторы отметили, что большинство учителей никогда не сталкивались с такими агрессивными проявлениями со стороны подростков, как «уничтожение или порча имущества», «распространение слухов», «распространение оскорбительных постов в социальных сетях», «распространение личной информации учителя в социальных сетях» и «применение физического насилия». Только 17% респондентов изредка сталкивались с насмешками и злобными шутками в свой адрес, 21% педагогов отмечали, что учащиеся необоснованно жаловались на них своим родителям. Кроме того, довольно редко педагоги сталкиваются с высказыванием недовольства качеством образования и необоснованными жалобами в администрацию школы (13%), демонстрацией презрения (11%), а также с оскорблениями и унижениями в свой адрес (12%). К наиболее часто встречающимся случаям агрессивного проявления подростков в отношении учителя, по данным авторов, относится «систематическое нарушение дисциплины» (23%), «игнорирование» (8%) и «отказ выполнять требования учителя» (12%).

В другой научной работе А.А. Реан и А.В. Егорова делают выводы о том, что применение психологических теорий, моделей и концепций в объяснении причин проявления агрессии в отношении учителя со стороны учеников, позволяют не только определить причины подобного поведения, но и помогают рассмотреть данную проблему на разных уровнях образовательного процесса (Реан, Егорова, 2021).

Собкин В.С. и Фомиченко А.С. при опросе 104 учителей на предмет проявления различных форм агрессии учеников по отношению к педагогу показал высокий процент использования учащимися как вербальной (46%), так и косвенной агрессии (43%) (Собкин, 2012).

По данным Темновой Л.В. и Новиковой В.С., школьные учителя подвергаются различным формам травли чаще, чем педагоги других ступеней образования. При анализе проведенного исследования были выделены макро- и микрофакторы моббинга школьных учителей в современной образовательной среде. Авторы считают, что без усиления аксиологической составляющей образования, повышения роли школы и личности учителя, акцентирования содержательной (а не проверяющей, тестовой) компоненты образовательного процесса нам не удастся преодолеть данное явление (Темнова, Новикова, 2022).

Выводы. Таким образом, можно сделать вывод о том, что современные тенденции взаимоотношений между субъектами образовательного процесса осложняются агрессией и повышением уровня виктимизации, в том числе и учителей. Преодоление данных тенденций, на наш взгляд, связано с изменением задач педагогической деятельности, повышением внимания к личностным особенностям участников педагогического процесса, психологизацией отношений субъектов в образовании. Осознанность педагогами этих отношений и своей личности, рефлексия деятельности снизит последствия дидактогении, профилактирует профессиональное выгорание учителей.

Библиографический список

1. Ганузин В.М. Буллинг, дидактогения и синдром педагогического насилия в отечественных и зарубежных исследованиях / В. М. Ганузин // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2020. Т. 20, № 4. – С. 106-114.
2. Ковалева Е.А. Педагогическое насилие, его причины и способы преодоления // Психология человека в образовании. 2019. Т. 1. №2. С. 146-157. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2019-1-2-146-157>
3. Реан А.А., Егорова А.В., Коновалов И.А., Кузьмин Р.Г. Подростковая агрессия в отношении учителя: опыт столкновения и связь с личностными факторами // Сибирский психологический журнал. 2022. № 85. С. 118–143. <https://doi.org/10.17223/17267080/85/6>
4. Реан А.А., Егорова А.В. Проявление подростковой агрессии в отношении учителя: распространенность, факторы, последствия, профилактика // Национальный психологический журнал. 2021. № 2 (42). С. 98-108. <https://npsyj.ru/articles/article/9239/>
5. Собкин В.С. Понимание учителями причин проявления агрессии учащихся к педагогу / В. С. Собкин, А. С. Фомиченко // Социология образования. Труды по социологии образования / Под редакцией В.С. Собкина. – Москва: Федеральное государственное научное учреждение "Институт социологии образования" Российской академии образования, 2012. С. 137-147.

6. Темнова Л.В., Новикова В.С. Моббинг школьного учителя в современной образовательной среде // Вестник Югорского государственного университета. 2022. Т. 18, №4. С. 206-216. <https://doi.org/10.18822/byusu202204206-216>
7. Черненко Ю.А., Сапрыкина Д.И. (2018). Феномен буллинга в российских школах: учителя – жертвы // Коммуникации. Медиа. Дизайн. 2018. Т. 3, № 2. 136-150. <https://cmd-journal.hse.ru/article/view/8075>
8. Aldrup K., Klusmann U., Lütke O. et al. Student misbehavior and teacher well-being: Testing the mediating role of the teacher-student relationship // Learning and Instruction. 2018. Vol. 58. P. 126–136. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2018.05.006>
9. Anderman, E.M., Eseplage, D.L., Reddy, L.A. et al. Teachers' reactions to experiences of violence: an attributional analysis. Soc Psychol Educ 21, 621–653 (2018). <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9438-x>
10. Andersen L.P.; Aust B.; Winding T.N. The demand–control model and pupils' aggressive behaviour towards teachers: A follow-up study // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021. Vol. 18, № 19. Article 10513. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910513>
11. Bare K., McMahan S.D., Molina E.G., Tergesen C., Zinter K. Educator experiences as victims of school violence: Emerging perspectives and research // Invisible Victims and the Pursuit of Justice: Analyzing Frequently Victimized Yet Rarely Discussed Populations. IGI Global, 2021. P. 1-25. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-7348-8.ch005>
12. Bounds C., Jenkins L.N. Teacher-directed violence in relation to social support and work stress // Contemp School Psychol. 2016. Vol. 20. P. 336–344. <http://dx.doi.org/10.1007/s40688-016-0091-0>
13. Moon B., Saw G., McCluskey J. Teacher victimization and turnover: Focusing on different types and multiple victimization // Journal of School Violence. 2020. Vol. 19, № 3. P. 406-420 <https://doi.org/10.1080/15388220.2020.1725529>
14. Outlaw M., Ruback B., Britt C. Repeat and multiple victimizations: The role of individual and contextual factors // Violence and Victims. 2002. Vol. 17, № 2, 187-204. <http://dx.doi.org/10.1891/vivi.17.2.187.33648>
15. Plassa W., Paschoalino P.A.T., Bernardelli L.V. Violence against teachers in Brazilian schools: Determinants and consequences // Nova Economia. 2021. Vol. 31, № 01. P. 247-271. <https://doi.org/10.1590/0103-6351/5798>

ОТНОШЕНИЕ К ВРЕМЕНИ КАК ФАКТОР ВЫБОРА СТРАТЕГИИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Ж.В. Горькая

Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия

Аннотация. Изучается взаимосвязь индивидуального отношения к времени с выбором предпочитаемых стратегий совладающего поведения. Совладание рассматривается как специфичная форма активности, направленная на преодоление трудной жизненной ситуации, в основе которой лежит осознанность, целенаправленность действий и контроль. Отношение к времени понимается как системный процесс, проявляющийся в восприятии времени как ресурса жизнедеятельности, основанного на когнитивной оценке событий прошлого, анализе настоящего и потенциальных возможностях будущего. В эмпирическом исследовании, направленном на выявление ведущих копинг-стратегий у лиц с различным отношением к времени, приняли участие 93 человека в возрасте от 18 до 25 лет. Методики диагностики: тест копинг-стратегии Р. Лазаруса, опросник временной перспективы Ф. Зимбардо. В работе дается качественный анализ ресурсного и фаталистического отношения к времени. Описывается взаимосвязь ресурсного отношения к времени с положительной когнитивной оценкой событий прошлого и ориентацией на будущее. Объясняется связь фаталистического отношения к времени с негативной оценкой прошлого и переживанием невозможности управлять ходом событий в настоящем. Фиксируется отсутствие связи между отношением к времени и вероятностью использования совладающих стратегий дистанцирования, планирования решения проблемы, поиска социальной поддержки. Описывается взаимосвязь негативного прошлого и фаталистического настоящего с поведенческими стратегиями бегства, ухода и конфронтации. Объясняется влияние позитивного прошлого и будущего на выбор целенаправленных стратегий совладающего поведения, основанных на самоконтроле, принятии ответственности и положительной переоценке стрессовых ситуаций. Доказывается влияние отношения к времени на особенности совладания с ситуацией.

Ключевые слова: совладание, отношение к времени, временные ориентации, целенаправленное, пассивное совладающее поведение.

ATTITUDE TO TIME AS A FACTOR IN CHOOSING THE STRATEGY OF COOPERATION BEHAVIOR

Zh.V. Gorkaya

Russian State Social University, Moscow, Russia

Annotation. The interrelation of the individual attitude to time with the choice of preferred strategies of coping behavior is studied. Coping is considered as a specific form of activity aimed at overcoming a difficult life situation, which is based on awareness, purposefulness of actions and control. The attitude to time is understood as a systemic process, manifested in the perception of time as a resource of life activity, based on a cognitive assessment of past events, an analysis of the present and the potentialities of the future. In an empirical study aimed at identifying the leading coping strategies in individuals with different attitudes to time, 93 people aged 18 to 25 took part. Diagnostic

methods: R. Lazarus coping strategy test, F. Zimbardo time perspective questionnaire. The paper provides a qualitative analysis of the resource and fatalistic attitude to time. The interrelation of the resource attitude to time with a positive cognitive assessment of past events and orientation to the future is described. The connection of the fatalistic attitude to time with a negative assessment of the past and the experience of the inability to control the course of events in the present is explained. There is a lack of connection between the attitude to time and the likelihood of using coping strategies of distancing, planning a solution to a problem, and seeking social support. The relationship between the negative past and the fatalistic present with the behavioral strategies of flight, withdrawal and confrontation is described. The influence of a positive past and future on the choice of purposeful strategies of coping behavior based on self-control, acceptance of responsibility and positive reassessment of stressful situations is explained. The influence of the relation to time on the features of coping with the situation is proved.

Keywords: coping, relation to time, temporal orientations, purposeful, passive coping behavior.

Введение. Актуальность изучения проблемы совладания связана с увеличением уровня стресса и неопределенности нашего времени. В многообразии существующих копинг-стратегий принято выделять две основных группы: активное и пассивно-избегающее совладающее поведение (Хачатурова, 2013). На выбор стратегии преодоления влияют особенности саморегуляции, самоконтроль, развитие воли, общий жизненный стресс (Митина, Рассказова, 2019), отношение к времени (Зимбардо, 2017), временная перспектива (Мартьянова, 2020). Комплекс осознанных волевых, поведенческих и когнитивных усилий человека обеспечивает контролируемое удовлетворение потребностей, которое ведет к накоплению индивидуального опыта преодоления (Битюцкая, 2023) и формированию чувства внутреннего благополучия (Рассказова, Иванова, 2016).

Таким образом, совладание обеспечивает перспективу желаемого будущего, ради которой человек сможет пожертвовать частным и сиюминутным «здесь и сейчас». В таком понимании, отношение к времени как к управляемому ресурсу становится важнейшим фактором, определяющим выбор адаптивных форм совладающего поведения.

Цель исследования: изучение влияния отношения к времени на выбор стратегии совладания.

Объект исследования: совладающее поведение.

Предмет исследования: влияние отношения к времени на выбор стратегии совладания.

Гипотеза исследования: особенности отношения к времени оказывают влияние на выбор стратегий совладающего поведения: фаталистическое отношение к времени приводит к выбору пассивных стратегий совладания; ресурсное отношение к времени способствует выбору стратегий адаптивного, целенаправленного совладающего поведения.

Исследование проводилось в 2022 году на базе РГСУ. В исследовании приняло участие 93 учащихся в возрасте от 18-25 лет.

Методы исследования: опрос, тест совладающего поведения Р. Лазаруса, опросник временной перспективы Ф. Зимбардо.

Основные результаты. На основании особенностей отношения к времени, участники исследования были разделены на две группы: с ресурсным и фаталистическим отношением к времени. Для выявления различий во временных ориентациях у участников с разным отношением к времени использовался тест временной перспективы. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Особенности временной перспективы лиц
с разным типом отношения к времени

Шкала	Ресурсное отношение	Фаталистическое отношение	T-критерий	Значимость ($p \leq 0,05$)
Негативное прошлое	2,15±1,45	3,34±2,12	5,32	0,03*
Гедонистическое настоящее	3,29±2,31	3,31±1,36	1,47	0,46
Будущее	3,45±0,49	1,91±1,31	4,68	0,02*
Позитивное прошлое	3,32±1,11	1,9±0,88	5,32	0,03*
Фаталистическое настоящее	2,2±1,31	3,41±1,22	4,44	0,04*

На основании полученных данных можно утверждать, что основой ресурсного отношения к времени выступает положительное восприятие прошлого и позитивное отношение к будущему, в котором наличие целей подкреплено уверенностью их реализации. В то время как фаталистическое отношение к времени проявляется в склонности негативно оценивать свое прошлое и воспринимать события настоящего как неуправляемые.

Для определения влияния отношения к времени на выбор стратегий совладающего поведения был использован тест Лазаруса. Полученные результаты представлены в таблице 2.

Анализ полученных данных позволяет говорить о том, что отношение к времени как ресурсу определяет выбор целенаправленных, волевых стратегий совладения со стрессом, в которых доминирует самоконтроль, положительная переоценка и принятие ответственности. Фаталистическое переживание неизбежности временных событий способствует формированию направленности на избегание проблем или конфронтации, враждебности, стремлении снять эмоциональное напряжение. Отношение к времени не влияет на частоту использования таких стратегий преодоления как «дистанцирование», «планирование решения проблемы», «поиск социальной поддержки».

Таблица 2

Выбор стратегий совладающего поведения
людьми с разным отношением ко времени

Стратегия совладания	Ресурсное отношение	Фаталистическое отношение	T-критерий	Значимость ($p \leq 0,05$)
Конфронтация	50,22±7,53	67,99±5,79	8,12	0,04*
Дистанцирование	63,83±4,12	62,83±4,11	2,31	0,51
Самоконтроль	87,69±3,68	60,71±4,68	4,68	0,05*
Поиск социальной поддержки	64,6±6,11	63,76±8,11	1,28	0,44
Принятие ответственности	57,3±4,52	41,67±5,79	6,33	0,03*
Бегство-избегание	46,73±5,13	85,45±6,32	7,31	0,01*
Планирование	75,6±4,79	71,3±4,16	2,57	0,27
Положительная переоценка	81,22±2,32	78,31±7,81	5,14	0,04*

Выводы. Восприятие времени зависит от когнитивной оценки прошлого, ориентации на будущее и ощущения возможности действовать в настоящем, что формирует ресурсное или фаталистическое отношение к времени.

Ресурсное отношение к времени способствует выбору волевых стратегий совладения со стрессом, в которых доминирует самоконтроль, положительная переоценка ситуации и принятие ответственности. Фаталистическое отношение к времени детерминирует выбор стратегии конфронтации или избегания.

Библиографический список

1. Битюцкая Е.В. Успешность копинга // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2022. Т.19, №2. С. 383-404
2. Зимбардо Ф. Время как лекарство / Ф. Зимбардо, Р. Сворд, Р. Сворд. СПб.: Питер, 2017. 288 с.
3. Мартыянова Г.Ю. Исследование связи временной перспективы и саморегуляции в трудной жизненной ситуации // Психолог. 2020. № 1. С. 34-43.
4. Митина О.В., Рассказова Е.И. Методика исследования самоуправления Ю.Куля и А. Фурмана: психометрические характеристики русскоязычной версии // Психологический журнал. 2019. Т.40, №2. С. 111-127.
5. Рассказова Е.И., Иванова Т.Ю. Распределение времени в структуре психологической саморегуляции: связь с субъективным благополучием// Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2016. Т.9, №4. С. 13-24
6. Хачатурова М. Р. Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований. Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10, № 3. С. 160–169.

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕГУЛЯЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПОЛИТИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАЗНЫХ ПОКОЛЕНИЙ

Ж.В. Горькая, Д.Б. Букреева

Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия

Аннотация. Исследуются особенности ценностно-смысловых ориентаций у представителей поколений X, Y, Z. Ценностно-смысловые ориентации рассматриваются как основа социальной и политической активности, определяющая направленность и включенность в различные виды деятельности. Эмпирическое исследование проводилось с сентября 2022 по февраль 2023 года. В исследовании приняло участие 246 человек. На первом этапе исследования с помощью метода семантического дифференциала, участникам предлагалось оценить значимость социально-политических протестов последних 10 лет. На основании полученных результатов были отобраны 6 значимых событий. По фактору максимальной ценности – экологические протесты в Шиесе и обсуждение пенсионной реформы. По фактору активности – протесты в Хабаровском крае и поддержка Навального в 2021 году. По фактору потенция – активность выборов в Государственную Думу в 2021 году, протесты против СВО на Украине в 2022 году. На втором этапе исследования для оценки значимых ценностей, смыслов и видов социально-политической активности использовались методы: смысложизненных ориентаций Леонтьева, ценностных выборов Рокича, семантического дифференциала Осгуда. Для оценки различий было сформировано 3 группы представителей поколений X, Y, Z. В работе дан анализ полученных результатов, описаны различия смысложизненных ориентаций представителей разных поколений. Представлены семантические различия в восприятии политических событий и социальной активности. Показано, что для поколения X значимы экологические протесты и выборы в органы власти. Поколение Y отличается низкой социально-политической активностью и доминированием ценностей личной жизни и карьеры. Представители поколения Z не готовы проявлять активность в социально-политических протестах, стараясь избегать угроз и активностей, связанных с СВО. Они ориентированы на будущее, активное и комфортное пребывание в настоящем, семью и сохранение здоровья.

Ключевые слова. Семантический дифференциал, смысло-жизненные ориентации, ценность, социально-политическая активность.

VALUE-SENSITIVE FEATURES OF THE REGULATION OF SOCIAL - POLITICAL ACTIVITY OF REPRESENTATIVES OF DIFFERENT GENERATIONS

Zh.V. Gorkaya, D.B. Bukreeva

Russian State Social University, Moscow, Russia

Annotation. The features of value-semantic orientations among representatives of generations X, Y, Z are studied. The empirical study was conducted from September 2022 to February 2023. The study involved 246 people. At the first stage of the study, using the method of semantic differential, the participants were asked to evaluate the significance of

the socio-political protests of the last 10 years. Based on the results obtained, 6 significant events were selected. On the factor of maximum value - environmental protests in Shies and discussion of pension reform. According to the activity factor - protests in the Khabarovsk Territory and support for Navalny in 2021. According to the potency factor - the activity of the elections to the State Duma in 2021, the protests against the SVO in Ukraine in 2022. At the second stage of the study, to assess the significant values, meanings and types of socio-political activity, the following methods were used: Leotiev's life orientations, Rokeach's value choices, and Osgood's semantic differential. To assess the differences, 3 groups of representatives of generations X, Y, Z were formed. The paper analyzes the results obtained, describes the differences in the meaning of life orientations of representatives of different generations. Semantic differences in the perception of political events and social activity are presented. It is shown that environmental protests and elections to the authorities are significant for generation X. Generation Y is characterized by low socio-political activity and the dominance of personal life and career values. Representatives of generation Z are not ready to be active in socio-political protests, trying to avoid threats and activities associated with SVO. They are focused on the future, active and comfortable stay in the present, family and health.

Keywords. Semantic differential, meaning-life orientations, value, socio-political activity.

Введение. Вызовы настоящего времени требуют переосмысления происходящих событий и повышения включенности в социальные процессы. Основой высших форм регуляции деятельности выступает целостная система смысловых отношений личности с миром (Божович, 2001). Ценностно-смысловые ориентации выступают основой побуждения к деятельности (Иванников, 2015), определяют уровень волевой регуляции (Шляпников, 2022), определяют направленность социальной активности (Ожиганова, 2015).

Мы рассматриваем саморегуляцию как интегративный феномен, включающий в качестве регуляторов когнитивные и личностные свойства (Моросанова, 2017), в том числе ценности и смыслы жизни.

Цель исследования: изучить различия ценностно-смысловой сферы и социально-политической активности у разных поколений.

Методы: семантический дифференциал Ч. Осгуда; тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Исследование проводилось с сентября 2022 по февраль 2023 года. На первом этапе в исследовании приняло участие 102 человека. На втором – 144 человека: по 48 представителей поколения X (39-60), поколения Y (24-38 лет), поколения Z (23-18 лет).

Результаты. На первом этапе исследования участникам предлагалось оценить значимость социально-политических протестов последних 10 лет с помощью метода семантического дифференциала. По фактору максимальной ценности были отобраны экологические протесты в Шиесе и обсуждение пенсионной реформы. По фактору активности – протесты в Хабаровском крае, поддержка Навального в 2021 году. По фактору поте-

ния – активность выборов в Государственную Думу в 2021 году, протесты против СВО на Украине в 2022 году.

Второй этап исследования был направлен на установление связи между значимостью событий социально-политической жизни и ценностными ориентациями представителей разных поколений. Результаты по тесту СЖО Леонтьева представлены в таблице 1.

Таблица 1

Смысложизненные ориентации представителей разных поколений

Шкала	Поколения					
	X		Y		Z	
	Сред.	Откл.	Сред.	Откл.	Сред.	Откл.
Цели в жизни	39,6	1,94	32	4,76	16,9	7,23
Процесс жизни	20,2	4,44	23,4	6,36	26,8	6,12
Результативность жизни	24,7	5,85	23,4	5,3	19,5	6,27
Локус контроля – я	17,2	6,3	17,4	4,44	15,4	2,88
Локус контроля – жизнь	27,7	9,95	26,2	7,24	25,2	6,32
Общий показатель осмысленности жизни	91	13,29	88	14,35	75	17,72

Результаты подтверждают тренд на увеличение интернальности и осмысленности жизни с возрастом. Разброс индивидуальных отклонений от средних значений не снижает значимость поколенных различий.

Результаты семантического исследования значимости ценностей и политических событий для поколения X представлен в таблице 2.

Анализ результатов показывает, что у представителей поколения X доминируют ценности семьи и успеха, который семантически связан с прошлым. В единый кластер, не связанный с жизнью респондентов, попадают все социально-политические события, кроме пенсионных протестов. Наибольшую активность респонденты X готовы проявить в протестах, связанных с выборами в Государственную Думу и экологией.

Особенностью поколения «миллениумов» Y является устойчивость к изменениям и готовность быстро принимать решения. Анализ семантических связей позволяет говорить о том, что представители поколения Y довольно пассивно относятся к социальной активности, стараясь игнорировать социально-политические проблемы.

Группой максимальной социальной активности принято считать поколение Z. Респонденты поколения Z ориентированы на будущее, активное и комфортное пребывание в настоящем, семью и здоровье. Они стараются избегать угроз, не готовы проявлять активность в социально-политических протестах.

Таблица 2

Семантическое исследование значимости ценностей
и политических событий

Категории	Поколение X			Поколение Y			Поколение Z		
	Факторы								
	Ценность	Активность	Потенция	Ценность	Активность	Потенция	Ценность	Активность	Потенция
1 - Мое настоящее	5	4,67	3,67	5,33	4,67	4,67	6	4,67	4,33
2 - Мое прошлое	4,67	4,67	4,33	5	4,67	5	5,33	4,33	4,67
3 - Пенсионный возраст	4,33	3,33	4,67	4	3,33	4	3,67	4	4
4 - Мое будущее	5	4	4	6	5	5	6	5	5,33
5 - Шисс	4,33	4,33	4,67	5	4,67	5	4,33	4,33	4,33
6 - Здоровье	4	4,33	3,67	5,33	4,33	4,33	6	5	5
7 - С. Фургала	4,67	3	3,67	4,33	3,67	4,33	4,33	3,33	3,67
8 - Моя семья	5,33	4,67	4,33	6	5,33	5,67	6	5	5
9 - А. Навальный	5	3	4	4,33	3	3,33	5	4	4,33
10 - Успех	5,33	5	4,67	5,67	5,33	5,33	5,67	5,33	5
11 - Выборы в ГД	4,67	4,33	5	3,67	4	4,33	5	4	4,67
12 - Я	5	4,67	3,67	5,33	5	5,33	5	5	4,67
13 - СВО на Украине	4,67	2,67	3,33	4,67	3	3,67	3,67	3	3
14 - Угроза	2,67	4,33	3,67	2,67	4,33	4,33	2,67	5	4,33

Выводы. Ценности и смысложизненные ориентации представителей разных поколений существенно различаются по критериям целей в жизни, экстернальности и удовлетворенности полученными результатами, что отражается на уровне социально- политической активности.

Библиографический список

1. Божович Л.И. Развитие воли в онтогенезе // Проблемы формирования личности. М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. С. 302–332.
2. Иванников В.А. Порождение деятельности и проблема мотивации // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2015. №2. С.15-22.
3. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция человека как метаресурс достижения учебных и профессиональных целей // Материалы II Международной научно-практической конференции «Личность, Интеллект, Метакогниции: исследовательские подходы и образовательные практики». 2017. С.104-114.
4. Ожиганова Е.М. Теория поколений Н. Хоува и В. Штрауса. Возможности практического применения // Бизнес-образование в экономике знаний. 2015. № 1. С. 94–97.
5. Шляпников В. Н. Взаимосвязь волевой регуляции и ценностных ориентаций личности у представителей различных этносов РФ // Познание и переживание. 2022. Т. 3, № 3. С. 21—37.

НАВЫКИ SOFT-SKILLS ПЕДАГОГА КАК РЕСУРС ЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ

С.К. Гуськова

Московский университет им.С.Ю. Витте, г. Москва, Россия

Аннотация. Личностная эффективность является основой для успешности в жизни в новых реалиях. Навыки soft skills – это навыки будущего: формирование намерения на достижение результата, целеполагание с ориентацией на результат, креативность, умение работать в команде, лидерские способности, коммуникативная культура, эмоциональный интеллект, тайм-менеджмент, мастерство публичного выступления, активная жизненная позиция, позитивное отношение к жизни – очень важные и необходимые умения.

Ключевые слова: soft skills, эффективность, педагог, менеджмент, коммуникация.

SOFT-SKILLS OF A TEACHER AS A RESOURCE OF HIS PROFESSIONAL AND PERSONAL EFFECTIVENESS

S.K. Guskova

S.Y. Witte Moscow University, Moscow, Russia

Abstract. Personal effectiveness is the basis for success in life in the new realities. Soft skills are the skills of the future: formation of intentions to achieve results, goal-setting with a focus on results, creativity, ability to work in a team, leadership skills, communicative culture, emotional intelligence, time management, public speaking skills, active lifestyle, positive attitude to life are very important and necessary skills.

Keywords: soft skills, efficiency, teacher, management, communication.

Введение. Мы живем в очень нестабильное время, меняются парадигмы практически во всех областях жизнедеятельности людей, возрастает роль искусственного интеллекта, появляются новые форматы получения знаний, объем которых достиг немислимых высот, и этот рост постоянно усиливается наряду со стремительным параллельным устареванием. В таких условиях интерес к способностям человека только нарастает, так как они смогут помочь современному человеку и будущему оставаться «в тренде» и быть востребованным специалистом. Иными словами, это soft skills, или так называемые «гибкие навыки», которые, независимо от рода деятельности и профессии помогают работать и взаимодействовать с другими людьми, общаться, выстраивать коммуникацию, решать важные жизненные задачи. Тема «soft skills» в современное время очень актуальна, так как навыки коммуникации, эмоционального интеллекта, тайм-менеджмента, критического мышления, управления проектами и др. востребованы как никогда.

Методы. Изучением проблем «гибких» навыков (soft skills) занимались В. Давидова, Л.Н. Степанова, И.И. Черкасова, М.И. Беркович. Э.Ф.

Зеер и др. В педагогике публикации на тему формирования и развития soft skills принадлежат таким исследователям, как А.С. Патлина, Т.А. Яркова, И.И. Черкасова и др. В процессе изучения понятия навыков «soft skills» мы опирались на мнение Д. Карнеги, П. Друкера, Д. Канемана, Л. Кинга, В. Эдварда и др. и выяснили, что данные «гибкие» навыки, или универсальные навыки связаны с личной эффективностью и взаимодействием с другими людьми. С личной и профессиональной эффективностью связаны, к примеру, умение управлять собой и своим временем, производственными процессами, критическое мышление, ориентация на результат, умение учиться. Некоторые исследователи включают в классификацию умение адаптироваться под обстоятельства, стрессоустойчивость, этику и такт, риск-менеджмент и умение управлять конфликтами. Также существенным навыком выделяют умение общаться, публично выступать, формировать имидж себя как позитивного и доброжелательного человека, умение мотивировать других и др.

Результаты. Проанализировав разные подходы, мы выделили основные навыки soft skills: коммуникация, критическое мышление, эмоциональный интеллект, ненасильственное общение, управление проектами, принятие решений, управление знаниями и обучаемость, работа в режиме неопределенности, стресс-менеджмент, экологичность мышления, самоанализ и саморефлексия.

1. Эффективная коммуникация необходима педагогу, который стремится быть успешным везде – и на работе, и в личной жизни (Ашырбекова, 2018). Ведь чтобы достигнуть высот, нам необходимо уметь зарекомендовать себя. В коммуникативную культуру входят деловая культура (переписка, общение в соцсетях, ведение документации) и презентация и ораторское искусство (умение понятно и четко говорить, доносить свои идеи до других людей). Для педагога языковая культура – показатель профессиональной состоятельности (Гуськова, 2022).

«Слово является самым сильным оружием человека», – писал Аристотель. Мастерство публичного выступления – это искусство, необходимое в наше время педагогу для представления себя общественности или для самопрезентации перед новой аудиторией, самопродвижения. Особенно в условиях конкуренции и неустойчивости современного общества, когда одни модели поведения и профессии исчезают, появляются новые принципы управления жизнедеятельностью, коммуникациями и связями с общественностью, переход офлайн образования в онлайн формат, разнообразие образовательных программ и возможностей их выбора. Но по-прежнему важна и необходима деятельность педагога, связанная с коммуникацией и взаимодействием со слушателями, учениками или студентами.

Речь в руках опытного и компетентного оратора может превратиться в мощный инструмент. Поэт В. Шеффнер написал: «Словом можно убить,

словом можно спасти, словом можно полки за собой повести». Часто качество воспринимаемой информации зависит от голоса спикера, от мелодизма, тембра, темпа, речевых оборотов, образной речи, интересных ярких слов. В нашем сознании формируется речевой имидж говорящего. Цицерон отводил важную роль в формировании оратора высокой общей культуре (знание литературы, истории, философии и права), владению стилистикой речи (знание разговорного и возвышенного публичного стилей), ритму, умению тонировать речь, владению интонацией и искусством влияния на оппонента различными экстрасенсорными приемами. Мыслитель отмечал, что наилучшим оратором является тот, кто своим словом и научает слушателей, и доставляет удовольствие, и производит на них сильное впечатление. Для педагога языковая культура – показатель профессиональной состоятельности. При этом необходимо тщательно позаботиться о собственном имидже: стиль, манеры, дресс-код, жестикация, интонация, речь, дикция, взгляд. Речь должна быть четкой, внятной, с приятной интонацией. Ещё до начала общения имиджевыми факторами выступают облик преподавателя, внешний вид, спортивность фигуры, ухоженный вид, аккуратность, а также готовность к лекции, дисциплинированность, собранность, требовательность к себе и к окружающим. Первое впечатление – это крайне важно, никогда не будет второго шанса создать первое впечатление.

2. Критическое мышление – способность взвешенно подходить к переработке и потреблению информации, которая поступает к нам в огромном объеме из разных источников и является причиной стресса. Навык критического мышления позволяет ее анализировать на предмет объективности и возможности использования с целью принятия верных решений. Неотделимость современного человека от процессов, связанных с получением, переработкой и откликом на информационные стимулы, стала одной из основных причин, провоцирующей срыв адаптационных механизмов личности. Такой срыв принято называть информационным стрессом. В ходе стресса возникает информационная перегрузка, когда количество поступающей полезной информации превосходит возможности ее восприятия человеком, т. е. человек не способен справляться с информацией в огромных масштабах. В итоге факты накапливаются, но не усваиваются. Происходит перенасыщение лишней информацией. Перегрузка притупляет как эмоциональные, так и интеллектуальные способности человека, в результате постепенно пропадает врожденная способность сопереживать и принимать взвешенные решения. Кроме того, под влиянием перегрузки мозг перестает адекватно воспринимать входящую информацию и переключается на самые элементарные задачи, что ослабляет способность думать и снижает творческие навыки. Соблюдение баланса труда и отдыха, использование только необходимой информации, формирование

внутренней информационной культуры позволит снизить влияние информационного стресса на организм педагога.

3. Человекоцентрированность и эмоциональный интеллект – способность понимать эмоции других людей, подстраиваться под их эмоциональное состояние для построения эффективной коммуникации. Эмпатия в современное время очень важна: люди, умеющие чувствовать состояние других, способны быстрее установить положительный контакт (Кинг, 2018). Ничто человеческое нам не чуждо – исходя из этого принципа педагогу можно выстраивать доверительную коммуникацию, сразу расположив человека к себе, говорить с ним как со знакомым человеком. В 2017 году Google провела исследование в своей компании и обнаружила, что на успех работы компании повлияли развитые навыки коммуникации, эмпатии и лидерства сотрудников. Умение определять потребности целевой аудитории для предоставления ей наибольшей пользы помогает конкурировать на рынке труда в условиях существующей и развивающейся рыночной экономики.

4. Ненасильственное общение – метод донесения информации до собеседника на понятном ему языке без давления и методов авторитарного воздействия. Выслушивать собеседника лучше при помощи приема «активное слушание», т.е., сообщать свою мысль безопасно для него, без вреда, по принципу «выиграл-выиграл». Навык ненасильственного общения помогает договариваться с разными людьми при широком спектре форматов взаимодействия (личное общение, совещание, звонок, брифинг и др). Но самое главное – это общение с членами коллектива и искусство ведения переговоров. Уметь слушать, не торопиться отвечать, держать паузу, задавать вопросы, что-то узнать о собеседнике, добиться его согласия, создавать обстановку доверия и безопасности – всё это способствует плодотворной взаимовыгодной коммуникации, зарождению доверия, крепких взаимоотношений. Такие результаты ценны в любой сфере жизни, а в частности, психолого-педагогической.

5. При управлении проектами педагог стоит в центре всей управляемой системы проекта, он руководит также командой, участвующей в проекте. При этом команда – это группа людей, которые распределяют между собой ответственность за конечный результат, задачи и вместе двигаются к общей цели. Результат создания команды – это вовлеченность в работу, ощущение поддержки и безопасности каждого участника, определение зоны ответственности для каждого, распределение функций, система поощрений и внутреннего развития. А самое главное для членов педагогического коллектива – это работа, приносящая удовлетворение и удовольствие. Коммуникативная компетентность играет ключевую роль: умение договориться, выслушать, внушить, убедить, повлиять, владеть спосо-

бами воздействия и взаимодействия. Ведь руководитель – это ядро команды, он является мотиватором для других, должен обладать открытым мышлением и развивать его у окружающих.

6. Принятие решений – это способность из множества вариантов разрешения ситуаций выбирать самый лучший из имеющихся. Благодаря наличию такого навыка можно быстро и эффективно достичь своей цели. Для принятия решений педагогу важна способность чувствовать время. Неправильное расходование личного времени – тоже источник стресса. Ведь время – это самый невозполнимый ресурс, и следует научиться управлять им. Если педагог неэффективно использует своё время, у него возникают такие чувства, как ощущение цейтнота. Бесконечных дедлайнов и нехватки времени, отсутствие четкого планирования; неумение перепоручать дела и ответственность в некоторых направлениях деятельности.

7. Управление знаниями и обучаемость – это способность педагога получать новую информацию и применять ее в жизни для решений повседневных задач. Получая информацию в виде определенного знания, мы превращаем ее в умения, а затем приобретаем навыки. И очень важно не коллекционировать этот багаж, а грамотно применять на практике. Управление знаниями помогает выбирать полезные источники информации, классифицировать ее и управлять планом своего обучения.

8. Конечно работа в режиме неопределенности сейчас крайне необходима, учитывая сложность и неоднозначность нашего времени. Чтобы быть конкурентоспособным и востребованным, нужна гибкость и умение быстро адаптироваться к изменениям. К навыку работы в режиме неопределенности относятся: умение моментально реагировать на изменения условий задачи, принимать решения, управлять своими проектами и ресурсами. Окружение и среда также оказывают существенное влияние на личность, и противостоять им бывает очень сложно. Среда больших городов сильно воздействует на функционирование психики человека, возрастает нагрузка и негативное воздействие на организм вследствие высокого темпа жизни, зашкаливающих деструктивных эмоций (гнев, страх), высокого темпа жизни, плохой экологии. Возникают так называемые «болезни цивилизации».

9. Поэтому актуален стресс-менеджмент – умение управлять своим состоянием и поведением других людей в сложные периоды психологического или физического напряжения (например, в условиях дедлайнов, форс-мажоров и больших нагрузок). Почти все люди сталкивались в своей жизни со стрессом. Стресс подстерегает нас везде, но бывает, что приводит к психосоматическим расстройствам. Сам стресс не всегда плох, потому что позволяет нам изобретать индивидуальные способы борьбы с

жизненными трудностями, делает нас взрослее, закаленнее, умнее. Но педагогу необходимо быть в ресурсе и не быть подверженным стрессу, избегать его, нивелировать.

10. Экологичное мышление – способность относиться к происходящим событиям без вреда для себя и окружающих, умение экономить человеческие или производственные ресурсы, ликвидировать потери, препятствовать выгоранию, улучшать процесс созидания. Такое мышление связано с позитивным отношением к миру, может помочь педагогу увлечься своим делом и получить удовлетворение от результата, а также предполагает ответственность за свои действия, а в случае сдвига сроков проекта не паниковать, а искать решение проблемы. К тому же есть такое понятие, как ценности. Например, ценность деятельности, профессии, гармонии, счастья, благополучия, справедливости, жизненного баланса, умения адаптироваться и контролировать свои эмоции, личностного роста, развития и др. Если у педагога есть чётко выраженные цели, стремления, гражданская позиция, убеждения, то его не легко сломить. Такой человек имеет прочный внутренний стержень и не поддаётся колебаниям деструктивных эмоций. Он имеет чёткие позиции, которые его защищают от внешних или внутренних влияний, критики или сомнений. Такая личная убежденность, имеющая в основе ценности, даст возможность остаться на плаву и не сойти со своих позиций, придаст уверенности, сформирует полноценные отношения с окружающими, создаст крепкое психическое или физическое здоровье и повысит производительность труда.

11. Самоанализ и саморефлексия предполагает анализ своих поступков, поведения, деятельности с целью оценки своих действий, осознания их и принятия дальнейших решений. Часто мы ждём от себя больше, чем можем сделать, или ожидаем необъективно завышенную оценку себя со стороны других людей. И, когда результат не соответствует ожиданиям, разочаровываемся, фрустрируем и, как следствие, загоняем себя в стрессовую ситуацию, которая мешает нам спокойно и адекватно отнестись к себе и взаимодействовать с миром. Завышенные ожидания – это синдром когнитивного расстройства. Люди, страдающие от этого синдрома, не чувствуют удовлетворения в процессе работы и не радуются конечному результату. При таком стиле жизни у человека развивается зависть или чувство истощения и усталости, раздражительность, желание держать под контролем всё, что происходит в жизни самого себя и окружающих, а также бессонница, тревожность. Психология человека такова, что конфликт вымышленного и реального мира порождает беспокойство и тревогу, и невозможность взять от жизни «свое» понижает самооценку. От непомерных запросов страдает не только сам человек, но и его окружение. Чем раньше человек признает наличие такого состояния и причин

его, тем больше шансов улучшить качество жизни. Также нет необходимости сравнивать себя с теми, кто уже на вершине успеха. Педагогу лучше объективно оценить свои способности, таланты и развивать их, стараться сегодня стать лучше, чем был вчера; только такое сравнение даст положительный результат. Нужно стремиться к внутренней гармонии, учиться радоваться жизни, ценить те мелкие радости, которые делают счастливым, получать удовольствие от жизни, быть благодарным людям, не копить обиды и иметь позитивное мышление.

Обсуждение. Профессия педагога является публичной, и значимыми выступают навыки самопрезентации, умения выстраивать коммуникацию, способность и готовность решать творческие задачи; проявлять лидерские качества. Вопросы развития soft skills у педагога заслуживают особого внимания, так как именно они призваны формировать «гибкие навыки» у подрастающего поколения. Эти умения и навыки становятся особенно актуальными в эпоху цифровизации, характеризующейся процессами трансформации как общества, так и образования, что влечет за собой трансформацию понятия педагогической профессии. Развитие soft skills – залог профессионального успеха в XXI веке. Личностный ресурс педагога – один из главных факторов, влияющих на развитие детей, поэтому важно понимать какой образ взрослого транслируется обучающимся. На первый план выходит личность педагога и важно, насколько она соответствует требованиям современного общества. Чтобы создать необходимые и достаточные условия для развития soft skills надо понимать: каким ждет ребенка современный мир, с какими качествами и компетенциями он войдет в мир ближайшего будущего, который, будет сильно отличаться от той действительности, к которой мы привыкли.

Выводы. Задача развития навыков soft skills очень актуальна в нашем динамичном мире. Это влияет на академическую и профессиональную успешность, поможет изменяться, ориентироваться и адаптироваться в современном мире. У каждого «мягкого» навыка, навыка soft skills свои уровни и критерии развития. Чем больше педагог будет практиковаться, тем лучше эти навыки разовьются и тем выше будет его профессиональная и личностная эффективность. Сложность в развитии навыков зависит от индивидуальных особенностей, а также от конкретно необходимого навыка. Но в целом нужно учесть развитие любых soft skills требует времени потому, что многие из этих качеств связаны с нашими привычками и установками, а их изменение требует времени.

Библиографический список

1. Ашырбекова А.С. Коммуникативная компетентность педагога-менеджера как залог успешности его деятельности // Современные наукоемкие технологии. 2018. № 11-2. С. 259-264. <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=37314>

2. Гуськова С.К. К вопросу о роли преподавателя в воспитании студента вуза / Сборник трудов международной научно-практической конференции Современное профессионально-педагогическое образование: опыт, проблем, перспективы. Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2022. С.179-184.

3. Кинг Л. Как разговаривать с кем угодно, когда угодно, где угодно. М.: Альпина Пабlishер, 2018. 223 с.

ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ КЛИНИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ МОЛОДЫХ ВРАЧЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

У.Д. Джалалов

*Центр развития профессиональной квалификации медицинских работников,
г. Ташкент, Узбекистан*

З.А. Абидова

Национальный университет Узбекистана, г. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. В работе определены эффективные педагогические технологии подготовки молодых врачей. Исследованы две группы с использованием мотивационно-конструктивного подхода, где информационный материал преподносится открытой дидактической дедуктивной технологией и поведенчески (деятельностно)-ориентированного подхода, где информационный материал преподносится закрытой дидактической индуктивной технологией. Катамнез группы показал, что первая группа в краткосрочном периоде имеет небольшой спад качества знаний и навыков с последующем постоянным ростом в долгосрочном перспективе. Вторая группа в краткосрочном периоде имеет резкий подъём знаний и навыков пройденного материала, а в долгосрочной перспективе их динамическое снижение.

Ключевые слова: саморегуляция, клиническое мышление, молодые врачи, педагогические технологии.

FEATURES OF SELF-REGULATION OF CLINICAL MIND OF YOUNG DOCTORS DEPENDING ON PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES

U.D. Djalalov

*Center for the development of professional qualifications of medical workers,
Tashkent, Uzbekistan*

Z.A. Abidova

National University of Uzbekistan, Tashkent, Uzbekistan

Abstract. In this paper, effective pedagogical technologies are identified for training young doctors. Two groups were studied using a motivational-constructive approach, where information material is presented by an open didactic deductive technology and behaviorally (activity-based)-oriented approach, where the information material is presented by a closed didactic inductive technology. The catamnesis of the group showed that the first group has a slight decline in the quality of knowledge and

skills in the short term, followed by a constant increase in the long term. The second group in the short term has a sharp rise in the knowledge and skills of the material covered, and in the long term their dynamic decline.

Keywords: self-regulation, clinical mind, young doctors, pedagogical technologies.

Введение. Воспитание свободно мыслящего, инициативного поколения является одной из приоритетных задач любого государства. В настоящее время совершенствование качества подготовки молодых специалистов является актуальной проблемой системы образования. Качественная подготовка медицинских работников повысит их конкурентоспособность, а также способствует повышению качества оказания медицинской помощи. Как показывает опыт реформирования медицинского образования в странах Европы для достижения соответствия уровня подготовки врача современным требованиям необходимо обеспечить широкую общеобразовательную подготовку, в том числе естественнонаучную и гуманитарную, призванную сформировать мировоззрение и заложить основы клинического мышления.

Клиническое мышление – это способность врача логически и системно анализировать симптомы и данные, полученные в ходе обследования пациента для определения диагноза и выбора оптимальной схемы лечения.

В клинической практике медицинскому специалисту приходится часто сталкиваться с недостаточностью информации и неопределённостью. Умение грамотно и эффективно использовать неопределённость, не погружаясь в неё полностью и не теряя ориентир является важным навыком медицинских специалистов. Важно уметь принимать решения на основании имеющихся фактов и знаний, а также адаптироваться к изменяющейся ситуации и неизбежным ограничениям. В связи с чем врачи должны быть толерантны к неопределённости. Высокий уровень толерантности к неопределённости позволяет избежать ошибок и играет важную роль в клиническом мышлении.

Разработка, внедрение и использование новых инновационных технологий в образовании, повышении квалификации и самообразовании, направленных на формирование навыков клинического мышления является актуальной задачей. Связано это с тем, что недостаточная способность применять приобретённые знания на практике зачастую лежит в основе врачебных ошибок и неэффективных лечебных мероприятиях. Кроме того, постоянный рост объёмов медицинской информации и относительное ограничение времени на её анализ диктует необходимость оптимизации навыков синтетического мышления, которые нередко должны выполняться на «подсознательном уровне», автоматически.

Таким образом, проблема качества формирования клинического мышления, как основного компетентностно-ориентированного навыка,

существовала всегда и сохраняется в настоящее время. Во многом она может быть решена на основе инновационных образовательных технологий, ориентированных на использование приёмов формирования творческого, системного мышления, призванного не только воспроизводить полученные знания, но и решать нестандартные задачи.

В образовательном процессе важную роль играет педагогическая деятельность и передовые педагогические технологии. Парадигмой традиционных педагогических технологий являются знания, умения и навыки. В связи с этим применяются такие дидактические техники как обучение, научение, формирование, тренировка, поощрение и контроль в процессе педагогического управления, которые дают возможность формирования толерантности у обучаемых.

Идея новой образовательной парадигмы акцентирует своё внимание на внутреннем мире человека, его свободе, творчестве, индивидуальности. Эффективность педагогического процесса возможна при осуществлении взаимодействия, создавая условия для формирования философии, мировоззрения личности обучаемого и предоставления существующей информации на данный момент, с учётом навыков, умений, оценки информации и работы с существующими информационными базами. Это возможно при применении таких дидактических техник, как фасилитация, содействие, развитие, помощь, мотивация, коллективный и личностный контроль и самоконтроль в процессе ведения педагогического процесса. Данные технологии дают возможность раскрытия врождённой толерантности, выводя её на приоритетные уровни.

С целью изучения особенностей саморегуляции клинического мышления молодых врачей в зависимости от педагогических технологий нами проведено исследование среди медицинских специалистов, работающих в противотуберкулезной службе.

Методы. Всего в исследовании участвовало 50 специалистов противотуберкулезной службы. Участники исследования были разделены на две группы по 25 человек в каждой. Среди участников группы №1 занятия велись с мотивационно-конструктивным подходом, где преподнесён информационный материал дедуктивной технологией, а среди участников группы №2 с поведенчески (деятельностно)-ориентированным подходом, где информационный материал преподнесён индуктивной технологией.

Дедуктивная технология образования содействует инициации у слушателей эмоциональных и когнитивных процессов, приводящих их к смыслов-образующей деятельности с формированием соответствующего поведения. Индуктивная технология образования оказывает модуляционные воздействия на слушателей, ведётся эмоцио-создающая и

смысло-формирующая форма занятий, с созданием определённых установок, понятий и выработки навыков, определёнными поведенческими ограничениями у слушателей.

Для исследования особенностей саморегуляции клинического мышления молодых врачей в зависимости от педагогических технологий проводилась первичная диагностика до эксперимента и по истечению трёх месяцев после эксперимента с помощью методики С.Баднер «Толерантность к неопределённости» адаптированная Г.У.Солдатовой (Солдатова, 2008).

Проверка формы распределения полученной выборки проводилась с помощью теста Колмогорова-Смирнова, значение которого во многих параметрах оказалось $p < 0,05$. Учитывая то, что переменные отклоняются от нормального распределения для анализа применялись непараметрические тесты: сравнения результатов двух групп между собой осуществлялись с помощью U-тест Манна-Уитни, а для сравнения результатов до и после эксперимента внутри зависимых выборок использовался тест Вилкоксона.

Результаты. Сравнение результатов первичной диагностики между сравниваемыми группами не показало достоверной разницы. Общий показатель толерантности к неопределённости среди участников группы №1 наблюдается равно $57,12 \pm 9,0$, а среди участников группы №2 равно $57,32 \pm 7,41$; $z = -0,214$; $p > 0,05$. Судя по результату можно предположить, что участники обеих групп вполне могут принадлежать к одной популяции. Исходя из этого можно сделать вывод, что сравниваемые группы однородные. Это позволяет начать исследования на одинаковом фоне.

По истечению трёх месяцев, после проведения эксперимента в двух группах разными подходами, проводилась повторная диагностика. Сравнение результатов постдиагностики показало наличие достоверной разницы между исследуемыми группами. Общий показатель толерантности к неопределённости по результатам постдиагностики среди участников группы №1 стало $54,60 \pm 6,95$, а среди участников группы №2 стало $61,16 \pm 3,21$; $z = -3,346$; $p < 0,05$.

Таким образом, по истечению трёх месяцев эти же группы стали достоверно отличаться друг от друга. Различия наблюдаются как в общих показателях, так и в отдельных шкалах. Исходя из этого можно сделать вывод, что формирующий эксперимент повлиял на развитие и формирование уровня толерантности у участников исследования.

Анализ изменений в динамике среди медицинских специалистов противотуберкулёзной службы внутри каждой исследуемой группы с помощью теста Вилкоксона для зависимых выборок показало неоднозначные изменения (таблица). По методике «Толерантность к неопределённости», чем больше баллов набирает респондент, тем более он интолерантен к неопределённости.

Таблица

Динамика уровня толерантности к неопределенности у специалистов противотуберкулёзной службы

№	Шкалы	№*	Группа №1				Группа №2			
			Ср.знач.	Ст.откл.	Z	P	Ср.знач.	Ст.откл.	Z	P
1	Новизна проблемы	1	12,84	3,17	-1,311	0,190	12,56	4,75	-0,473	0,636
		2	13,44	2,35			11,92	2,31		
2	Сложность проблемы	1	36,04	6,28	-1,531	0,126	35,76	5,16	-3,056	0,002
		2	34,24	5,88			39,40	2,77		
3	Неразрешимость проблемы	1	8,24	1,90	-1,775	0,076	9,00	2,00	-1,557	0,119
		2	6,92	2,25			9,84	2,32		
4	Всего толерантность к неопределенности	1	57,12	9,00	-1,616	0,106	57,32	7,41	-2,340	0,019
		2	54,60	6,95			61,16	3,21		

* 1- Первичная диагностика; 2- Пост диагностика

Как видно по таблице, после формирующего эксперимента изменения между отдельными показателями по данной методике неоднозначны. Уровень показателя новизны проблемы как источника интолерантности к неопределенности среди участников группы №1 имеет незначимую отрицательную динамику от $12,84 \pm 3,17$ до $13,44 \pm 2,35$; $z = -1,311$; $p > 0,05$; а среди участников группы №2 незначимую положительную динамику от $12,56 \pm 4,75$ до $11,92 \pm 2,31$; $z = -0,473$; $p > 0,05$. Показатель уровня сложности проблемы как источника интолерантности среди участников группы №1 имеет незначимую положительную динамику от $36,04 \pm 6,28$ до $34,24 \pm 5,88$; $z = -1,531$; $p > 0,05$; а среди участников группы №2 значимую отрицательную динамику от $35,76 \pm 5,16$ до $39,40 \pm 2,77$; $z = -3,056$; $p < 0,05$. Показатель уровня неразрешимости проблемы среди участников группы №1 также имеет незначимую положительную динамику от $8,24 \pm 1,9$ до $6,92 \pm 2,25$; $z = -1,775$; $p > 0,05$; а среди участников группы №2 незначимую отрицательную динамику от $9,0 \pm 2,0$ до $9,84 \pm 2,32$; $z = -1,557$; $p > 0,05$.

Общий показатель толерантности к неопределённости среди участников группы №1 имеет незначимую положительную динамику от $57,12 \pm 9,0$ до $54,60 \pm 6,95$; $z = -1,616$; $p > 0,05$; а среди участников группы №2 значимую отрицательную динамику от $57,32 \pm 7,41$ до $61,16 \pm 3,21$; $z = -2,340$; $p < 0,05$.

Обсуждение. Как видно из анализа, уровень толерантности к неопределённости после формирующего эксперимента в обеих группах изменился неоднозначно. Среди участников группы №1, у которых занятия велись с мотивационно-конструктивным подходом, где информационный материал преподнесён дедуктивной технологией, наблюдается повышение толерантности к неопределенности, так как наблюдается незначимая отрицательная динамика в общем уровне толерантности к неопределенности.

ности и в таких её показателях, как сложность проблемы и неразрешимость проблемы; но уровень новизны проблемы как источник интолерантности к неопределенности имеет положительную динамику. Среди участников группы №2, у которых занятия велись с поведенчески (деятельностно)-ориентированным подходом, где информационный материал преподнесён индуктивной технологией, наблюдается повышение интолерантности к неопределенности, так как наблюдается значимая положительная динамика в общем уровне толерантности к неопределённости и в таких её показателях, как сложность проблемы и неразрешимость проблемы, хотя уровень новизны проблемы как источник интолерантности к неопределённости имеет отрицательную динамику.

Таким образом, дедуктивная технология образования содействует повышению уровня толерантности к неопределенности, уменьшая такие источники интолерантности как сложность и неразрешимость проблемы, а индуктивная технология повышает интолерантность к неопределённости, несмотря на уменьшение такого её источника как новизна проблемы, остальные источники значимо увеличиваются, тем самым повышая вероятность развития качеств, усиливающих интолерантность.

Выводы. Обобщая результаты анализа полученных данных проведенного исследования среди медицинских специалистов противотуберкулезной службы, можно сделать вывод, что дедуктивная технология имеет вероятность развития толерантности к неопределённости, а индуктивная технология вероятность отрицательного влияния.

Учитывая эффективность дедуктивной технологии, которая имеет большую вероятность развития толерантности как у изначально толерантных, так и у интолерантных участников, педагогические программы должны быть направлены не на формирование толерантности, а на её раскрытие и развитие у личности, тем самым содействуя саморегуляции клинического мышления. В педагогическом процессе важно делать акцент не на знания, умения и навыки, а на принятие, понимание и осознание обучаемого предмета, содействуя развитию, помощи, мотивации, коллективному и личностному контролю и самоконтролю.

Библиографический список

1. Психодиагностика толерантности личности / под ред. Г.У. Солдатовой, Л.А. Шайгеровой. М.: Смысл, 2008. 172 с.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПЕДАГОГА КАК РЕГУЛЯТОРНЫЙ РЕСУРС ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

А.Е. Забайрачная

*Таганрогский институт им.А.П.Чехова (филиал) «РГЭУ (РИНХ)», г. Таганрог,
Россия*

Аннотация. Актуальность: Современная образовательная среда характеризуется высокой степенью неопределённости, что обуславливает возрастание интереса исследователей к анализу ситуации и к поиску новых механизмов «существования и преобразования» в имеющихся условиях. Цифровизация коммуникации, «сосуществование» с искусственным интеллектом, изменение ценностных ориентаций — все это тот мир, в котором педагогическая деятельность была и остаётся важным лакмусом событий. Возросший уровень ответственности и требований подтверждает особое внимание к развитию эмоционального интеллекта как совокупности новых важных качеств личности. И именно развитие эмоционального интеллекта, на наш взгляд, выступает средством формирования регуляторного ресурса жизнестойкости в педагогической деятельности. Цель нашего исследования: изучить влияние уровня развития эмоционального интеллекта на успешность процесса саморегуляции педагога в профессиональной и личностной сферах. Методы исследования и выборка: Предварительный анализ уровня эмоционального интеллекта у участников исследования определён посредством теста Николаса Холла (дифференцированная оценка EQ по 5 характеристикам). Уровень жизнестойкости определён у опрошенных посредством методики С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева. В исследовании приняли участие 48 педагогов общеобразовательных школ и организаций СПО. Основные результаты: Уровень развития EQ тесно связан с ресурсом жизнестойкости. Условия развития EQ определяются индивидуальными особенностями личности. У 25% опрошенных наблюдался высокий уровень развития EQ и достаточно высокий показатель жизнестойкости. Определены основные механизмы развития ресурса жизнестойкости через EQ. Заключение: Эмоциональный интеллект является важнейшим регуляторным ресурсом жизнестойкости педагога. Правильное понимание механизмов взаимосвязи уровня EQ и личностной регуляции позволит создать комфортную среду для педагогической деятельности, позволит выстроить качественный и эффективный образовательный процесс.

Ключевые слова: педагог, эмоциональный интеллект, эмоциональный интеллект педагога, жизнестойкость, ресурс жизнестойкости.

EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE TEACHER AS A REGULATORY RESOURCE OF RESILIENCE

A.E. Zabairachnaya

*Chekhov A.P. Taganrog Institute, branch of Rostov State Economical University,
Taganrog, Russia*

Abstract. Relevance: The modern educational environment is characterized by a high degree of uncertainty, which causes an increase in the interest of researchers in

analyzing the situation and in finding new mechanisms of «existence and transformation» in the existing conditions. Digitalization of communication, «coexistence» with artificial intelligence, a change in value orientations — all this is the world in which pedagogical activity was and remains an important litmus of events. The increased level of responsibility and requirements confirms special attention to the development of emotional intelligence as a combination of new important personality qualities. And it is the development of emotional intelligence, in our opinion, that acts as a means of forming a regulatory resource of resilience in pedagogical activity. The purpose of our study: to study the influence of the level of development of emotional intelligence on the success of the process of self-regulation of the teacher in the professional and personal spheres.

Research methods and sampling: Preliminary analysis of the level of emotional intelligence in the study participants was determined through the Nicholas Hall test (differentiated EQ score by 5 characteristics). The level of resilience was determined among the respondents through the methodology of S. Muddi in the adaptation of D.A. Leontyev. The study was attended by 48 teachers of secondary schools and organizations of vocational schools. Key results: The level of EQ development is closely related to the resilience resource. EQ development conditions are determined by individual personality traits. 25% of respondents had a high level of EQ development and a fairly high indicator of resilience. The main mechanisms for the development of the resource of resilience through EQ have been identified. Conclusion: Emotional intelligence is the most important regulatory resource of a teacher's resilience. The correct understanding of the mechanisms of the relationship between the EQ level and personal regulation will create a comfortable environment for pedagogical activity, will allow building a high-quality and effective educational process.

Keywords: teacher, emotional intelligence, emotional intelligence of the teacher, resilience, resource of resilience.

Введение. Современная образовательная среда характеризуется высокой степенью неопределённости. Отличительной чертой преобразований становится их высокая скорость, а также неспособность инерционных институтов угнаться за происходящими переменами. Вместе с тем, педагогическая деятельность остаётся важным лакмусом событий, проходя процесс модификации в рамках стремительно появляющихся новых образовательных и воспитательных задач.

Несмотря на то, что искусственный интеллект (далее по тексту — AI) стал частью нашей жизни и уже сейчас затрагивает здравоохранение, рынок услуг, транспорт, розничную торговлю, производство и финансы, исследователи в области AI считают, что потенциальные возможности использования безграничны. Особую степень влияния AI оказывает на образовательную сферу, но, несмотря на это, педагог был и остаётся важнейшей фигурой воспитательного и образовательного процесса.

Неопределённость среды и рассмотренные проблемы преобразований оказывают большое влияние на самочувствие человека, осуществляющего свои профессиональные задачи в условиях современной среды. Иными словами, педагог становится объектом постоянного воздействия

новообразований и попадает в ситуацию, где от него требуется «правильное восприятие и подстраивание» к новым условиям.

Взросший уровень ответственности и требований подтверждает особое внимание к развитию эмоционального интеллекта как совокупности новых важных качеств личности.

Эмоциональный интеллект – новая сфера изучения в науке. Понятие «эмоциональный интеллект» было впервые введено в 1990 г. Дж. Майером и П. Саловеем, позднее была введена аббревиатура EQ (англ. emotional quotient) (Joseph et al., 2015).

Эмоциональный интеллект (далее по тексту — EQ) выступает в роли психологического фильтра, обеспечивающего комфортное для психики восприятие модификаций окружающего мира.

Аналогичным инструментом успешной адаптации психики личности к современным условиям жизни является и жизнестойкость – способность личности успешно преодолевать неблагоприятные средовые условия, демонстрируя высокую устойчивость к стрессогенным факторам; сегодня её наличие как никогда ранее важно и жизненно необходимо (Климова, 2022).

Именно развитие эмоционального интеллекта, на наш взгляд, выступает средством формирования регуляторного ресурса жизнестойкости в педагогической деятельности.

Цель нашего исследования: изучить влияние уровня развития эмоционального интеллекта на успешность процесса саморегуляции педагога в профессиональной и личностной сферах.

Методы. Были использованы методы:

- тест Николаса Холла для определения уровня эмоционального интеллекта;
- методика С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева для определения уровня жизнестойкости.

Результаты. В исследовании приняли участие 48 педагогов общеобразовательных школ и организаций СПО. Группа испытуемых представлена как молодыми специалистами в области образования, так и опытными педагогами. В рамках теста Николаса Холла проводилась дифференцированная оценка EQ по 5 шкалам: «Эмоциональная осведомленность», «Управление своими эмоциями», «Самотивация», «Эмпатия», «Распознавание эмоций других людей».

Анализ полученных данных по шкале общего эмоционального интеллекта показал, что у 25% педагогов выявлен высокий уровень эмоционального интеллекта. Средний показатель уровня эмоционального интеллекта выявлен у 64,6% опрошенных, а низкий — у 10,4%.

При анализе данных по каждой школе можно заметить, что для всех педагогов характерен высокий и средний уровень эмпатии и эмоциональ-

ной осведомлённости. Низкий уровень «управления своими эмоциями» и «распознавание эмоций других» наблюдается лишь у 5 опрошенных. Можно также проследить зависимость уровня данных шкал от общего педагогического стажа опрошенных: данные показатели были низки у педагогов, чей педагогический стаж менее 3 лет.

Показатель жизнестойкости определён у опрошенных посредством методики С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева. Для подсчёта баллов ответов на прямые пункты были присвоены баллы, а затем суммирован общий балл жизнестойкости.

Таблица
Результаты методики С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева

Шкалы	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения
жизнестойкость	14,5%	62,5%	23%
вовлеченность	18,75%	65,75%	15,5%
контроль	0	75%	25%
принятие риска	43,75%	56,25%	0

Для комплексного анализа полученных данных было проведено сравнение средних показателей общего уровня EQ и показателя жизнестойкости. Данные представлены на рис.

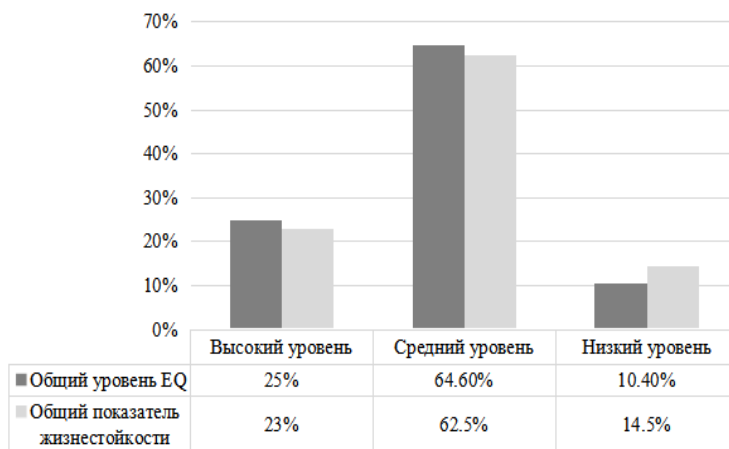


Рис. Диаграмма общих показателей уровня эмоционального интеллекта выпускников и показателей жизнестойкости.

Обсуждение. На основе полученных результатов можно определить корреляцию показателей ресурса жизнестойкости и степени развития EQ. Высокий уровень показателя жизнестойкости был отмечен у опрошен-

ных, чей уровень EQ также соответствует показателю «высокий». С точки зрения специфики развития EQ можно сделать вывод, что качественное повышение данного уровня определяется индивидуальными особенностями личности.

В исследованиях современных ученых развитие ресурса жизнестойкости основывается на когнитивных особенностях мышления личности и жизненных ориентирах индивида. В связи с этим, к основным механизмам развития ресурса жизнестойкости через EQ можно отнести в первую очередь умение использовать внутренние резервы, а также способность заботиться о себе, о своём эмоциональном состоянии. На основе анализа результатов, полученных в рамках методики определения уровня жизнестойкости, также важнейшим механизмом развития является контроль над установкой на оценку текущей жизненной ситуации и готовность человека активно действовать в пользу будущего. Вопрос корреляции ресурса жизнестойкости и уровня развития EQ требует более детального изучения.

Выводы. На основе полученных данных можно сделать вывод, что эмоциональный интеллект является важнейшим регуляторным ресурсом жизнестойкости педагога. Умение понимать свои и чужие эмоции, контролировать своё эмоциональное состояние и регулировать ситуативные реакции влияют на развитие важного навыка — стрессоустойчивости. Развитие EQ оказывает влияние на способность организма спокойно переносить действие стрессоров, спокойно переносить всплеск эмоций через внутреннюю сбалансированность чувств.

В педагогической деятельности соединение высокоразвитого EQ и уровня жизнестойкости является фактором эффективной профессиональной деятельности специалиста. Понимание механизмов взаимосвязи уровня EQ и личностной регуляции позволяет выстроить качественный и эффективный образовательный процесс, предотвратить на начальном этапе возможные симптомы синдрома эмоционального выгорания у специалиста в рамках педагогической деятельности.

Библиографический список

1. Климова Н.П. Взаимосвязь компонентов эмоционального интеллекта с компонентами жизнестойкости личности в контексте психологической культуры // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки. 2022. № 22-3. С. 141-148.
2. Joseph, D.L., Jin J., Newman D.A., O'Boyle E.H. Why does self-reported emotional intelligence predict job performance? A meta-analytic investigation of mixed EI // Journal of Applied Psychology. 2015. Vol. 100, № 2. P. 298–342. <https://doi.org/10.1037/a0037681>

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ УЧИТЕЛЕЙ КАК ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ РЕГУЛЯТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА

Л.Н. Захарова, А.С. Заладина, А.И. Махалин, А.В. Руденко

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, г. Нижний Новгород, Россия

Аннотация. Новое время нестабильности, неопределенности, сложности и неоднозначности предъявляет особые требования к постоянному профессиональному росту как принципиальному условию обеспечения личной психологической жизнеспособности педагога и учащихся. Цель проведенного теоретико-эмпирического исследования: поиск и выявление характера связи между субъективным благополучием/неблагополучием учителей и их отношением к профессиональной деятельности, направленностью на преодоление профессиональных дефицитов. Испытуемые – учителя средних и старших классов трех возрастных групп. Методы: авторская анкета самооценки профессиональных дефицитов и авторская анкета оценки субъективного благополучия (СБ). Проведен анализ по гендерным и возрастным подгруппам. Показано, что наиболее высокий уровень СБ характерен для мужчин и учителей старшего возраста. Высокий уровень СБ сопровождается невысокой значимостью успеха в профессиональной деятельности, более низкой подверженностью стрессу и сдержанностью в желании профессионального роста. Выбор курсов повышения квалификации в основном ограничен проблемами методики преподавания и воспитания. Наиболее выражено стремление к профессиональному росту у молодых учителей с относительно невысоким уровнем СБ. Для них важен успех в профессиональной деятельности, залогом которого является профессиональная компетентность и поддержка педагогического коллектива. При такой ориентации на профессиональный успех теряют значимость факторы переработки, усталости, даже здоровья. Подверженность стрессу смягчается поддержкой коллектива. Такие учителя выбирают сложные курсы информационных технологий и тьюторства.

Ключевые слова: трудовая деятельность, субъективное благополучие, профессиональный стресс, трудовая усталость, профессиональные дефициты, профессиональный рост.

SUBJECTIVE WELL-BEING OF TEACHERS AS AN EMOTIONAL REGULATOR OF PROFESSIONAL GROWTH

L.N. Zakharova, A.S. Zaladina, A.I. Makhalin, A.V. Rudenko

*National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod (UNN),
Nizhni Novgorod, Russia*

Abstract. The new times of instability, uncertainty, complexity and ambiguity make special demands for continuous professional growth as a fundamental condition for ensuring personal psychological vitality of the teacher and students. The aim of the theoretical and empirical study: to find and identify the nature of the relationship between subjective well-being/disadvantage of teachers and their attitude to professional activities, the focus on overcoming professional deficits. The subjects were middle and high school teachers of three

age groups. Methods: author's questionnaire of self-assessment of professional deficits and author's questionnaire to assess subjective well-being (SWB). Analysis by gender and age subgroups was conducted. It was shown that the highest level of SWB is characteristic of men and teachers of older age. A high level of SBW is accompanied by a low importance of success in professional activity, a lower susceptibility to stress, and restraint in the desire for professional growth. The choice of professional development courses is mostly limited to the problems of teaching and educational methods. Young teachers with a relatively low SB level have the most pronounced aspiration for professional growth. For them the success in professional activity is important, the key to which is the professional competence and support of the teaching staff. With this orientation to professional success, factors of recycling, fatigue, even health lose importance. Exposure to stress is mitigated by team support. Such teachers choose complex courses of information technology and tutoring.

Keywords: labor activity, subjective well-being, professional stress, labor fatigue, professional deficits, professional growth.

Введение. Проблема регуляции деятельности, в том числе профессиональной, относится в психологии к числу фундаментальных. Одним из направлений исследования является поиск ее эмоциональных регуляторов и раскрытия механизмов их действия. К эмоциональным регуляторам относится субъективное благополучие (СБ) в трудовой деятельности, под которым, начиная с трудов Э.Динера, понимается эмоциональная оценка удовлетворенности жизнью в целом или ее конкретными сферами, в том числе трудовой деятельностью. СБ работника рассматривается не только и не столько как гуманистический аспект труда, но как эмоциональный регулятор, обеспечивающий личностную вовлеченность в трудовую деятельность, поскольку участие в ней при действии определенных внутренних и внешних факторов дает подкрепление в виде позитивных чувств. Ключевой составляющей СБ применительно к трудовой деятельности является желание прогрессивных технологических и организационных изменений, а также собственного личностного и профессионального развития на фоне позитивных эмоций, связанных с трудом (Захарова, 2019).

Таким образом, актуальной задачей является раскрытие тех детерминант СБ, которые обеспечивают не только позитивное самочувствие, но и активную трудовую деятельность. Немало работ раскрывают позитивную связь между СБ и результатами трудовой деятельности (Nielsen, 2017; Even-Zahav, 2022). Вместе с тем легко представить позитивное самочувствие, располагающее к бездействию, лени, уходу от трудовой деятельности. Не случайно исследователи СБ обращают внимание на необходимость управленческого и тьюторского внимания к мотивации саморазвития, личностного и профессионального роста, когда речь идет о СБ (Shoshani, 2021, Котовская, 2022).

Особую актуальность проблема СБ имеет в работе учителя, которая содержит целый комплекс факторов, которые могут способствовать субъективному неблагополучию в трудовой деятельности. В первую очередь, это утомление, усталость, порождающие стресс, плохое самочувствие, ухудшение сна, состо-

яния здоровья, опасение не справиться с трудовой нагрузкой, снижение интереса к работе вплоть до отвращения, апатия (Бодров, 2010; Захарова, 2019). Но в учительской работе есть и факторы, смягчающие действие стресса и усталости: чувство эффективности преподавания, защита интересов учащихся, стремление к совершенствованию (Aguilte-Muñoz, 2023).

Цель проведенного исследования: раскрыть детерминанты СБ учителя и дать анализ связи СБ с отношением к трудовой деятельности. В основу исследования легла теоретическая модель СБ как социального действия с системной детерминацией по Т. Парсонсу (Захарова, 2021).

Методы. Инструментом оценки СБ в профессиональной деятельности явилась авторская анкета. Профессиональная компетентность изучена с помощью авторской анкеты «Самооценка профессиональных дефицитов».

В качестве испытуемых в исследовании приняли участие учителя средних и старших классов школ Нижнего Новгорода и Нижегородской области, из них 145 мужчин и 2037 женщин трех возрастных групп.

Результаты и их анализ. Данные таблицы ниже показывают, что учителя мужской и женской гендерных групп статистически значительно различаются по СБ в трудовой деятельности: мужчины чувствуют себя более благополучными, чем женщины ($p \leq 0.05$).

Вместе с тем мужчины и женщины не различаются ни по самооценке профессиональной компетентности, ни по важности профессионального успеха. Они перерабатывают также примерно одинаково – около 10 часов в неделю. Статистически значимые различия наблюдаются в оценке усталости от трудовой деятельности: у женщин она существенно выше. Если обратить внимание на самооценку состояния нервной и сердечно-сосудистой систем, то можно видеть, что показатели у женщин существенно ниже, чем у мужчин ($p \leq 0,01$). Это свидетельствует о том, что женщины чаще и сильнее переживают профессиональный стресс, чем мужчины.

По-видимому, более высокая подверженность стрессу негативно сказывается на СБ женщин. Мужчины и в трудовом коллективе чувствуют себя существенно лучше, чем женщины ($p \leq 0,05$). Это свидетельствует о том, что женский педагогический коллектив склонен устанавливать позитивные отношения с немногочисленными мужчинами и поддерживать их.

Заслуживает внимания специфика СБ в возрастных группах. Наиболее высоко СБ в труде в качестве ответа на прямой вопрос оценивают учителя старшего возраста. Этому есть подтверждения другими показателями. Они наиболее высоко оценивают свою профессиональную компетентность и менее представителей более молодых возрастных групп признают важность профессионального успеха, хорошо чувствуют себя в трудовом коллективе. У них хуже обстоят дела с сердечно-сосудистой системой, скорее всего, в силу возраста. Они оценивают состояние нервной системы как довольно плохое, но все же статистически значительно лучше, чем более молодые учителя, что говорит о

меньшей подверженности стрессу. В силу опыта они меньше устают. И что представляется основным в детерминантах их хорошего СБ – это то, насколько моложе они чувствуют себя: более, чем на 11 лет. Эта группа учителей с наиболее выраженным СБ, тем не менее, не стремится к профессиональному росту. Испытывая наибольшие трудности, в сравнении с более молодыми коллегами, в сфере информационных технологий и тьюторских компетенциях, они, тем не менее, выбирают для повышения квалификации курсы, компетентность в которых оценивается ими достаточно высоко (методические и воспитательные) и, следовательно, которые не будут вызывать напряжения сил.

Таблица

Показатели субъективного благополучия и отношения к профессиональной деятельности учителей разных возрастных групп

Респонденты	Возраст			Переработка (час в неделю)	С/О сердечно-сосудистой системы	С/О нервной системы	Самочувствие в трудовом коллективе	Усталость			Проф. компетентность	СБ в труде	Важность проф. успеха
	хронологический	самочувствие	разница					от труда	от работы по дому	W			
Мужчины	41,5	36,6	-4,9	9,89	2,9	3,0	3,5	5,76	4,3	*	3,4	3,6	3,7
Женщины	45,8	40,5	-5,23	9,7	2,5	2,1	3,2	6,41	4,4	*	3,4	3,2	3,5
U	**	**	-	T	**	**	*	*	-	-	*	-	-
Молодые	30,32	30,09	-0,23	8,85	3,2	2,3	3,4	6,5	4,8	*	3,3	3,2	3,7
Средний возраст	47,88	42,68	-5,19	10,4	2,3	2,0	3,2	6,5	4,3	**	3,4	3,2	3,4
Старшие	59,68	48,48	-11,20	9,5	2,2	2,4	3,34	6,0	4,0	**	3,5	3,6	3,4
U (Мол-Ср)	**	**	**	*	**	**	*	-	**		T	-	**
U (Мол-Ст)	**	**	**	-	**	-	-	**	**		**	*	*
U (Ср-Ст)	**	**	**	**	-	**	**		*		*	**	-

Примечание: В таблице 1: U- статистическая значимость различий по критерию Манна-Уитни, W - статистическая значимость различий по критерию Вилкоксона: * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$, T – тенденция; - – статистически значимые различия отсутствуют

Испытуемые из группы молодых учителей демонстрируют совсем другой уровень СБ. Они и на прямой вопрос дают наиболее низкие оценки: 3.2 балла против 3.6 в старшей группе ($p \leq 0,05$). Молодые учителя существенно ниже оценивают свою профессиональную компетентность,

и, в то же время, у них максимальная важность профессионального успеха. Они существенно больше устают от трудовой деятельности, хотя переработки у них несколько меньше, чем в группах среднего и старшего возраста, нервная система испытывает большие нагрузки. Таким образом, можно видеть, что уровень СБ в группе молодых учителей имеет более низкие показатели. Однако именно молодые учителя выбирают наиболее сложные курсы повышения квалификации, связанные с информационными технологиями и требованиями к современному уроку. Таким образом, более низкий уровень СБ обеспечивает большее стремление к профессиональному росту. Но здесь следует отметить два важных момента. Во-первых, все же речь здесь не идет о субъективном неблагополучии, а только о более низком уровне благополучия. Во-вторых, разные факторы СБ, по-видимому, имеют разную силу обуславливания его уровня и активности в отношении профессионального роста.

На рисунке представлены некоторые корреляционные связи СБ с отношением к трудовой деятельности.



Рис. Корреляционные связи СБ и отношения к труду.

Можно видеть, что наибольший вклад в СБ вносит контекстный фактор самочувствия в трудовом коллективе, способный к регуляции состояний нервной системы, зависящих, в свою очередь, от переживаемых стрессов. Сильными факторами являются связанные между собой профессиональная компетентность и важность профессионального успеха. Они существенно сильнее влияния возраста, переработок, усталости.

Выводы. Уровень СБ в педагогическом труде различается в гендерных и возрастных группах. Наиболее высокий зафиксирован у мужчин и учителей старшего возраста.

1. Стремление к профессиональному росту связано не столько с уровнем СБ, сколько с действием конкретных факторов. Наиболее ярко они проявились в группе молодых учителей. Это контекстный фактор самочувствия в трудовом коллективе и организменный фактор состояния нервной системы, а также два личностных фактора: профессиональная компетентность и важность профессионального успеха.

2. Личностные и контекстные факторы можно использовать в организационном управлении СБ, которое выполнит функцию регуляции стремления к профессиональному росту.

Библиографический список

1. Бодров В.А. Развитие учения о профессиональном утомлении человека. Часть 1. Категория «Утомление» в системе представлений о функциональном состоянии и деятельности человека // Психологический журнал. 2010. Т. 31, № 3. С. 46-57.

2. Захарова Л.Н., Саралиева З.Х.-М., Леонова И.С. Усталость как показатель социально-психологического возраста персонала // Системная психология и социология. 2019. № 2. С.36-52.

3. Захарова Л.Н. Субъективное благополучие персонала как социальное действие в условиях внедрения инноваций // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии. Сборник статей / Отв. ред. А. А. Грачев, А. Л. Журавлев, А. Н. Занковский. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. С. 837-851.

4. Котовская С.В. Субъективное благополучие как составляющая психического здоровья современной молодежи // Международный журнал медицины и психологии. 2022. Т.5, №8. С.64-70.

5. Aguirre-Muñoz Z., Esat G., Smith B., Choi N. Effects of teaching efficacy, advocacy, and knowledge on coping and well-being of dual language immersion teachers // Journal of Latinos and Education. 2023. <https://doi.org/10.1080/15348431.2023.2189120>

6. Even-Zahav A., Widder M., Hazzan O. From teacher professional development to teacher personal-professional growth: The case of expert STEM teachers // Teacher Development. 2022. Vol.26, №3. P. 299-316. <https://doi.org/10.1080/13664530.2022.2052947>

7. Nielsen K., Nielsen M.B., Ogbonnaya C., Käsälä M., Saari E., Isaksson R. Workplace resources to improve both employee well-being and performance: A systematic review and meta-analysis // Work & Stress. 2017. Vol.31, № 2. P. 101-120. <https://doi.org/10.1080/02678373.2017.1304463>

8. Shoshani F. Growth mindset in the maths classroom: a key to teachers' well-being and effectiveness // Teachers and Teaching. 2021. Vol.27, № 8. P. 730-752. <https://doi.org/10.1080/13540602.2021.2007370>

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИОНОМИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

П.А. Кисляков

*Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия
Научно-исследовательский институт федеральной службы исполнения
наказаний, г. Москва, Россия*

Е.А. Шмелева, О.А. Силаева

Шуйский филиал Ивановского государственного университета, г. Шуя, Россия

Н.И. Кольчугина

Университет непрерывного образования и инноваций, г. Иваново, Россия

А.-Л.С. Меерсон

Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия

Аннотация. Актуализируется проблема обеспечения психологической безопасности специалистов социономического профиля в условиях социально-политических, экономических, технологических изменений. Обосновано, что в качестве личностного ресурса психологической безопасности может выступать профессиональная жизнестойкость как процесс когнитивной оценки, позитивного взгляда на жизнь и многогранной линии действий. Цель исследования состояла в оценке профессиональной жизнестойкости специалистов социономического профиля во взаимосвязи с удовлетворенностью потребности в безопасности. В исследовании использовалась методика «Профессиональная жизнестойкость» (Occupational Hardiness Questionnaire) (Морено-Джименез с соавт. 2014) и методика «Оценка удовлетворенности потребности в безопасности» (Зотова, 2011). Проведенное исследование показало, что в целом по выборке профессиональная жизнестойкость сформирована на среднем уровне. Проведенный корреляционный анализ Спирмена позволил выявить ряд положительных взаимосвязей между шкалами профессиональной жизнестойкости (контроль, вовлеченность, вызов/ принятие риска) и показателями удовлетворенности потребности в безопасности. Анализ показал, что в целом в исследуемой выборке жизнестойкость выступает предиктором удовлетворенности потребности в безопасности.

Ключевые слова: профессиональная жизнестойкость, психологическая безопасность, специалисты социономического профиля.

OCCUPATIONAL HARDINESS IN THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF SOCIONOMIC SPECIALISTS

P.A. Kislyakov

*Russian State Social University, Moscow, Russia,
Research Institute of the Federal Penitentiary Service, Moscow, Russia*

E.A. Shmeleva, O.A. Silaeva

Shuya Branch of Ivanovo State University, Shuya, Russia

N.I. Kolchugina

University of Continuing Education and Innovation, Ivanovo, Russia

A.-L. S. Meerson

Russian State Social University, Moscow, Russia

Abstract. The problem of ensuring the psychological safety of specialists of a socio-economic profile in the conditions of socio-political, economic, technological changes is actualized. It is proved that occupational hardiness can act as a personal resource of psychological security, as a process of cognitive assessment, a positive outlook on life and a multifaceted line of action. The purpose of the study was to assess the occupational hardiness of socio-economic specialists in relation to the satisfaction of the need for security. The methodology "Occupational Hardiness Questionnaire" (Moreno-Jiménez et al. 2014) and the methodology "Assessment of satisfaction of the need for security" (Zotova 2011) were used. The conducted research has shown that, in general, occupational hardiness in the sample is formed at an average level. Spearman's correlation analysis revealed a number of positive relationships between the scales of occupational hardiness (control, engagement, innovation/risk) and indicators of satisfaction with the need for security. The conducted regression analysis showed that, in general, in the studied sample, hardiness acts as a predictor of satisfaction of the need for security.

Keywords: occupational hardiness, psychological safety, socio-economic specialists.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-18-00678, <https://rscf.ru/project/22-18-00678/>, ИВГУ

Введение. Разработка научно обоснованных средств психолого-педагогического сопровождения развития человека в социальной, образовательной и профессиональной средах входит в число приоритетных направлений фундаментальных научных исследований в Российской Федерации до 2030 г. Пандемия COVID-19, а затем специальная военная операция РФ по демилитаризации и денацификации Украины и защите ДНР и ЛНР привели к серьезным социально-политическим, экономическим, технологическим изменениям не только для государства в целом, но и для отдельного человека, вынужденного адаптироваться к новым социальным и профессиональным условиям жизнедеятельности, интенсификации и трансформации труда. В таких условиях нарастает степень психотравмирующего воздействия на специалистов, которые в силу своей профессиональной специфики оказывают психолого-педагогическую, социально-психологическую, социальную, медико-социальную помощь людям, оказавшимся в кризисной ситуации. Нередко их прямое выполнение обязанностей требует большого количества психологических ресурсов, позволяющих оказывать помощь и поддержку в ситуациях кризиса. Одним из таких ресурсов выступает жизнестойкость (Леонтьев, Рассказова, 2011).

Согласно модели, предложенной К. Кобаса, а позднее С. Мадди, жизнестойкость рассматривается как процесс когнитивной оценки, позитивного взгляда на жизнь и многогранной линии действий. Модель жизнестойкости выражает концепцию, согласно которой реакция на стресс является не автоматическим и линейным результатом, а результатом взаимодействия человека с источниками стресса (Kobasa, Maddi, Kahn, 1982).

Хотя конструкт жизнестойкости был разработан в теоретическом контексте, в дальнейших исследованиях была установлена ее связь с такими переменными, как психологическая безопасность, психологическое благополучие, самооценка, вовлеченность в работу, конструктивные копинг-стратегии, смысловые ориентации и др. (Леонтьев, Рассказова, 2011; Дуганова, 2010; Moreno-Jiménez et al., 2014).

Для доказательства того, что жизнестойкость является не просто общей личностной переменной, а может иметь специфические проявления в различных жизненных сферах, различными авторами были разработаны и верифицированы шкалы жизнестойкости в отношении здоровья (Pollock, 1986), академической устойчивости (Benishek, López, 2001), когнитивной устойчивости (Nowack, 1990), военной устойчивости (Adler, Dolan, 2006), спортивной устойчивости (Godoy-Izquierdo, Godoy, 2004), профессиональной (трудовой) устойчивости (Moreno-Jiménez et al., 2014).

Цель нашего исследования состояла в исследовании профессиональной жизнестойкости специалистов социомического профиля во взаимосвязи с удовлетворенностью потребности в безопасности.

Методы. В исследовании приняло участие 347 человек (педагоги, психологи, медики, социальные работники). Использовались методики «Профессиональная жизнестойкость» (Moreno-Jiménez et al., 2014, опросник переведен авторами статьи) и «Оценка удовлетворенности потребности в безопасности» О.Ю. Зотовой (Зотова, 2011).

Результаты и их обсуждение. Проведенное исследование показало, что в целом по выборке профессиональная жизнестойкость сформирована на среднем уровне – 14-15 баллов из 20 по каждой из шкал; потребность в безопасности по различным показателям скорее удовлетворена (от 0,5 до 0,9 баллов по шкале от -2, до +2) (таблица 1).

Проверка надежности шкал опросника «Профессиональная жизнестойкость» с использованием коэффициента α -Кронбаха показала, что все шкалы имеют приемлемые показатели внутренней согласованности («вовлеченность»: $\alpha = 0,646$; «контроль»: $\alpha = 0,783$; «вызов/принятие риска»: $\alpha = 0,804$). Полученные результаты по данной методике согласуются с данными, проведенными на испанской выборке медицинских работников (Moreno-Jiménez et al., 2014). Трехфакторная структура опросника была подтверждена с помощью эксплораторного факторного анализа: суммарная доля дисперсии факторов составила 57,6%; надежность исследовательской модели подтверждена коэффициентом Кайзера-Мейера-Олкина (КМО = 0,912) и критерием сферичности Бартлетта ($\chi^2 = 2049,5$; $p < 0,001$).

Сравнительный анализ профессиональной жизнестойкости у специалистов разных сфер с помощью критерия Краскала-Уоллеса показал, что показатели вовлеченности у педагогов и медицинских работников статистические

выше, чем у социальных работников и психологов ($N = 9,54; p = 0,022$); показатели контроля выше медицинских работников ($N = 10,34; p = 0,016$); по показателям вызова / принятия риска различий не обнаружено ($N = 3,69; p = 0,297$).

Таблица 1

Описательные статистики

Переменные	Min	Max	M	SD	As	Ex
Вовлеченность (ОНQ)	1	20	14,4	2,96	-0,68	1,81
Контроль (ОНQ)	1	20	15,4	3,07	-0,87	2,13
Вызов/принятие риска (ОНQ)	2	20	14,0	3,29	-0,37	0,34
Потребность в стабильности	-2	2	0,8	1,02	-0,64	-0,02
Потребность в законе, порядке	-2	2	0,8	1,06	-0,63	-0,17
Потребность в предсказуемости событий	-2	2	0,5	1,04	-0,36	-0,39
Потребность в надежной работе со стабильным заработком	-2	2	0,9	1,08	-0,77	-0,13
Потребность быть любимым, желанным	-2	2	0,9	1,09	-0,79	-0,08
Потребность быть защищенным от опасностей и враждебного мира	-2	2	0,8	1,12	-0,79	-0,03
Потребность в защищенности от реальных чрезвычайных обстоятельств (война, общественные беспорядки)	-2	2	0,8	1,28	-0,85	-0,40

Проведенный корреляционный анализ Спирмена позволил выявить ряд положительных взаимосвязей между шкалами профессиональной жизнестойкости (контроль, вовлеченность, вызова/принятия риска) и показателями удовлетворенности потребности в безопасности (таблица 2).

Таблица 2

Корреляционные связи между профессиональной жизнестойкостью и показателями удовлетворенности потребности в безопасности

Шкалы	Вовлеченность	Контроль	Инновации
Потребность в стабильности	0,144**	0,144**	0,16**
Потребность в законе, порядке	0,11*	0,112*	0,078
Потребность в предсказуемости событий	0,08	0,152**	0,072
Потребность в надежной работе со стабильным заработком	0,088	0,133*	0,107*
Потребность быть любимым, желанным	0,098	0,138**	0,114*
Потребность быть защищенным от опасностей и враждебного мира	0,111*	0,113*	0,121*
Потребность в защищенности от реальных чрезвычайных обстоятельств	0,126*	0,145**	0,104

Примечание: уровень значимости * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Проведенный регрессионный анализ показал, что в целом в исследуемой выборке жизнестойкость выступает предиктором удовлетворенности потребности в безопасности (суммарный показатель по всем пунктам) ($R^2 = 0,012$; $\beta = 0,111$; $p = 0,038$). При этом из трех шкал жизнестойкости наибольший вклад в психологическую безопасность вносит шкала «Контроль» ($R^2 = 0,016$; $\beta = 0,115$; $p = 0,02$). Таким образом, психологическая безопасность специалистов социэкономического профиля обеспечивается установкой на то, что человек может влиять на ход событий, происходящих с ним на работе, в разумных пределах.

В обратной зависимости предиктором профессиональной жизнестойкости выступает удовлетворенность потребности в стабильности ($R^2 = 0,015$; $\beta = 0,122$; $p = 0,023$). Таким образом, для специалистов социэкономического профиля в большей степени важны стабильные условия жизни и профессиональной деятельности, т.е. то, что было нарушено у большинства россиян в условиях пандемии и санкций геополитического характера.

Выводы. На основании данных теоретических и эмпирических исследований профессиональную жизнестойкость можно считать личностным ресурсом, обеспечивающим психологическую безопасность и позитивные реакции на ситуации неопределенности или кризиса.

Библиографический список

1. Зотова О. Ю. Потребность в безопасности у представителей разных социально-экономических групп // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2011. № 4. С. 84-91.
2. Дуганова Ю. К. Жизнестойкость людей с разной психологической безопасностью // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2010. №5. С. 130-133.
3. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика. М.: Смысл, 2011. С. 178-210.
4. Adler A. B., Dolan C.A. Military hardiness as a buffer of psychological health on return from deployment // Military Medicine. 2006. Vol. 171, №2, P. 93-98. <https://doi.org/10.7205/milmed.171.2.93>
5. Benishek L. A., López F. G. Development and initial validation of a measure of academic hardiness // Journal of Career Assessment. 2001. Vol. 9, №4. P. 333-352. <https://doi.org/10.1177/106907270100900402>
6. Moreno-Jiménez B., Rodríguez-Muñoz A., Hernández E.G., Blanco L.M. Development and validation of the Occupational Hardiness Questionnaire // Psicothema. 2014. Vol. 26, №2. P. 207-214. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.49>
7. Godoy-Izquierdo D., Godoy J. F. Propiedades psicométricas de la versión española de la escala para la evaluación de la dureza “Personal Views Survey” (PVS) // Psicología Conductual. 2004. Vol. 12, № 1. P. 43-77.
8. Kobasa S.C., Maddi S.R., Kahn S. Hardiness and health: A prospective study // Journal of Personality and Social Psychology. 1982. Vol. 42, № 1. P. 168-177. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.42.1.168>

9. Nowack K. Initial development of an inventory to assess stress and health risk // American Journal of Health Promotion. 1990. Vol. 4, № 3. P. 173-180. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-4.3.173>

10. Pollock S.E. Human responses to chronic illness: Physiological and psychosocial adaptation // Nursing Research. 1986. Vol. 35, № 2. P. 90-97. <https://doi.org/10.1097/00006199-198603000-00008>

ЦЕЛЕВАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ: СИТУАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

А.С. Кузнецова

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, г. Москва,
Россия*

Аннотация. В условиях роста напряженности труда крайне актуальной становится надежная и прогностическая оценка возможностей человека к успешному самоуправлению функциональным состоянием (ФС) и точная диагностика эффективности психологической саморегуляции (ПСР) ФС. Способность человека к осознанной целевой ПСР ФС является необходимым условием для самостоятельного выбора и применения приемов и средств оптимизации ФС в стрессовых ситуациях. Цели исследования: (1) обобщение и анализ данных о представлениях субъекта труда о целевом ФС, которое можно рассматривается как адекватное внешним ситуативным требованиям и параметрам выполняемых трудовых задач актуальное ФС; (2) эмпирическое сравнение оптимизационных возможностей разных приемов ПСР ФС в напряженных ситуациях. Цикл исследований выполнен на основе структурно-интегративного подхода к анализу ФС. Для сбора данных были выбраны методы опросного типа, позволяющие комплектовать диагностические пакеты методик для выявления: (1) представлений о напряженной ситуации и решаемой в этой ситуации задачи; (2) ресурсов ПСР ФС в варианте привычных моделей копинг-поведения и ситуативных приемов оптимизации ФС на рабочем месте; (3) проявлений актуального ФС и его динамики при применении приемов целевой ПСР. Исследования проведены на представителях разных профессиональных групп; общее число обследованных специалистов – более 300. Систематизированы и проанализированы представления профессионалов о проявлениях неоптимальных ФС в напряженных ситуациях, а также представления о таких целевых ФС, достижение которых способствует эффективному выполнению поставленной задачи. Показано, что целевые приемы ПСР ФС (направленные на формирование оптимального ФС) являются более эффективными по сравнению с приемами, ориентированными не на построение целевого ФС, а только на минимизацию неблагоприятных проявлений текущего ФС. Полученные результаты дают основание полагать, что способность профессионалов к эффективной целевой ПСР ФС в условиях ситуативной напряженности целесообразно рассматривать в качестве фактора профессиональной успешности и дифференцирующей профессиональной компетенции.

Ключевые слова: психологическая саморегуляция, функциональное состояние, профессиональная успешность, ситуативная напряженность труда, стресс.

GOAL-ORIENTED SELF-REGULATION OF HUMAN FUNCTIONAL STATES: SITUATIONAL CAPABILITIES AND EFFICIENCY

A.S. Kuznetsova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Abstract. In the situational conditions of work intensity increasing, a reliable and predictive assessment of a person's capabilities for successful self-management of a human functional state (HFS), as well as an accurate diagnosis of the psychological self-regulation effectiveness become extremely relevant. The ability of a conscious target HFS self-regulation starts to be a necessary condition for the independent choice and application of self-regulation means. Objectives of the study were the following: (1) analysis of mental representations of a goal-oriented HFS, which can be considered as an actual HFS that is adequate to external situational requirements and parameters of work tasks performed; (2) an empirical comparison of the optimization capabilities of different HFS methods of self-regulation in stressful situations. The empirical study was carried out on the base of a structural-integrative approach to HFS analysis. The set of methods included the surveys to assess: (1) mental representation of situational strain and of the task being solved in such situations; (2) HFS self-regulation resources in the form of habitual models of coping behavior and means of HFS optimization at the workplace; (3) manifestations of the actual HFS and its dynamics after the application of HFS self-regulation techniques. The studies were carried out on representatives of different professional groups ($n = 300$). The mental representations of the manifestations of non-optimal HFS under work strain, as well as of required goal-oriented HFS are systematized and analyzed. It has been shown that targeted methods of HFS self-regulation (aimed at the formation of the most optimal HFS) are more effective than self-regulation methods focused only on minimizing/eliminating adverse manifestations of the current HFS. The obtained results help to believe that the ability of professionals to use efficient goal-oriented HFS self-regulation under stressful situations should be viewed as a factor of professional success and differentiating professional competence.

Keywords: psychological self-regulation, human functional states mind-fulness, work efficiency, situational tension, stress.

Введение. Исследования ситуационных возможностей профессионалов адаптироваться к росту напряженности труда указывают на актуальность проблемы анализа ресурсов саморегуляции функционального состояния (ФС) и прогностической оценки эффективности психологической саморегу-

ляции ФС в стрессовых условиях (Леонова, 2020; Моросанова, Кондратюк, Гайдамашко, 2020). Результаты внедрения научно-обоснованных технологий обучения навыкам психологической саморегуляции (ПСР) ФС позволяют дифференцировать оптимизационные возможности разных по содержанию и типу действия приемов ПСР, рекомендованных для применения в напряженных рабочих ситуациях (Леонова, Кузнецова, 2019).

Перспективным направлением является анализ способности работника к осознанной целевой саморегуляции ФС, включающей возможность самостоятельного выбора и применения наиболее эффективных приемов ПСР ФС на основе их разделения в соответствии с двумя стратегиями оптимизационной работы. Первая стратегия – «убрать ненужное»: на основании рефлексивной оценки текущего ФС определить те его признаки, которые указывают на несоответствие ФС требованиям решаемой в конкретной ситуации задачи, и минимизировать (по возможности устранить) данные признаки. Вторая стратегия – «построить требуемое»: сформировать образ так называемого «целевого ФС», которое адекватно требованиям содержания задачи и ситуативными условиями ее выполнения. Сравнительный анализ двух типов стратегий саморегуляции ФС определен в качестве основной цели исследовательского цикла, направленного на (1) выявление представлений субъекта труда о целевом ФС и (2) сравнение оптимизационных возможностей приемов ПСР ФС, относящихся к разным стратегиям. Адекватной методологической основой для прогноза готовности профессионалов к адаптивной саморегуляции и успешному преодолению стресса является структурно-интегративный подход к анализу ФС (Леонова, 2020).

Методы исследования. Диагностический пакет для сбора данных включал: опросник трудового стресса в адаптации А.Б. Леоновой, С.Б. Величковой для выявления представлений о степени напряженности работы; опросник «Стратегии копинг-поведения» в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой для оценки степени привычности копинг-моделей; анкету для оценки частоты использования приемов оптимизации ФС на рабочем месте в модификации А.С. Кузнецовой; комплект методик для оценки изменений актуального ФС в результате применения приемов ПСР ФС А.Б. Леоновой. Цикл исследований реализован на представителях разных профессиональных групп (n = 300).

Результаты и обсуждение. Выявлены и систематизированы (1) представления профессионалов о ключевых проявлениях неоптимальных ФС в напряженных ситуациях коммуникационного взаимодействия, включая ситуацию проведения переговоров; (2) признаки целевых ФС, достижение которых обеспечивает наилучшее выполнение задачи с точки зрения оптимальности цены заданного результата. Установлено, что как неблагоприятные,

так и целевые ФС определяются на основании осознания разноуровневых характеристик ФС, имеющих отношение к физиологическому, психологическому и поведенческому уровням проявлений ФС (Леонова, 2020).

Сравнение степени дифференцированности проявлений легко рефлекслируемых неблагоприятных ФС и гораздо более сложных в анализе и построении целевых ФС показывает неоднородность структуры образа ФС. То, что «мешает» в выполнении задачи в напряженной ситуации осознается как препятствие в основном на уровне эмоциональных составляющих ФС, требующих, с точки зрения респондентов, устранения для успешной работы (например, волнение, страх, гнев и пр.). То, что «помогает», рассматривается скорее в плане поиска и обозначения физиологических и когнитивных ресурсов, задействованных в выполнении задачи (сконцентрированное внимание, физиологический комфорт тела, быстрота поиска вариантов решения и т.п.). Таким образом, специфика моделирования образа, оптимального для конкретных напряженных ситуаций целевого ФС, проявляется как осознание связи требований задачи и ситуативного контекста ее выполнения с выходом на оценку нужных операциональных возможностей для выполнения данной задачи. Это факт указывает на активацию смыслового компонента саморегуляции (Прохоров, Чернов, 2015). Кроме того, целевые приемы ПСР ФС более действенны по сравнению с приемами ПСР, ориентированными только на минимизацию неблагоприятных проявлений текущего ФС. Применение целевых приемов ПСП позволяет более успешно снизить цену деятельности при высоком уровне достижения нужного результата.

Выводы. Полученные результаты о большей эффективности целевой ПСР ФС позволяют рассматривать способность к построению адекватного и детализированного образа требуемого ФС как проявление высокой компетентности работников в сфере саморегуляции и как предиктор профессиональной успешности в напряженных ситуативных условиях. Собранные данные можно рассматривать как фактологическую основу для разработки программ развития целевой ПСР для представителей профессиональных групп, работа которых характеризуется высокой вероятностью возникновения стрессовых ситуаций.

Библиографический список

1. Леонова А.Б. Системная методология анализа механизмов регуляции функциональных состояний работающего человека // Психология саморегуляции: эволюция подходов и вызовы времени / под ред. Ю.П. Зинченко, В.И. Моросановой. М.-СПб.: Нестор-История, 2020. С. 37-64.
2. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2019. № 1. С. 13-33.
3. Моросанова В.И., Кондратьев Н.Г., Гайдамашко И.В. Надежность осознанной саморегуляции как ресурс достижения целей в профессиях высокого риска // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2020. № 1. С. 77-95.

4. Прохоров А.О., Чернов А.В. Репрезентация психического состояния: феноменология образного уровня // Образование и саморазвитие. 2015. №1. С. 16-23.

ПРЕДИКТОРЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРЕССА У МЕДИКОВ В УСЛОВИЯХ COVID-19

В.Е. Купченко

ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, г. Омск, Россия

Аннотация. Работа направлена на изучение феномена и факторов профессионального стресса у медиков в условиях COVID-19. В статье представлено описание уровня профессионального стресса медиков, организационных и личностных факторов стресса в профессиональной деятельности у медиков в условиях COVID-19. На основе множественного регрессионного анализа обнаружено, что в условиях COVID-19 у медицинского персонала на профессиональный стресс прямое влияние оказывает способность к ориентации на настоящее и отношение к тому, за что человек должен нести ответственность, обратное влияние эмоциональное отношение к ответственным делам и стратегия конфронтация. Способность к самоорганизации деятельности, локус контроля – жизнь медиков обратно влияют на выраженность проблем с физическим самочувствием; психологические трудности обратно обусловлены эмоциональным отношением к ответственным делам и ответственным отношением к выполнению намерений. На стрессогенность отношений с пациентами обратное влияние оказывает настойчивость медиков при самоорганизации своей деятельности в период пандемии и напрямую влияет их ответственность за выполнение своих намерений. Эмоциональное отношение к ответственным делам, результативность жизни медицинского персонала обратно влияют на выраженность стрессогенности отношений с коллективом в период COVID-19.

Ключевые слова: профессиональный стресс, факторы, медицинский персонал, COVID-19.

PREDICTORS OF EXPERIENCED STRESS IN DOCTORS UNDER COVID-19

V.E. Kupchenko

Dostoevsky Omsk State University, Omsk, Russia

Abstract. The work is aimed at studying the phenomenon and factors of occupational stress in physicians under the conditions of COVID-19. The article presents a description of the level of professional stress of physicians, organizational and personal stress factors in the professional activities of physicians under the conditions of COVID-19. On the basis of multiple regression analysis, it was found that under the conditions of COVID-19 in medical personnel, occupational stress is directly influenced by the ability to “orientate to the present” and “attitude towards what a person should be responsible for”, and the opposite effect is “emotional attitude to responsible deeds” and the “confrontation” coping strategy. The ability to self-organize activities, locus of control the life of doctors inversely affects the severity of problems with physical well-

being; psychological difficulties are inversely conditioned by an emotional attitude to responsible deeds and directly by a responsible attitude to the fulfillment of intentions. The stressfulness of relationships with patients is inversely influenced by the “persistence” of doctors in self-organizing their activities during a pandemic and is directly affected by their responsibility for fulfilling their intentions. Emotional attitude to responsible matters, the effectiveness of the life of medical personnel inversely affect the severity of the stressfulness of relations with the team during the COVID-19 period.

Keywords: occupational stress, factors, medical personnel, COVID-19.

Введение. Коронавирус SARS-CoV-2 всего за несколько недель стал глобальной чрезвычайной ситуацией в области здравоохранения за счет высокого уровня смертности и уникальной скорости распространения (Wang, 2020). Продолжающийся характер пандемии COVID-19, наличие различных штаммов определяет сохранность факторов стресса в профессиональной деятельности медика в течение длительного времени, высокую вероятность посттравматического стрессового расстройства. Чрезвычайные ситуации в области здравоохранения вызывают индивидуальные и групповые реакции на стресс за счет внезапности, сложности, неопределенности (Holmes, 2020). Целью исследования стала проверка гипотезы о наличии предикторов переживания профессионального стресса у врачей в условиях COVID-19. Идея возможности управлять жизнью, представление о себе как активном субъекте своей жизни определяется системой смысложизненных ориентаций личности (Леонтьев, 2011). Профессионализм требует выраженного чувства ответственности и этического поведения. Однако врачи не всегда несут ответственность за результат лечения пациентов, т.к. исходы не всех болезней можно предотвратить. Для профессионалов, работающих с людьми, важна наблюдательность к проявлениям поведения и личностных особенностей человека. Работа медиков связана с высокой ответственностью и регулярными стрессовыми ситуациями, профессионально важным качеством для успешного выполнения деятельности становится способность медицинских работников к самоорганизации (Зинченко, 2021).

Нами достигнут ряд задач: установить выраженность переживания стресса; определить наиболее стрессогенные факторы рабочей среды; выявить влияние ответственности, эмпатии, самоорганизации, смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий на переживание профессионального стресса у медиков в условиях COVID-19.

Методы. В исследовании приняли участие 140 сотрудников районных больниц Ямало-Ненецкого АО, работающих в инфекционном отделении с пациентами, зараженными COVID-19. 30% врачей (42 чел.), 70% медсестер и медбратьев (98 чел.). 20% мужчин (28 чел.) и 80% женщин (112 чел.) (Мвозраст = 37; SD = 9,4). Пакет методик: шкала психологического стресса PSM-25, авторская анкета оценки рабочих стресс-факторов,

тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, «Ответственное поведение» Л.И. Дементий, «Исследование уровня эмпатийных тенденций» И.М. Юсупова, «опросник самоорганизации деятельности» Н. Фишер и М. Бонд в адап. Е.Ю. Мандриковой, методика на исследование копинга Р. Лазаруса и С. Фолкман в адап. Т.Л. Крюковой.

Результаты исследования. Среднегрупповой показатель переживания профессионального стресса медицинским персоналом в условиях COVID-19 соответствует среднему уровню (101 балл). У 22% респондентов высокий уровень, у 60% медиков низкий уровень, у 18% средний уровень стресса переживания стресса.

Оценки стрессогенности проблем, связанные с организацией труда ($U = 57,5$, $p \leq 0,05$) и физическим самочувствием ($U = 55$, $p \leq 0,05$), выше у медиков с высоким уровнем переживания стресса. По рабочему стресс-фактору условия труда оценка выше у медиков с высоким стрессом ($U = 54,5$, $p \leq 0,05$).

На общий уровень переживания профессионального стресса медиками в условиях COVID-19 прямое влияние оказывает способность к ориентации на настоящее и отношение к тому, за что человек должен нести ответственность, обратное влияние – эмоциональное отношение к ответственным делам, копинг-стратегия «конфронтация» ($F = 10,8$, $p \leq 0,001$). Способность к самоорганизации деятельности, локус контроля – жизнь обратно влияют на выраженность проблем с физическим самочувствием медиков в период COVID-19 ($F = 5,2$, $p \leq 0,01$). На стрессогенность отношений с пациентами обратное влияние оказывает настойчивость медиков при самоорганизации в период пандемии, напрямую влияет ответственность за выполнение своих намерений ($F = 6,5$, $p \leq 0,01$). На остроту и длительность переживания профессионального стресса оказывает влияние фактор жизненной удовлетворенности и эмоциональное отношение к должностным обязанностям, необходимости работать сверхурочно ($F = 6,85$, $p \leq 0,01$).

Обсуждение результатов. В большинстве своем персонал справляется с напряжением и способен продолжать осуществлять свою деятельность. Объективно респонденты работают в одинаковых условиях, медикам с высоким уровнем стресса свойственно замечать больше проблем, связанных с нехваткой человеческих ресурсов, испытывать больше волнений. Профессиональный стресс медика в условиях COVID-19 определяется осознанием уровня ответственности в профессиональной деятельности. Актуализация обязанности как специалиста оказания помощи в условиях пандемии усугубляется большим процентом смертности. Сосредоточенность на текущем моменте собственной жизни, характеризуем объективной нехваткой оборудования, кадров и трудностями с физическим самочувствием повышает степень переживания профессионального

стресса у медиков. Результаты согласуются с зарубежными исследованиями, согласно которым продолжительный рабочий день вызывал у медиков стресс на работе (Zhan et al., 2020).

Несогласованность задач, недостаток взаимопонимания среди коллег, необходимость оказывать коллегам психологическую поддержку и делиться профессиональными знаниями в условиях дефицита сил и времени — переменные профстресса со стороны коллег. Общая жизненная неудовлетворенность медика и негативное отношение к необходимости ответственных задач определяет межличностный компонент переживания профессионального стресса.

Выводы. Результаты, полученные в процессе исследования, могут быть использованы в дальнейших разработках проблемы стресса медицинского персонала в условиях COVID-19 и в организации службы психологической поддержки врачам и медсестрам.

Библиографический список

1. Зинченко Ю.П., Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Осознанная саморегуляция как ресурс самоорганизации жизни и преодоления негативных эмоциональных состояний в период пандемии / Психологическое сопровождение пандемии COVID-19 / под ред. Ю.П. Зинченко. М. : Изд-во Московского университета, 2021. С. 133-164. <https://doi.org/10.11621/rpo.2021.00>
2. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции // Личностный потенциал: Структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 107-130.
3. Holmes E.A. et al. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: A call for action for mental health science // *Lancet Psychiatry*. 2020. Vol. 7, № 6. P. 547-560. [https://doi.org:10.1016/s2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org:10.1016/s2215-0366(20)30168-1)
4. Wong A.M. Beyond burnout: Looking deeply into physician distress // *Canadian Journal of Ophthalmology*. 2020. Vol.55, № 3, Supplement 1. P. 7-16. <https://doi.org/10.1016/j.jcjo.2020.01.014>
5. Zhan Y. et al. The current situation and influencing factors of job stress among frontline nurses assisting in Wuhan in fighting COVID-19 // *Frontiers in Public Health*. 2020. Vol.8. 579866. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.579866>

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СУБЪЕКТНЫХ СВОЙСТВ СТУДЕНЧЕСТВА

А.К. Осницкий

*доктор психологических наук, профессор
Психологический Институт РАО, г. Москва, Россия*

Н.Ю. Моргаева

*Первый московский государственный медицинский университет
им. И.М. Сеченова, г. Москва, Россия*

Аннотация. Цель исследования – выявление индивидуально-психологических особенностей субъектности студенчества. Рассматривается и определяется категория субъекта и субъектности личности в психологии, выделяются компоненты структурной организации субъектности личности, сопоставимые со структурой субъектного опыта в концепции А.К. Осницкого, определяются особенности проявления субъектных свойств личности у юношей и девушек в возрасте 17-22 лет. Индивидуальные различия субъектности личности выявлялись по U – критерию Манна-Уитни и критерию Колмогорова-Смирнова two-samples помощью методики «Исследование характеристик мужской и женской субъектности». В результате исследования установлено, что субъектные свойства личности проявляются в индивидуально-психологических различиях мужской и женской субъектности.

Ключевые слова: субъект, субъектность личности; структурная организация субъектности личности; субъектные свойства личности.

INDIVIDUAL-PSYCHOLOGICAL PARTICULARLY MANIFESTATION THE QUALITY OF THE SUBJECT THE STUDENTS

A.K. Osnitskiy

*Doctor of Psychology, Professor
Psychological Institute of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia*

N.Yu. Morgayeva

I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, Russia

Abstract. The aim of given researcher exposure of the individual-psychological particularly of subject the students. Examine and define category of subject and subjectivity of personality in the psychology, distinguish components of the structural organization of the subject of personality, comparable with structure experience of the subject in conception Osnitskiy A.K., define particularly manifestation the quality of the subject of personality of young man and girl in age 17 – 22 years. Individual differences of subject personality exposure of the U-criterion the Mann-Whitney, criterion Kolmogorova-Smirnova two-sample of the methods “Research of the characteristics of male and female subjects”. As a result of the research it was established that the quality of the subject of the personality manifest in the individual-psychological differences of male and female personality subjectivity.

Keywords: subject; subject of personality; structural organization of the subject of personality; the quality of the subject of personality.

Введение. Студенчество – это особая социально-психологическая общность людей, которой присуща специфическая направленность познавательной и коммуникативной активности на решение конкретных профессионально-ориентированных задачи формирования соответствующих способностей (ориентировки в сфере знаний; формирование профессиональных умений; ориентировки в сфере профессиональных отношений, связанных как с миром техники, так и миром человеческих отношений). Эффективность и успешность решения этих задач зависит от целого комплекса условий, обеспечивающих не просто накопление знаний, формирование умений и навыков, но и развитие творческой личности профессионала, становление субъектности и субъектных свойств личности.

Субъект – это категория, которая описывает человека как источник познания и преобразования действительности, отражает активное отношение человека к окружающему миру и к самому себе, связанную со способностью к самостоятельному жизнетворчеству, способностью производить изменения в мире, в самом себе и своем взаимодействии с миром. Основное свойство субъекта – это управляемая определяемая его целями активность по отношению к себе, к среде, к другим субъектам, создающая условия для его саморазвития, самодеятельности и самоопределения. Самоопределяющаяся активность субъекта детерминирована внутренними условиями личности и организма человека, то есть субъект выступает как внутренняя основа изменений и определяет специфическое преобразование внешних воздействий (Абульханова 1999, Ермакова, Лабунская 2007, Рубинштейн 1986, 2003). Субъектная активность и субъектный опыт определяют формирование продуктивной самостоятельности, активные, целенаправленные, умелые, осознаваемые и координированные с усилиями других людей действия (Осницкий 1996).

Субъектность личности – это упорядоченное структурное целое, имеющее следующие компоненты:

1. психические процессы: восприятие, память, мыслительная деятельность и воображение – проявляющиеся как интеллектуальная автономия, способность к самостоятельной постановке и определению целей и задач деятельности (в концепции А.К. Осницкого – операциональный компонент регуляторного опыта субъекта);

2. самосознание: рефлексия и самопонимание, целостная Я-концепция: образ «Я», связанный с образом ситуации и образом потребного будущего – проявляется как автономия и независимость «Я», личностно-субъектная позиция, отражающая отношение к различным явлениям действительности (в концепции А.К. Осницкого – рефлексивный компонент регуляторного опыта субъекта);

3. установочно-целевая и мотивационная сфера: потребности, установки, мотивы, цели, целеполагание, построение намерения и замысла

действия, временной перспективы будущего, стремление к преодолению препятствий (в концепции А.К. Осницкого – компонент привычной активизации регуляторного опыта субъекта);

4. ценностная сфера: самоопределение, ценностно-целевые ориентации, ценностные идеалы – итог самоосуществление субъектности личности, актуализация личностно-субъектных потенциалов (в концепции А.К. Осницкого – ценностный компонент регуляторного опыта субъекта).

К этому можно добавить сформированную культуру коммуникативного и делового сотрудничества (в концепции А.К. Осницкого – опыт сотрудничества как компонент регуляторного опыта субъекта).

Структурная взаимосвязь компонентов субъектности проявляется в следующих субъектных свойствах личности:

- относительная автономность и независимость «Я», самоопределение и личностно-субъектные позиции;
- самодостаточность и стремление к самореализации;
- способность к постановке целей и задач деятельности, стремление строить свой жизненный путь самостоятельно;
- самоизменение и самопреобразование, проектирование своего «Я» в будущее;
- стремление к преодолению препятствий и способность к преобразованию действительности.

Методика исследования. Для определения индивидуально-психологических особенностей проявления субъектных свойств личности была использована методика «Исследование характеристик мужской и женской субъектности» (Осницкий, Моргаева 2022). С этой целью были отобраны 527 испытуемых мужского пола и 483 испытуемых женского пола в возрасте от 17 до 22 лет. База исследования: Первый московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова, Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова, Московский автомобильно-дорожный институт (Государственный технический университет). Для выявления различий были использованы: U – критерий Манна-Уитни, критерий Колмогорова-Смирнова для двух выборок (*SPSS* для Windows версия 13.0).

Результаты. На выборке в возрасте 17-22 лет у мужчин больше, чем у женщин выражены такие свойства субъектности, как самодостаточность, автономность, независимость «Я», опора на собственные силы в решении задач, контроль над ситуацией, установка на преобразование и деятельность, преодоление и достижение целей, преобразование своего жизненного пути, направленность на достижение социального успеха.

На женской выборке в возрасте 17-22 лет больше, чем у мужчин выражены такие свойства женской субъектности, как рефлексивные способности, а также устойчивость установок «Я», а также больше выражено

стремление к самореализации через осмысление жизненных ситуаций и преодоление или преобразование ситуации. Данные особенности проявления субъектности отражены в таблице.

Таблица

Индивидуально-психологические особенности проявления субъектности личности

Структурные компоненты субъектности личности	Особенности субъектности мужчин	Особенности субъектности женщин
Психические процессы	Компетентность и самообладание	Рефлексивные способности
Самосознание и ценностная сфера	Относительная автономность и независимость «Я», мобильность и сила, самодостаточность	Стремление к самореализации через осмысление жизненных ситуаций и преодоление, преобразование ситуации
Установочно-целевая и мотивационно-потребностная сфера	Установка на преобразование и деятельность, самостоятельное преодоление трудностей и достижение целей	Устойчивость установок «Я»

В результате исследования было установлено, что индивидуально-психологические особенности субъектности личности проявляются в следующих различиях между мужчинами и женщинами:

- в степени автономии и независимости «Я»;
- в постановке целей и задач деятельности, ценностно-целевых ориентациях;
- в направленности интеллектуальной деятельности;
- в степени выраженности способности к преобразованию действительности;
- в направленности и продуктивности самореализации.

Индивидуально-психологические особенности субъектности личности определяются различиями в проявлении субъектных свойств личности: относительной автономности и независимости «Я», самоопределении и личностно-субъектной позиции; самопроектировании и успешности самореализации, способность к независимому, самостоятельному выбору, к преодолению трудностей и препятствий, к достижению поставленных целей и преобразованию жизни.

Выводы. Таким образом, субъектность личности – это структурная организация компонентов и субъектных свойств, определяющих действенно-преобразующую природу личности, преобразование жизни и самопреобразование, уровень автономности субъектности личности, проявляющейся в индивидуально-психологических особенностях через различия субъектных свойств личности. При этом уровень развития субъектных свойств не только

способствует большей самостоятельности студентов, но и в силу сформированности культуры сотрудничества формирует у них склонность к педагогической активности, к стремлению поделиться со сверстниками и другими людьми своим опытом и знаниями. Обретенному опыту субъектности становится «тесно внутри человека», возникает потребность «поделиться опытом». Именно из таких студентов «вырастают» не только опытные специалисты, но и наставники своих коллег по специальности.

Библиографический список

1. Абульханова К.А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды – М.: МПСИ; Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1999. 224 с.
3. Осницкий А.К. Проблемы исследования субъектной активности // Вопросы психологии. 1996. № 1. С. 5-19.
4. Осницкий А.К., Моргаева Н.Ю. Особенности факторного анализа методики «Исследование характеристик мужской и женской субъектности» // Человеческий капитал. 2022. № 9 (165). С. 102-111.
5. Психология личности / под ред. П.Н. Ермакова, В.А. Лабунской. М.: Эксмо, 2007. 653 с.
2. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности // Вопросы психологии. 1986. № 4. С. 101-108.
3. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.

СПОСОБНОСТЬ К САМОПОЗИЦИОНИРОВАНИЮ КАК ФАКТОР ЛИЧНОСТНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНТОВ

М.И. Плугина

*Ставропольский государственный медицинский университет, г. Ставрополь,
Россия*

А.Н. Копанев

Центр дополнительного образования «Букаевский», г. Ессентуки, Россия

Аннотация. В содержании статьи рассматривается феномен «самопозиционирования» с точки зрения его влияния на успешность и личностное благополучие. При рассмотрении понятия «самопозиционирование» проводится анализ его содержательных характеристик, указывается на сходство данного термина с близкими, но не тождественными феноменами: самопрезентация, самоподача, самореклама, самораскрытие, идентификация, самореализация и т.д., которые сегодня достаточно подробно рассматриваются в имиджелогии.

Теоретический анализ заявленного понятия позволил рассмотреть «самопозиционирование» как сложно-структурное формируемое под влиянием специально созданных условий явление, компонент социально-активной позиции субъекта взаимодействия, необходимую составляющую культуры самопрезентации, требующую определенных личностных качеств, способностей и готовности

личности к самосовершенствованию, следствием чего может стать ориентация субъекта на построение успешной жизненной стратегии и личностное благополучие; выделить критерии самопозиционирования – когнитивный, эмоционально-волевой, коммуникативно-поведенческий, мотивационный и определить их показатели. В статье подчеркивается, что необходимость изучения проблемы развития способности студентов к личностному позиционированию обусловлена: тенденциями общественного развития, в частности, построением рыночных отношений, требующих от человека как субъекта взаимодействия готовности и способности активно продвигать себя и встраиваться в систему профессиональных отношений; постановкой перед системой высшего образования задач, связанных с подготовкой конкурентоспособной личности будущего специалиста, отвечающего запросам общества и профессионального сообщества, мотивированного на проектирование и реализацию успешной жизненной стратегии.

В исследовании представлены данные, полученные посредством анкетирования, направленного на выявление представления студентов о личностном позиционировании.

Ключевые слова: благополучие, взаимодействие, имидж, самопозиционирование, стратегия, студенты, успех.

THE ABILITY TO SELF-POSITION AS A FACTOR OF PERSONAL WELL-BEING OF STUDENTS

M.I. Plugina

Stavropol State Medical University, Stavropol, Russia

A.N. Kopanev

Center for Additional Education "Bukaevsky", Essentuki, Russia

Annotation. The article discusses the phenomenon of "self-positioning" in terms of its impact on success and personal well-being. When considering the concept of "self-positioning", an analysis of its content characteristics is carried out, the similarity of this term with similar, but not identical phenomena is indicated: self-presentation, self-giving, self-promotion, self-disclosure, identification, self-realization, etc., which today are considered in sufficient detail in imagology.

The theoretical analysis of the claimed concept allowed: consider "self-positioning" as a complex structural phenomenon formed under the influence of specially created conditions, a component of the socially active position of the subject of interaction, a necessary component of the culture of self-presentation, requiring certain personal qualities, abilities and readiness of the individual for self-improvement, which may result in the orientation of the subject to build a successful life strategy and personal well-being; identify the criteria of self-positioning - cognitive, emotional-volitional, communicative-behavioral, motivational and determine their indicators.

The article emphasizes that the need to study the problem of developing students' ability to personal positioning is due to: trends in social development, in particular, the construction of market relations that require a person as a subject of interaction to be ready and able to actively promote themselves and integrate into the system of professional relations; setting tasks for the higher education system related to the preparation of a competitive personality of a future specialist that meets the needs of society and the

professional community, motivated to design and implement a successful life strategy. The study presents data obtained through a questionnaire aimed at identifying students' perceptions of personal positioning.

Keywords: well-being, interaction, image, self-positioning, strategy, students, success.

Введение. Актуальность заявленной темы обусловлена тем, что в ситуации рыночных отношений построение успешной карьеры невозможно без способности выстраивать позитивные отношения с окружающими, что в большей степени зависит от уровня общей и профессиональной культуры личности, ее готовности презентовать себя в социуме, проявлять личную позицию относительно происходящего.

Наибольшую значимость вопросы личностного позиционирования имеют для юношеского возраста, что обусловлено постановкой и решением задач, связанных с выбором будущей профессии, включением молодежи в новые социальные институты, осуществляющие их профессиональную подготовку, а также подготовку к самостоятельной жизни и профессиональной самореализации.

Цель исследования заключается в выявлении способности студентов к самопозиционированию как фактору, определяющему личностное благополучие.

Методы исследования. Для достижения поставленной цели использовалась анкета, разработанная Копаневым А.Н., направленная на определение уровня знаний студентов о самопозиционировании и его роли в организации жизнедеятельности. В исследовании приняли участие 123 студента 1-2 курсов обучения.

Результаты исследования. Полученные результаты показали, что у студентов нет четкого представления о личностном позиционировании, его роли в формировании успешной жизненной стратегии и личностном благополучии. Но, самое главное, у студентов отсутствует понимание роли собственной личности и активности в формировании этого новообразования, что, возможно, связано с отсутствием жизненного опыта; четкого представления о факторах риска, препятствующих достижению поставленных целей и способов их преодоления; ориентацией на помощь и поддержку родителей; перекладыванием ответственности при возникновении сложных ситуаций на «взрослых субъектов» взаимодействия – родителей, педагогов.

Обсуждение. Существующие исследования и практика показывают, что процесс социализации личности детерминирован множеством условий и факторов, под влиянием которых человек начинает осознавать себя не только объектом, но и субъектом взаимодействия. Ощущение себя субъектом приобретает особое значения для человека на этапах юношес-

тва и взрослости, когда человек в полной мере осознает собственную способность (или неспособность) контролировать свою жизнь и влиять на других людей. Но, для того, чтобы человек осознал себя личностью, активным деятелем, необходима определенная работа. Такая работа должна начинаться в семье, что требует наличия определенного уровня родительской компетентности, продолжаться в различных социальных институтах. И в этом процессе важным является, с одной стороны, то, как общество (сверстников, педагогов, коллег и т.д.) воспринимают личность, с другой, – как сам человек воспринимает и ощущает себя, в какой мере он готов работать над собой с целью самопрезентации, «подачи» себя с «лучшей стороны», так, как принято в значимых для него группах, сообществах. Эти вопросы являются предметом научного анализа имиджологии, которая как самостоятельная отрасль научного знания призвана помочь научиться производить то впечатление, которое человек планирует; теоретическая и прикладная дисциплина, направленная на изучение психологических закономерностей возникновения положительного впечатления, доброжелательного и доверительного отношения между субъектами взаимодействия; наука о технологии личного обаяния и др. (Почепцов, 2001; Шепель, 2005). Овладение основами науки имиджологии, умение использовать приобретенные знания на практике может существенно «продвинуть» человека по направлению к проектированию и реализации успешной жизненной стратегии.

Однако практика показывает, что не каждый человек способен самостоятельно овладеть техникой личного обаяния, научиться оказывать «нужное» впечатление, выстраивать эффективные стратегии межличностного взаимодействия и пр. Это зависит от целого ряда факторов: особенности характера; уровень самооценки, притязаний, интеллекта; наличие определенных потребностей, мотивов, установок, способностей; возраст и многое другое. К этому следует добавить, что процесс овладения техникой личного обаяния предполагает наличие конкретных знаний, определенных умений и опыта.

И, если говорить о возрасте, то следует акцентировать внимание на том возрастном периоде, когда для личности важно научиться позиционировать себя в обществе. Обращение к анализу содержательных характеристик юношеского возраста позволяет утверждать, что именно для этого возраста вопросы личностного позиционирования приобретают особую значимость. И это не случайно. Так по мнению Э. Шпрангера, юношеский возраст представляет собой период «взрастания в культуру», следствием чего является формирование «Я», активное приобщение к взрослой жизни, возникновение способности к преодолению внутренних кризисов, осознание своей индивидуальности, появление рефлексии (Шпрангер,

1931). К этому следует добавить, что юношеский возраст – это период выбора и поиска смысла жизни (Воскресасенко, 2015).

Приобретение требуемых для формирования успешной Я-концепции качеств, развитие необходимых для разрешения возникающих противоречий способностей, достижения поставленных на данном жизненном этапе целей происходит у молодых людей постепенно, и обусловлено воздействием объективных и субъективных детерминант. Это относится и к процессу развития у студентов такого качества, как способность к самопозиционированию.

Но, прежде чем ставить задачу по выявлению этой способности у студентов, необходимо определить содержательные характеристики изучаемого феномена.

В существующих исследованиях подчеркивается, что самопозиционирование связано, в первую очередь, с реальными знаниями, позволяющими познавать себя, определять свое место в системе общественных координат; с наличием и проявлением способностей к эффективной коммуникации, управлению впечатлением, самопроектированию; с появлением личностной философии, как пониманием и осознанием того, что личность представляет из себя, чего хочет добиться, на что опирается в жизни, а также демонстрация этих принципов в процессе взаимодействия (Гитис, 2005).

Аналогичное представление о способности личности предъявлять себя другим заявлено в работе И.И. Петровой, которая подчеркивала, что явление самоподачи включает совокупность невербальных и вербальных приемов, обеспечивающих регуляцию производимого субъектом впечатления с целью создания определенного образа «Я» (Петрова, 2004).

Г.Л. Тульчинский отмечал, что личностное позиционирование имеет тесную связь с такими понятиями как идентификация и идентичность. При этом исследователь еще использовал еще одно понятие – «самозванство», под которым он понимал стремлением личности изменить свое положение в группе, обществе, позиционировать себя «иначе, чем другие» (Тульчинский, 2011).

Обобщая предложенные определения, считаем правомерным рассматривать «самопозиционирование» как сложно-структурное формируемое под влиянием специально созданных условий явление, важный компонент социально-активной позиции субъекта общения, познания и деятельности, необходимую составляющую культуры самопрезентации, требующую определенных личностных качеств, способностей и готовности личности к самосовершенствованию. А результатом работы по формированию и развитию способности личности к самопозиционированию может стать ориентация субъекта общественных и межличностных отно-

шений на построение успешной жизненной стратегии и личностное благополучие. Последнее понятие – «личностное благополучие» – определяется как системное образование психики, базой которого является позитивное функционирование, позволяющее человеку проявлять активность в различных сферах жизни, и наличие позитивных субъективных оценок внешних факторов благополучия, которые позволяют человеку испытывать удовлетворение от жизни (Батурин, Башкатов, Гафарова, 2013).

Это позволяет сделать вывод, что в случае, если человек, осуществляя личностное позиционирование, презентуя себя в социуме, проявляя активность, получает от окружающих ожидаемый эффект, регулирует производимое на них впечатление, то он осознает это и получает удовлетворение, его самооценка повышается, он готов ставить новые цели и задачи.

И это находит отражение в содержательных характеристиках изучаемого феномена, в описании его критериев и показателей. Считаем, что в качестве основных следует выделить когнитивный, эмоционально-волевой, коммуникативно-поведенческий и мотивационный критерии, каждый из которых имеет свое наполнение.

В соответствии с заявленной темой и с целью выявления способности студентов к личностному позиционированию в данном исследовании внимание было акцентировано на когнитивном критерии, показателями которого являются актуальные интегральные знания о личностном позиционировании, о себе, о вербальных и невербальных средствах личностного позиционирования, о конечном результате работы, связанной с развитием способности к личностному позиционированию. Для этого была разработана и предложена студентам анкета (автор Копанев А.Н.), направленная на выявление у них общего представления о феномене позиционирования, его сходстве и различии с другими близкими понятиями, а также о роли личностного позиционирования в проектировании собственной жизни.

Анкета включала пять вопросов, на которые студенты должны были дать развернутые ответы.

Так при ответе на первый вопрос «Что Вы понимаете под «самопозиционированием»? 12,5% опрошенных дали ответы, близкие к содержанию, которое заложено в работах известных исследователей (предъявление себя другим, выражение своих позиций и взглядов,); 54,1% – назвали характеристики, которые не в полной мере описывали это явление (продвижение, демонстрация себя, улучшение внешнего вида, выбор «места под солнцем», демонстрация своего превосходства и др.); 33,4% респондентов или не ответили на заданный вопрос, или подчеркнули: «не знаю, сомневаюсь, не уверен в своей точке зрения».

Вопрос – «Что необходимо знать, чтобы успешно позиционировать себя в социуме?» показал следующее: 62,7% опрошенных указали на знания в области психологии, в частности на вопросы, связанные с изучением

психологии личности; 14,3% – на необходимость изучать науку имиджологию; 12,5% – на необходимость изучать общество, основы государства и его культуру; 10,5% участников не ответили на поставленный вопрос.

Третий вопрос был направлен на выявление свойств личности, которые необходимо развивать с целью осуществления самопозиционирования. 64,8% участников указали на качества, которые, действительно связаны с рассматриваемым понятием (уверенность, высокий уровень интеллекта, самоконтроль и саморегуляция, ориентация на успех, результативность, активность, высокая самооценка и др.); 19,6% ответили, что это «практически все основные качества характера» (упорство, целеустремленность, трудолюбие, активность и др.); 15,6% не дали ответов.

Четвертый вопрос был связан с выявлением представлений студентов о результате работы по формированию способности к личностному позиционированию. 33,4% респондентов отметили важность этой работы, а в качестве главного результата назвали успешную карьеру (связали с будущей профессией); 54,1% – указали на значимость жизненного комфорта (чаще всего указывали на выбор надежного партнера и создание крепкой семьи, удачное трудоустройство); 12,5% студентов не ответили на поставленный вопрос.

Пятый вопрос позволил выявить представление студентов о том, в первую очередь, должен проводить работу по формированию способности к самопозиционированию. 47,3% опрошенных в качестве ответственных лиц назвали родителей; 49,6% участников ответили, что это могут и должны делать педагоги; 3,1% студентов не ответили на поставленный вопрос.

Выводы. Результаты теоретического анализа и собственные исследования позволяют сделать вывод о том, что вопросы, связанные с самопозиционированием не нашли своего должного места в системе подготовки конкурентоспособного выпускника, при этом уровень осведомленности студентов в вопросах личностного позиционирования не является достаточным. Сами студенты не осознают в полной мере значимость способности к самопозиционированию как важного условия для продвижения себя на рынке труда, проектирования собственной жизни, достижения максимальной удовлетворенности от нее. Все это указывает на необходимость разработки и реализации программ, обеспечивающих эффективность процесса развития способности к самопозиционированию, оказывающему значительное влияние на личное благополучие и построение успешной профессиональной карьеры.

Библиографический список

1. Батурин Н.А., Башкатов С.А., Гафарова Н.В. Теоретическая модель личностного благополучия //Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». 2013. Т. 6, № 4. С. 4-13.
2. Воскресасенко О.А. Учет возрастных особенностей студентов как предпосылки формирования социальной адаптивности будущих педагогов в ВУЗе /

О.А. Воскресенко // Научное обозрение. Педагогические науки. 2015. № 1. С. 123-130.

3. Гитис Л.Х. Самопозиционирование и самолюбование, самоирония и самореклама, самообман и трезвая самооценка // Горный информационно-аналитический бюллетень (научно-технический журнал). 2005. №6. С.33-36.

4. Имиджелогия: секреты личного обаяния / В.М. Шепель. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. 472с.

5. Петрова И.И. Половозрастные особенности и динамика визуальной самоподачи образа «Я» у студентов / Дис. ... канд. психол. наук. 19.00.01 Москва, 2004. 140 с.

6. Тульчинский Г.Л. Личность как проект и бренд (Динамика соотношения идентичности и идентификации личности в информационно-коммуникативной среде современного общества) // Наука телевидение. 2011. Вып. 8. С.250-265. <https://publications.hse.ru/mirror/pubs/share/folder/4nbxx2beqb/direct/62620981>

7. Шпрангер Э. Эротика и сексуальность в юношеском возрасте // Педология юности. - М.-Л.: Литература, 1931. С. 94-121. https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_005525510_1809/

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ ПОСТРОЕНИЯ ОБРАЗА БУДУЩЕГО НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ

М.В. Сапоровская, Е.В. Тихомирова, А.Г. Самохвалова

Костромской государственной университет, г. Кострома, Россия

С.И. Конжин

*Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург,
Россия*

Аннотация. Представлены результаты исследования образа будущего, его характеристик (полноты, четкости, временной перспективы), функций и личностных регуляторов на разных этапах профессионализации. В качестве личностных регуляторов изучались: осознанная саморегуляция, связанная с образом будущего через процессуальность и активную реализацию запланированного; совладающее поведение, как личностный паттерн, определяющий реакцию и эффективность деятельности человека в потенциальных ситуациях стресса; смысложизненные ориентации, определяющие смысловую наполненность образа будущего. Цель – изучение специфики образа будущего, опосредованной личностными регуляторами – саморегуляцией, совладающим поведением, смысложизненными ориентациями, на разных этапах профессионализации. Выборка: 184 человека: мужчины и женщины от 16 до 40 лет ($M = 23.2$, $SD = 7.43$), три эмпирические группы: респонденты на этапе профессионального самоопределения; респонденты на этапе получения профессионального образования; респонденты, занимающиеся профессиональной деятельностью. Основные результаты. Выделены три категории анализа образа будущего – полнота (количество сфер будущего, в которых себя видит человек), четкость (проработанность, детальность) и временная перспектива (ориентированность на модус будущего, готовность к планированию и выполнению целей в будущем). Полнота образа будущего увеличивается на последую-

ших этапах профессионализации. Четкостью образа будущего выражается в про-работанности и детализации сфер, в которые человек включен в настоящем (учеба, выбор профессии; образование, работа, семья). Наибольший вклад в регуляцию образа будущего вносит Локус контроля-Я, копинг-стратегия Планирование решения проблемы и шкала саморегуляции Планирование. Направленность на будущее, актуальность планирования образа будущего имеет динамику и специфику на разных этапах профессионализации.

Ключевые слова: образ будущего; профессионализация; саморегуляция; совладающее поведение; смысложизненные ориентации

PERSONAL REGULATORS FOR BUILDING THE IMAGE OF THE FUTURE AT DIFFERENT STAGES OF PROFESSIONALIZATION

M.V. Saporovskaya, E.V. Tikhomirova, A.G. Samohvalova

Kostroma State University, Kostroma, Russia

S.I. Konzhin

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

Abstract. The results of the study of the image of the future, its characteristics (completeness, clarity, time perspective), functions and personal regulators at different stages of professionalization are presented. The following were studied as personal regulators: conscious self-regulation associated with the image of the future through processuality and active implementation of what was planned; coping behavior as a personality pattern that determines the reaction and effectiveness of human activity in potential situations of stress; meaningful life orientations that determine the semantic content of the image of the future. The goal is to study the specifics of the image of the future, mediated by personal regulators - self-regulation, coping behavior, meaningful life orientations, at different stages of professionalization. Sample: 184 people: men and women aged 16 to 40 ($M = 23.2$, $SD = 7.43$), three empirical groups: respondents at the stage of professional self-determination; respondents at the stage of obtaining professional education; respondents engaged in professional activities. Results. Three categories of analysis of the image of the future are distinguished - completeness (the number of spheres of the future in which a person sees himself), clarity (elaboration, detail) and time perspective (focus on the mode of the future, readiness to plan and fulfill goals in the future). The completeness of the image of the future increases at subsequent stages of professionalization. The clarity of the image of the future is expressed in the elaboration and detailing of the areas in which a person is included in the present (study, choice of profession; education, work, family). The greatest contribution to the regulation of the image of the future is made by the Locus of control-I, the coping strategy Planning for solving the problem and the scale of self-regulation Planning. Focus on the future, the relevance of planning the image of the future has dynamics and specifics at different stages of professionalization.

Keywords. Image of the future; professionalization; self-regulation; coping behavior; meaningful life orientations

Исследование проводится при финансовой поддержке ГЗ, проект № FZEW-2023-0003.

Ведение. В противоречивом и стрессогенном контексте жизни особую актуальность приобретает поиск механизмов и возможностей для построения эффективных жизненных траекторий как важнейшего ресурса индивидуальной устойчивости и эффективного ответа личности на вызовы и угрозы современности (Рогов, 2019). Определение собственных возможностей, роли и места в социальной системе, координат индивидуальной жизни, соотнесение себя с формами социальной жизни, в которых предстоит жить и действовать, позволяет человеку обрести точку опоры, повысить уровень психологической безопасности и реализовать субъектные интенции, что приобретает особую значимость в нестабильные периоды социогенеза (Абульханова-Славская, 1991).

Под жизненной траекторией понимается прохождение последовательности социально заданных событий и ролей в разных сферах жизни человека / группы (семья, карьера, образование, общественная жизнь) и соотношение этих продвижений (Giele, Elder 1998), а также персонифицированный механизм решения задач развития. Наиболее чувствительным к изменяющейся реальности компонентом жизненной траектории является образ будущего, как интеграционное единство субъективно-объективного видения, индивидуально-социального ожидания, при котором формируется непротиворечивое (относительно целостное) представление как личности о своем месте и роли в социуме; так и социума о его перспективах, планах и прогнозах развития (Гаврилюк, Мехришвили, Скок и др., 2016). Будущее, в целом, – сложный феномен, отличающийся необходимостью выхода за рамки актуальной ситуации, имеющий несколько перспектив рассмотрения: краткосрочную, среднесрочную и долгосрочную, отнесенный сразу как к объективным характеристикам времени, так и к семантическому полю каждого отдельного субъекта. Представляя будущее, личность находится в пространстве возможного, недетерминированного, не необходимого, но и не случайного, связанного с логикой развития предшествующих событий (Леонтьев, 2022).

Проблемный вопрос данного исследования – какова специфика характеристик образа будущего (полнота, четкость, временная перспектива) и его личностных факторов (саморегуляции, совладающего поведения, смысложизненных ориентаций) на разных этапах профессионализации в юности, молодости и зрелости?

Выборка: в исследовании приняли участие 184 человека – мужчины и женщины от 16 до 40 лет ($M = 23,2$; $SD = 7,43$), давшие информированное согласие на участие в нем. Было сформировано три эмпирические группы: 1 группа – старшеклассники (10-11 класс), находящиеся на стадии профессионального самоопределения – 16-17 лет (старший подростковый возраст), всего 52 человека ($M = 16,2$; $SD = 0,4$), 26 девушек и 26 юношей; 2 группа – студенты, получающие высшее профессиональное образование,

18-25 лет (возраст ранней взрослости), всего 73 человека ($M = 20,18$; $SD = 1,75$), 40 девушек и 33 юноши; 3 группа – мужчины и женщины, занимающиеся профессиональной деятельностью, 59 человек 26-40 лет (возраст средней взрослости), $M = 20,26$; $SD = 1,91$, 30 женщин и 19 мужчин.

Методы исследования: базовый опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ», 2015; «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо (ZTPI), 1997, в адаптации А. Сырцовой, 2007; «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО), Crumbaugh, Maholick, 1964. в адаптации Д.А. Леонтьева, 2000; методика «WCQ – Опросник способностей совладания», Р. Лазарус и С. Фолкман, 1985; адаптация Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляева, 2004. Для осмысления полученных результатов, понимания того, как изучаемые переменные сопряжены с конкретным образом человека в будущем, были применены качественные методы – модифицированная авторами методика «Незаконченные предложения», Сакс, Леви, 1950, и метафорические ассоциативные карты «Roads» Gali Salpeter, 2014, к которым было разработано авторское полустандартизированное интервью (Конжин, Сапоровская, 2021).

Категория Сформированность образа будущего рассматривалась через его глубину (количество сфер будущего, в которых себя видит человек), оценочную характеристику (оценка, выражающая эмоциональную составляющую), опору на собственные ресурсы в его достижении (локус-контроль). Полученные качественные данные были обработаны методом контент-анализа и сопоставлены с помощью F-критерия Фишера. Респонденты, находящиеся на стадии профессионального самоопределения (1 группа), ориентированы на модус Будущее, думают о нем, строят определенные планы и цели. Но при этом нет четкости образов, их глубина присутствует только в сферах, касающихся непосредственно вопросов профессионального самоопределения (сдача экзаменов и поступление в университет). При этом важным параметром, отличающим данную группу от других (при $p = 0.01$), является ситуация неопределенности, возникающая как реакция на сложность самоопределения и страх того, что задуманный план на собственное будущее не будет соответствовать ожиданиям. Респонденты 2 группы преобразуют чувство неопределенности в более конкретные формы, т.е. данные препятствие получают четкие очертания. Возникают ответы о себе и своих негативных чертах личности, как о возможных причинах неудач и неосуществления планов. Акцент в сферах смещается на семейную и профессиональную. Четкость представлений проявляется в установлении временных рамок для достижения целей, просматривается готовность к корректировке собственных планов.

Люди, занимающиеся профессиональной деятельностью (3 группа), имеют общую тенденцию к положительному восприятию собственного

будущего, а также его близости. Возможные препятствия в будущем касаются как собственных ограничений, так и внешних причин. Самой широко представленной сферой является семейная, она включает множество подкатегорий (отношения с детьми, их успехи, материальное положение семьи др.), а также имеет направленность не только на самого человека, но и на цели членов семьи. Важной отличительной чертой этой группы является то, что респонденты видят в своей жизни закономерности, повторяющиеся ситуации. Например, ситуация выбора уже не вызывает неопределенности и опасности как на более ранних стадиях.

Следующим шагом исследования стало выявление особенностей влияния личностных переменных на параметр временной перспективы – ориентации на собственное будущее. Регрессионный анализ проводился по всей выборке в целом. Это связано с ограничениями существующих групп: отсутствием нормального распределения в отдельных шкалах и недостаточно большим количеством респондентов в каждой группе.

Полученные результаты показывают, что шкалы Локус контроля-Я (СЖО) ($R^2 = 0,24$, $\beta = 0,49$, $p \leq 0,001$), Планирование решения проблемы (ОСС) ($R^2 = 0,21$, $\beta = 0,45$, $p \leq 0,001$), Планирование (ССПМ) ($R^2 = 0,02$, $\beta = 0,03$, $p \leq 0,001$) имеют влияние на шкалу Будущее (ZTPM). Предикция положительная при этом во всех случаях. Эти данные говорят о важности внутреннего локуса контроля, направленного на веру человека в свои возможности контролировать жизнь в настоящем и будущем. Об этом и свидетельствует самое большое влияние из всех факторов субшкалы «Локус контроля-Я». Проблемно-сфокусированное планирование и его значимость при конструировании образа будущего отражает шкала копинг-поведения «Планирование решения проблемы». Кроме того, данная стратегия может носить не только характер решения проблем в близлежащей перспективе, но и носить прогностический характер.

Выводы. В данном исследовании есть ряд ограничений, связанных с малочисленностью выборки и ее неравномерностью распределения по полу. Однако уже на данном этапе мы можем сделать следующие обобщения:

1. Образ будущего является когнитивной составляющей планирования и представляет собой динамическую основу самореализации личности. При этом индивидуальный образ будущего зависит от ряда факторов, оказывающих влияние на формирование этого образа и его изменение в онтогенезе.

2. Наиболее сформирован образ будущего на этапе профессиональной деятельности, ключевым показателем чего является четкость образа (наибольшая проработанности сфер будущего, в которые человек включен).

3. На трех этапах профессионализации люди ориентированы на будущее (модус будущего), что выражается в наличии целей и планов на будущее, затрагивает когнитивный, эмоциональный и поведенческий ком-

понент личности. При этом цели и планы не только изменяются во времени сообразно уровню развития, но и на более поздних этапах профессионализации могут быть ориентированы как на кратковременную, так и на долговременную перспективу. Появляется планирование с учетом разных вариантов событий и путей достижения цели.

Библиографический список

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Леонтьев, Д. А. К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12, № 2. С. 111-121. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.201>
3. Образ будущего в оценках нового поколения россиян: [монография] / В. В. Гаврилюк, Л. Л. Мехришвили, Н. И. Скок и др., Тюмень: ТИУ, 2016.
4. Rogov E., Azhiev A., Gadarbosheva Z., Rogova E. The peculiarities of professionalization of students-teachers with different levels of psychological stability // SHS Web of Conferences. 2019. Vol. 70. P. 07004. <http://dx.doi.org/10.1051/shsconf/20197007004>
5. GieleJ Z., Elder G. H., Methods of life course research: Qualitative and quantitative approaches // Contemporary Sociology. 2001. Vol. 30, № 5. P. 540-541. <http://dx.doi.org/10.2307/3089377>

МЕТАРЕСУРС ЖИЗНЕННОЙ УСПЕШНОСТИ ЛИЧНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Н.А. Семенова

Краснодарский университет МВД России, г. Краснодар, Россия

Аннотация. Актуальность исследования заключается в изучении метаресурса жизненной успешности и его регулятивной функции с учетом сферы профессиональной деятельности. Представлено описание обосновываемой автором метаресурсной концепции жизненной успешности, где жизненная успешность понимается как метаресурс личности, выполняющий регулятивную функцию посредством рефлексивного соотношения личностью целей с предполагаемыми и достигнутыми результатами собственной активности, исходя из ценностно-смыслового поля и складывающихся социокультурных условий, за счет таких компонентов как рефлексивные механизмы, качества личности и эмоциональные переживания. В исследовании приняли участие 757 респондентов в возрасте от 18 до 60 лет. Применена авторская методика «Жизненная успешность» (Деева, 2022). В результате проведения кластеризации всей выборочной совокупности было выделено четыре кластера с наиболее типичными проявлениями компонентов жизненной успешности: «гармонично-ресурсный» (37,9% выборочной совокупности); «праксически-технологический» (35%); «умеренно рефлексивный» (15,1%); «не ресурсный» (12%). Выявлены преобладающие кластеры в выборке сотрудников.

Ключевые слова: жизненная успешность, метаресурс, личностные ресурсы.

LIFE SUCCESSFULNESS AS A METARESOURCE OF THE PERSONALITY OF EMPLOYEES OF INTERNAL AFFAIRS BODIES

N.A. Semenova

*The Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnodar,
Russia*

Abstract. The relevance of the study lies in the study of the metaresource of life successfulness and its regulatory function, taking into account the scope of professional activity. A description is given of the metaresource concept of life successfulness, substantiated by the author, where life successfulness is understood as a met-resource of a personality that performs a regulatory function through a reflexive correlation of goals by a personality with the expected and achieved results of one's own activity, based on the value-semantic field and emerging socio-cultural conditions, due to such components as reflexive mechanisms, personality traits and emotional experiences. The study involved 757 respondents aged 18 to 60 years. The author's technique "Life success" (N.A. Deeva (Semenova) 2022) was applied. As a result of the clustering of the entire sample, four clusters were identified with the most typical manifestations of the components of life successfulness: «harmoniously resource» (37.9% of the sample); «practical-technological» (35%); «mildly reflexive» (15.1%); «not resource» (12%). The prevailing clusters in the sample of employees were identified.

Keywords: life successfulness, metaresource, personal resources.

Введение. В современной психологии все более актуальной становится проблема выявления и изучения метаресурсов личности (Vokhan and etc., 2021; Моросанова 2021; Маркин 2010 и др.). Метаресурсы позволяют наиболее конструктивно жить с учетом вызовов современной реальности. Они играют ядерную роль в системе личностных ресурсов, мобилизуют всю их систему и имеют интегративный характер. Метаресурсы обеспечивают эффективность системы «психического управления поведением и развитием личности», показывают «в какой мере личности удалось освоить управление своими внутренними и внешними ресурсами для целей максимальной самореализации» (Маркин, 2010).

В наших исследованиях жизненная успешность личности обособывается как один из важнейших метаресурсов в системе саморегуляции, осуществляющий акцепторную функцию рефлексивного соотнесения жизненных целей с результатами субъектной активности в пространстве «цель-ценность-смысл» и выступающий как система взаимосвязанных механизмов, свойств и состояний: рефлексивные механизмы (рефлексивно-технологический, рефлексивно-аксиологический, рефлексивно-онтологический); как интегральные свойства личности (инструментальные качества, направленность на успех, жизненная диспозиция); эмоциональные переживания (практические, нравственные, бытийные) (Деева, 2022; Семенова, 2022).

Жизненная успешность как метаресурс, вероятно, будет взаимосвязана с профессиональной деятельностью и будет иметь особенности структурно-функциональной организации в зависимости от характера профессиональной деятельности. Взаимосвязь жизненной и профессиональной успешности прослеживается при влиянии социальных условий на жизненный путь человека, когда профессиональная успешность (высшие профессиональные достижения и удовлетворённость трудом) может рождаться в перипетиях жизни личности в целом (Толочек, 2008).

Как и для любого современного профессионала, для сотрудника органов внутренних дел важно осознание собственной жизненной успешности как метаресурса. Это обеспечивает выбор правильной стратегии профессионального развития, с учетом своих слабых и сильных сторон, сохраняя при этом собственное психологическое здоровье и соответствия морально-нравственным требованиям профессии.

Методы. В исследовании приняли участие 757 респондентов в возрасте от 18 до 60 лет (370 мужчин и 387 женщин), из них 544 сотрудника органов внутренних дел: курсанты, слушатели и офицеры (339 мужчин и 235 женщин) и 213 респондентов, профессиональная деятельность которых связана со сферой социальных профессий (образование, социальные услуги, медицина, психология) (50 мужчин и 153 женщины). Была применена надежная и валидная авторская исследовательская методика «Жизненная успешность» (Деева (Семенова) 2022). Сбор данных происходил посредством опроса с использованием Google Forms. Для обработки полученных данных были использованы методы многомерной статистики, включающие в себя подсчет данных описательной статистики, корреляционный анализ (по Пирсону), критерий Краскала-Уоллиса, U критерий Манна -Уитни, кластерный анализ по методу Варда. Математическая обработка данных, полученных в результате исследования, проводилась с помощью Microsoft® Excel 2016, IBM SPSS Statistics 26.

Результаты. В результате проведения кластеризации всей выборочной совокупности было выделено четыре кластера с наиболее типичными проявлениями компонентов жизненной успешности.

Таблица 1

Результаты кластеризации по Ward Method

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	1	114	13,4	15,1	15,1
	2	265	31,3	35,0	50,1
	3	287	33,8	37,9	88,0
	4	91	10,7	12,0	100,0
	Всего	757	89,3	100,0	
Пропущенные	Системные	91	10,7		
Всего		848	100,0		

Для каждого кластера был произведен подсчет средних по основным показателям.

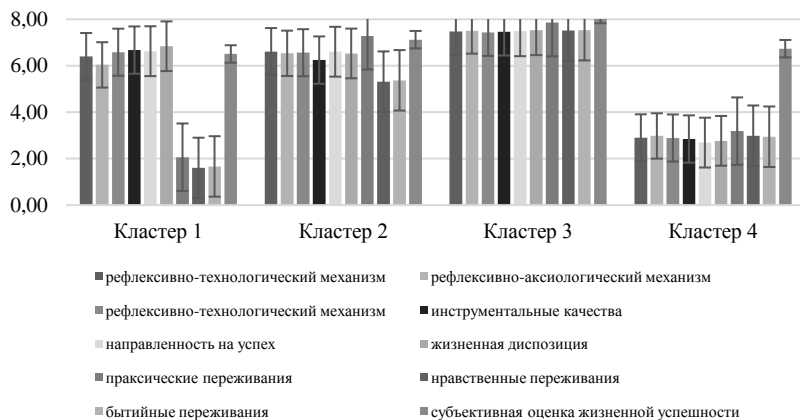


Рисунок. Выраженность компонентов жизненной успешности в выделенных кластерах в общей выборочной совокупности.

Таблица 2

Распределение выборочных совокупностей по кластерам

	Представители социальных профессий	Сотрудники органов внутренних дел
Кластер 1 («умеренно рефлексивный»)	0,50%	20,80%
Кластер 2 («практически-технологический»)	45,50%	30,90%
Кластер 3 («гармонично-ресурсный»)	35,70%	38,80%
Кластер 4 («не ресурсный»)	18,30%	9,60%

Распределение представителей выборки сотрудников ОВД существует по всем кластерам.

Обсуждение. Третий кластер («гармонично-ресурсный») характеризуется гармонично высокой выраженностью всех компонентов жизненной успешности (37,9%), что говорит о сформированности данного метаресурса. Второй кластер («практически-технологический») имеет несколько сниженные показатели рефлексивных механизмов и качеств, при этом ярко выражены практические переживания и наиболее низкая выраженность характерна для нравственных и бытийных переживаний (35%), что говорит о деловой направленности респондентов, успешность ими осознается скорее как наличие конкретного результата. Первый кластер

(«умеренно рефлексивный») характеризуется чрезвычайно низкими показателями всех групп эмоциональных переживаний, при средней степени выраженности остальных компонентов (15,1%), отсутствие выраженных эмоциональных переживаний, сопровождающих события, обедняет данный метаресурс, так как переживания сигнализируют о значимости чего-либо. Четвертый кластер («не ресурсный») характеризуется равномерно низкими показателями всех компонентов (12%), что говорит о несформированности метаресурса оу данных респондентов. Переменные внутри каждого кластера имеют специфические корреляции.

Наибольший процент сотрудников входит во второй и третий кластеры. В целом метаресурс жизненной успешности в выборе сотрудников органов внутренних достаточно сформирован. При этом в первый кластер со сниженными эмоциональными переживаниями вошли только сотрудники, что может быть связано с напряженностью профессиональной деятельности, эмоциональным выгоранием. Это может затруднять поиск и определение значимых направлений жизни, осмысления ее целей.

Выводы. Таким образом, для сотрудников характерна выраженность наиболее продуктивных вариантов сформированности метаресурса жизненной успешности. Настораживающим является факт снижения эмоциональных переживаний жизненной успешности, что требует дополнительного исследования и обоснования.

Библиографический список

1. Деева Н.А. Методика «Жизненная успешность»: структура и валидизация // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2022. Т. 19, № 3. С. 494-520. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2022-3-494-520>
2. Марков В.Н. Ресурсный подход к психологической диагностике: основные принципы // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2010. № 4. С.5-10.
3. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс для достижения целей и решения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. №1. С. 3-37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>
4. Семенова Н.А. Структурно-функциональная организация жизненной успешности как метаресурса личности современного преподавателя высшей школы // Российский психологический журнал. 2022. Т. 19, № 4. С. 94-109. <https://doi.org/10.21702/rpj.2022.4.6>
5. Толочек В.А., Онищенко О.В., Палей В.И. Интрасубъектные, интрасубъектные и внесубъектные ресурсы профессиональной успешности субъекта: постановка вопроса // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2008. Т. 1, №1-2. С. 11-19. <https://cyberleninka.ru/article/n/intersubektnye-intrasubektnye-i-vnesubektnye-resursy-professionalnoy-uspeshnosti-subekta-postanovka-voprosa>

6. Bokhan T.G., Galazhinsky E.V., Leontiev D.A., Rasskazova E.I., Terekhina O.V., Ulyanich A.L., Shabalovskaya M.V., Bogomaz S.A., Vidyakina T.A.. Covid-19 and subjective well-being: Perceived impact, positive psychological resources and protective behavior // Psychology. Journal of the Higher School of Economics. 2021. Vol. 18, № 2. P. 259–275. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-2-259-275>

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

М.В. Сокольская

*Российский национальный исследовательский медицинский университет
им. Н.И. Пирогова, г. Москва, Россия*

О.Ю. Богомолова

*Сахалинский институт железнодорожного транспорта – филиал
Дальневосточного государственного университета путей сообщения,
г. Южно-Сахалинск, Россия*

Аннотация. Работа посвящена актуальной проблеме – готовности к профессиональной деятельности, в частности, рассматривается такой важный аспект как формирование профессиональной идентичности студентов вуза в условиях неопределенности. Представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление взаимосвязи профессионального самоопределения студентов вуза и их отношения к ситуации неопределенности. В исследовании приняли участие студенты 1–3-х курсов специальности «Экономическая безопасность» (в количестве 121 чел.) очной формы обучения Сахалинского института железнодорожного транспорта филиал ДВГУПС в г. Южно-Сахалинске. В качестве психодиагностического инструментария использовались: методика Р.В. Овчаровой «Мотивы выбора профессии», опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения», новый опросник Т.В. Корниловой «Толерантности-интолерантности к неопределенности», и опросник С.Баднера в адаптации Г.У. Солдатовой «Определение толерантности к неопределенности». Установленные в ходе корреляционного анализа данные свидетельствуют о наличии выраженной прямой взаимосвязи изучаемых параметров, а именно, чем выше уровень толерантности к ситуации неопределенности, тем выше уровень сформированности профессиональной идентичности студентов вуза. Таким образом, толерантность к неопределенности можно рассматривать в качестве условия формирования профессиональной идентичности студентов вуза, выступающего предпосылкой успешного решения задач профессионального развития обучающихся.

Ключевые слова: профессиональная идентичность, неопределенность, готовность к профессиональной деятельности, студенты, университет.

FORMATION OF PROFESSIONAL IDENTITY OF STUDENTS IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

M.V. Sokolskaya

Pirogov Russian National Research Medical University, Moscow, Russia

O.Y. Bogomolova

Sakhalin Institute of Railway Transport (branch of Far Eastern State Transport University), Yuzhno-Sakhalinsk, Russia

Abstract: The work is devoted to an urgent problem – readiness for professional activity, in particular, such an important aspect as the formation of professional identity of university students in conditions of uncertainty is considered. The results of an empirical study aimed at identifying the relationship between the professional self-determination of university students and their attitude to the situation of uncertainty are presented. The study was attended by students of 1-3 courses of the specialty "Economic Security" (in the number of 121 people) of full-time education of the Sakhalin Institute of Railway Transport branch of the DVGUPS in Yuzhno-Sakhalinsk. The following psychodiagnostic tools were used: R.V. Ovcharova's methodology "Motives for choosing a profession", V.I. Morosanova's questionnaire "Style of self-regulation of behavior", T.V. Kornilova's new questionnaire "Tolerance-tolerance to uncertainty", and S.Badner's questionnaire in G.U. Soldatova's adaptation "Definition of tolerance to uncertainty". The data established during the correlation analysis indicate the presence of a pronounced direct relationship between the studied parameters, namely, the higher the level of tolerance to the situation of uncertainty, the higher the level of formation of the professional identity of university students. Thus, tolerance to uncertainty can be considered as a condition for the formation of the professional identity of university students, which is a prerequisite for the successful solution of the tasks of professional development of students.

Keywords: professional identity, uncertainty, readiness for professional activity, students, university.

Введение. Становление профессионала – долгий и сложный процесс, где профессиональная идентичность является одним из ключевых показателей профессионализма.

Несформированная профессиональная идентичность специалиста может привести к неудовлетворенности выбранной профессией, что в свою очередь приводит к частой смене мест работы, к нехватке квалификации в новой сфере и как следствие, к неудовлетворенности жизнью в целом. Тогда как сформированная профессиональная идентичность является важным фактором успешной адаптации в профессиональной сфере и формирования профессионализма.

Несмотря на различия в трактовке термина, исследователи сходятся во мнении о том, что профессиональная идентичность представляет собой осознание себя индивидом как представителя определенной профессии, включает ощущение принадлежности к профессиональной группе, поиск личных

смыслов в освоении деятельности и принятие ее нормативно-ценностной системы, а также устойчивое согласование основных элементов профессионального процесса. Эти аспекты являются необходимыми условиями для развития личности профессионала (Shneider, 2001; Ergolaeva, 2001).

Вместе с тем, многие авторы подчеркивают, что формирование профессиональной идентичности начинается на этапе обучения в вузе (Mishenko, 2005; Shneider, 2001). Именно этот период играет определяющую роль в процессе становления профессиональной идентичности (Sokolskaya, Mysatova, 2021).

По мнению У.С. Родыгиной, профессиональная идентичность студента охватывает множество аспектов, включая представления о себе как будущем специалисте, эмоциональные переживания и осознанную активность, связанную с приобретением профессии (Rodygina, 2007).

Вызовы современного общества, сопровождающиеся быстрыми изменениями в социально-экономической сфере, оказывают влияние на систему образования и требования к будущим специалистам.

Ковалева Т.М. считает, что «одной из существенных трансформаций содержания современного образования является ориентация на компетентности» (Kovaleva, 2020). Асмолов А.Г., подчеркивает необходимость развития «компетентности к обновлению компетенций». По мнению ученого это ключевой фактор для успешной адаптации к постоянным изменениям в современном мире (Asmolov, 2016). Именно необходимость постоянного пополнения и обновления знаний привела к тому, что непрерывное образование сегодня рассматривается как переход от идеи «образование на всю жизнь» к идее «образование через всю жизнь» (Makarov, 2019).

В рамках исследования профессиональной идентичности в условиях неопределенности мы рассматриваем неопределенность как многообразие сценариев развития ситуации в условиях постоянных изменений в профессиональной сфере. Это требует от студентов выбора альтернативных методов и средств для решения профессиональных задач, которые им предстоит решать. Таким образом, все выше сказанное позволяет утверждать, что назрела необходимость исследования процесса формирования профессиональной идентичности студентов в условиях неопределенности.

Во-первых, в современном обществе проблема неопределенности стоит крайне остро, являясь одной из определяющих характеристик всех аспектов социально-экономической жизнедеятельности. Быстрые изменения требований к профессионалам представляют одну из главных проблем высшего образования, подчас не успевающим за практической деятельностью.

Во-вторых, тема профессиональной готовности нечасто освещается в рамках ситуации неопределенности, необходимо, чтобы будущие специалисты были готовы к изменениям и могли адаптироваться к новым требованиям в своей профессии.

Важно понимать, что психологическая готовность к профессиональной деятельности является неотъемлемой частью профессионализма и гарантией успеха в карьере (Bogomolova, Sokolskaya, 2021).

Данное исследование направлено на выявление взаимосвязи между профессиональным самоопределением студентов вуза и отношением к ситуации неопределенности. Высказано предположение, что студенты с разным отношением к ситуации неопределенности имеют различия в психологической готовности к профессиональной деятельности. Гипотеза заключается в том, что отношение студентов к неопределенности взаимосвязано с формированием их психологической готовности к будущей профессиональной деятельности. В исследовании приняли участие студенты 1–3-х курсов специальности «Экономическая безопасность» (в количестве 121 чел.) очной формы обучения Сахалинского института железнодорожного транспорта филиал ДВГУПС в г. Южно-Сахалинске.

Методы. В качестве психодиагностического инструментария использовались: методика Р.В. Овчаровой «Мотивы выбора профессии», опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения», новый опросник Т.В. Корниловой «Толерантности-интолерантности к неопределенности», и опросник С. Баднера в адаптации Г.У. Солдатовой «Определение толерантности к неопределенности», а также методы математической статистики (корреляционный метод К. Пирсона).

Результаты. Анализ данных позволил выявить значимые различия в мотивах выбора профессии у студентов, обучающихся на разных курсах. Так у студентов 1-2 курсов преобладают внутренние социально значимые мотивы, у студентов 3 курса – внутренние индивидуально значимые мотивы, следовательно, наиболее представленным является блок внутренней мотивации, в то же время довольно значимыми оказались и внешние негативные моменты. Проанализировав динамику мотивационной готовности к деятельности будущих специалистов, можно сделать вывод, что в процессе обучения происходит сдвиг мотивов от материальной к познавательной сфере.

С целью выявления взаимосвязи показателей был использован метод линейной корреляции К. Пирсона. В результате проведенного анализа выявлена прямая взаимосвязь между уровнем толерантности к неопределенности и профессиональной идентичностью студентов вуза ($r = 0,97$, $p \leq 0,05$), а также обратная взаимосвязь фактора «внешние отрицательные мотивы» с уровнем толерантности к неопределенности ($r = 0,87$), т. е. установленные в ходе корреляционного анализа данные убедительно свидетельствуют о выра-

женной взаимообусловленности исследуемых характеристик: чем выше уровень толерантности к ситуации неопределенности, тем выше уровень сформированности профессиональной идентичности студентов вуза.

Выводы. Таким образом, в ходе эмпирического исследования доказана гипотеза о том, что существует взаимосвязь готовности к профессиональной деятельности и степени толерантности к неопределенности. Следовательно, толерантность к неопределенности можно рассматривать как условие формирования профессиональной идентичности студентов вуза, выступающего в качестве предпосылки успешного решения задач профессионального развития обучающихся.

Библиографический список

1. Асмолов А.Г. Непрерывное образование: риски и ценности России в условиях неопределенности / А. Г. Асмолов // Образование в России и за рубежом. 2016. № 11. С. 19–21.

2. Богомолова О.Ю., Сокольская М.В. Проблема готовности к деятельности в психологической науке // Образование личности 2021. № 1-2. С. 24-29.

3. Ермолаева Е.П. Профессиональная идентичность и маргинализм: концепция и реальность (ст. первая) // Психологический журнал. 2001. Т. 22, № 4. С. 51-59.

4. Ковалева Т.М. Связь компетентности и грамотности в работе педагога современной школы, ориентированной на дальнейшее непрерывное образование человека (на примере коммуникативной компетентности и futures-грамотности) // Непрерывное образование в контексте идеи будущего: новая грамотность: сборник научных статей по материалам III Международной научно-практической конференции (г. Москва, 18-19 июня 2020 г.). М., 2020. С. 88–92.

5. Макаров В.А., Макарова Т.Н., Переславцева Е.В. Сравнительный анализ подходов к оцениванию профессиональной компетенции педагогов // Евразийское научное объединение. 2019. № 10-6(56). С. 488–491.

6. Мищенко Т.В. Становление профессиональной идентичности у студентов педагогического вуза: дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2005.

7. Родыгина У.С. Психологические особенности студентов с различным уровнем профессиональной идентичности // Вестник КГУ. 2007. № 1. С. 95–98.

8. Сокольская М.В., Мусатова О.А. Профессиональное самосознание студента как условие формирования личности профессионала // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2021. № 1 (41). С. 550-559.

9. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: Монография. М.: МОРУ, 2001 г. 272 с.

СОЦИАЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ И ПОЛИТИЧЕСКИЕ ПОЗИЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Н.В. Усова, М.А. Кленова

Саратовская государственная юридическая академия, г. Саратов, Россия

Аннотация. Неопределенность политических ориентаций современной молодежи негативно сказывается на развитии государства. Социально-политическая позиция «дозволенность/строгость» рассматривается нами как личностный и регуляторный ресурс личности в современных условиях неопределенности. Показано, дозволенность не только выступает системообразующим фактором социально-политических позиций молодежи, но и входит в структуру факторов, влияющих на доверие/недоверие как в обществе, так и в межличностном взаимодействии. На основе классификации близости метрического пространства выявлена структура логической взаимосвязи между социально-политическими позициями и социальной активностью современной молодежи. Установлены три взаимосвязанных кластера: - социальная активность, основанная на позиции жестокости (упорства): досугово-коммуникативная активность, интернет-сетевая активность, социально-экономическая активность. В данном кластере доминирует представление о том, что общество состоит из строго дифференцированных групп (богатые/бедные, успешные/аутсайдеры и т.п.), в сознании присутствует установка на то, что противопоставленные группы находятся в постоянной борьбе против друг друга; - социальная активность, основанная на позиции консерватизм: альтруистическая и духовная активность. В данном кластере доминирует позиция сохранения традиций общества, его институтов, этики, нравственности и морали; - социальная активность, основанная на позиции радикализм: социально-политическая и протестная активность. В данном кластере доминирует позиция, отражающая стремление кардинально и бескомпромиссно изменить существующее положение дел. Обнаруженные результаты должны быть учтены в процессе взаимодействия с подрастающим поколением, лежать в основе разработки направлений воспитательной работы с молодежью, а также в целях профилактики деструктивного поведения в том числе экстремизма и терроризма. Работа с молодежью должна способствовать развитию осознанных и ответственных социально-политических ориентаций, умению противостоять манипуляциям. Оптимальным способом нивелировать возможные риски является организация образовательно-развивающей активности.

Ключевые слова: позиции, социальная активность, дозволенность, интернет-сетевая активность, образовательно-развивающая активность, консерватизм, жестокость.

SOCIAL ACTIVITY AND POLITICAL POSITIONS OF STUDENT YOUTH

N.V. Usova, M.A. Klenova

Saratov State Law Academy, Saratov, Russia

Abstract. The uncertainty of the political orientations of today's youth has a negative impact on the development of the state. The socio-political position "permissiveness/strictness" is considered by us as a personal and regulatory resource of the individ-

ual in modern conditions of uncertainty. It is shown that permissibility not only acts as a backbone factor in the socio-political positions of young people, but also enters into the structure of factors influencing trust/distrust both in society and in interpersonal interaction. Based on the classification of the proximity of the metric space, the structure of the logical relationship between socio-political positions and the social activity of modern youth is revealed. Three interconnected clusters have been established: - social activity based on the position of cruelty (perseverance): leisure-communicative activity, Internet network activity, socio-economic activity. This cluster is dominated by the idea that society consists of strictly differentiated groups (rich/poor, successful/outside, etc.), there is a mindset that opposing groups are in constant struggle against each other; - social activity based on the position of conservatism: altruistic and spiritual activity. This cluster is dominated by the position of preserving the traditions of society, its institutions, ethics, morality and morality; - social activity based on the position of radicalism: socio-political and protest activity. This cluster is dominated by a position that reflects the desire to radically and uncompromisingly change the current state of affairs. The results found should be taken into account in the process of interaction with the younger generation, underlie the development of areas of educational work with young people, as well as in order to prevent destructive behavior, including extremism and terrorism. Work with youth should contribute to the development of conscious and responsible socio-political orientations, the ability to resist manipulation. The best way to level possible risks is to organize educational and developmental activities.

Keywords: positions, social activity, permissibility, Internet network activity, educational and developmental activity, conservatism, cruelty.

Введение. Глобальные геополитические и социально-экономические процессы, происходящие в обществе, диктуют жесткую задачу поиска новых концепций взаимодействия с молодым поколением. Сегодня мир столкнулся с утратой нравственных и духовных ценностей, а сложившаяся ситуация требует переоценки приоритетов и переосмысления целей, как никогда остро возрастает актуальность исследований социальной активности и социально-политических позиций молодежи.

Процедура исследования. Сбор данных проходил в электронном виде через Google-формы, добровольно, анонимно и безвозмездно. Обработка данных осуществлялась в статистическом пакете «IBM Statistics 26». В исследовании приняли участие 350 студентов.

Для реализации цели исследования применена анкета, включающая 12 вопросов-шкал, содержательно описывающих формы социальной активности (Shamionov et al., 2020). Опросник социально-политических позиций, позволяющий изучить субъективную предрасположенность молодежи к определенному статусу или определенной форме активности (Bortuleva, 2021). Вторичная математико-статистическая обработка данных осуществлялась с применением описательных статистик, корреляционного и кластерного анализа.

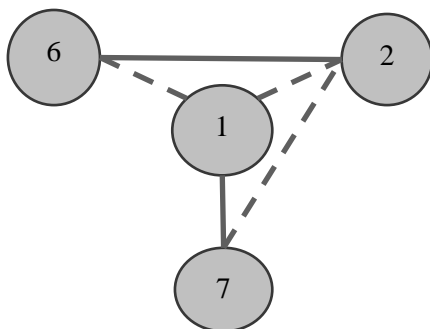


Рис.1. Дозволенность в структуре социально-политических позиций современной молодежи

Результаты исследования. Опираясь на концепцию Г. Айзенка, определим положение опрошенных в системе координат политических взглядов, для этого определим выраженность и степень корреляции семи факторов между собой (табл.1). Большинство испытуемых продемонстрировали склонность к «жесткость – радикализм», что в целом соответствует исследованиям, проведенными другими авторами (Malahaeva, 2023). При более качественном сравнении полученных результатов можно обнаружить динамику, демонстрирующую смещение центра социально-политических позиций в сторону неопределенности.

Полученные значения свидетельствуют о неустойчивости социально-политических позиций, молодежь находится на распутье своих ориентаций, что требует актуализации программ развития политического курса современной молодежи. С этой целью целесообразно развитие у молодежи компетентности в проявлении социальной активности, проводить молодежные форумы, дискуссионные площадки, привлекать молодежь к происходящим политическим процессам в стране, формировать патриотизм (Arendachuk, 2022).

Таблица 1

Интеркорреляции социально-политических позиций

Показатели	1	2	3	4	5	6	7
1. Дозволенность/строгость	1,00						
2. Расизм/Антирасизм	-0,75	1,00					
3. Религиозность/Атеизм	-0,18	0,22	1,00				
4. Социализм/Капитализм	0,06	-0,19	-0,30	1,00			
5. Либерализм/Антилиберализм	0,17	0,18	0,05	-0,18	1,00		
6. Реактивность/Прогрессивность	-0,65	0,68	0,24	-0,15	0,03	1,00	
7. Пацифизм/Милитаризм	0,70	-0,82	-0,13	0,12	-0,10	-0,55	1,00

Центральным компонентом в социально-политических позициях занимает ориентация на дозволенность (рис. 1). Социально-политическая позиция «дозволенность/строгость» рассматривается нами как личностный и регуляторный ресурс личности в современных условиях неопределенности. Очевидно дозволенность играет ведущую роль в достаточно сложном волевом акте – борьбе мотивов. В процессе переживания различных, подчас противоречивых мотивов именно степень дозволенности позволит личности отдать предпочтение одному из них. Так, например, подросток, сталкиваясь с идеологически определёнными ценностями общества и проблемой смысла жизни, проживает внутриличностный конфликт между «дозволенным» и «недозволенным», в ходе которого вырабатывается его стратегия поведения. На одном полюсе поведенческая стратегия реализуется с учётом критериев «нормальности» и «законности», а на другом – подросток демонстрирует криминальные и психотические эпизоды, относящиеся к смещению социальных ролей (Kolesov, 2013). В этом контексте дозволенность позволяет говорить о сущности правового интереса. Содержание интереса заключается в дозволении, разрешении субъекту действовать в соответствующих пределах, в стремлении к достижению социальных благ. При этом в объективном праве интересы опосредуются в нормах права, а в субъективном праве интересы опосредуются через категории субъективных прав и охраняемым законом интересам (Sapfirova, 2009).

Следует помнить, что запреты в общедозволительном регулировании и, соответственно, ограничения, обременения, санкции и ответственность за их нарушение обеспечивают максимально возможную меру свободы и активности субъектов, свободы, не переходящей в произвол, не ущемляющей права и интересы других лиц и общества в целом.

Таблица 2

Социальная активность молодежи

Показатели	Среднее значение (M)	Стандартное отклонение (S)
Альтруистическая деятельность	3,00	0,73
Досугово-коммуникативная активность	3,05	1,61
Социально-политическая активность	1,95	1,23
Интернет-сетевая активность	4,11	1,12
Гражданская активность	1,21	0,41
Социально-экономическая активность	2,37	0,98
Образовательно-развивающая активность	4,26	0,78
Духовная активность	3,00	1,26
Протестная активность	1,42	1,04
Субкультурная активность	2,00	1,41

Далее рассмотрим результаты исследования социальной активности студенческой молодежи (таблица 3).

Таблица 3

Корреляционные взаимосвязи

Показатели	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Альтруистическая деятельность	0,008	-0,026	-0,125	0,014	-0,048	-0,032	0,015	-0,034	0,020
Досугово-коммуникативная активность	0,022	-0,007	-0,095	-0,006	-0,007	-0,004	0,020	-0,010	-0,049
Социально-политическая активность	-0,029	0,046	0,018	-0,001	-0,016	0,048	-0,041	0,039	0,045
Интернет-сетевая активность	0,048	-0,157	-0,062	0,165	-0,026	-0,114	0,125	-0,087	-0,006
Гражданская активность	-0,008	0,012	-0,004	-0,031	0,005	0,021	-0,010	0,023	0,031
Социально-экономическая активность	0,001	0,024	-0,017	-0,008	0,000	-0,004	-0,017	0,008	0,065
Образовательно-развивающая активность	0,028	-0,158	-0,021	0,156	-0,035	-0,043	0,042	-0,126	-0,017
Духовная активность	0,029	-0,030	0,033	0,001	-0,007	-0,025	0,035	-0,017	-0,071
Протестная активность	0,034	-0,027	-0,014	0,002	0,026	-0,000	0,017	-0,021	-0,060
Субкультурная активность	0,009	-0,011	-0,057	-0,004	0,022	0,002	-0,003	-0,014	0,079

Результаты исследования по-прежнему свидетельствуют о том, что образовательно-развивающая и интернет-сетевая активность является доминирующей, а вот гражданская и социально-политическая активность развиты в молодежной среде достаточно слабо (Samionov, 2020). К слову, следует отметить, что вовлечение молодых людей в деструктивную деятельность политической направленности происходит не только через форматы офлайн-участия, но и с активным применением сетевых платформ (Ananchenko, 2022).

Гражданская и социально-политическая активность молодежи по-прежнему развиты слабо. Стоит отметить, что вовлечение молодых людей (в возрасте 15–24 лет) в деструктивную деятельность политической направленности не только через форматы офлайн-участия, но и с активным применением сетевых платформ.

Далее рассмотрим взаимосвязи социально-политических позиций и социальной активности молодежи.

Большая часть обнаруженных взаимосвязей приходится на интернет-сетевую активность. Действительно, сегодня Интернет среда является домини-

рующей площадкой для реализации своих позиций и расширения политического участия молодежи в жизни общества. При этом необходимо учитывать следующие риски. С одной стороны, цифровые технологии носят индивидуализированный характер, что ослабляет коллективные действия и размывает социальный капитал нашего государства, с другой – доступность цифрового пространства снижает долю лиц, характеризующихся доминированием индивидуально-психологического фактора социально-политических позиций, лиц склонных к глубинному осознанию правильности и необходимости данного поведения, имеющих достаточно знаний и понимания социально-политических и экономических процессов происходящих в обществе (Derevyanchenko, 2020). Следовательно, в пространстве Интернета возможна интеграция низменных сторон человеческой природы в социально-политические позиции современной молодежи.

Далее мы провели классификацию изученных признаков по степени близости метрического пространства интересующих нас элементов и выявили структуру логической взаимосвязи между социально-политическими позициями и социальной активностью.

Анализ статистических связей позволил выявить три взаимосвязанных кластера (рис. 2):

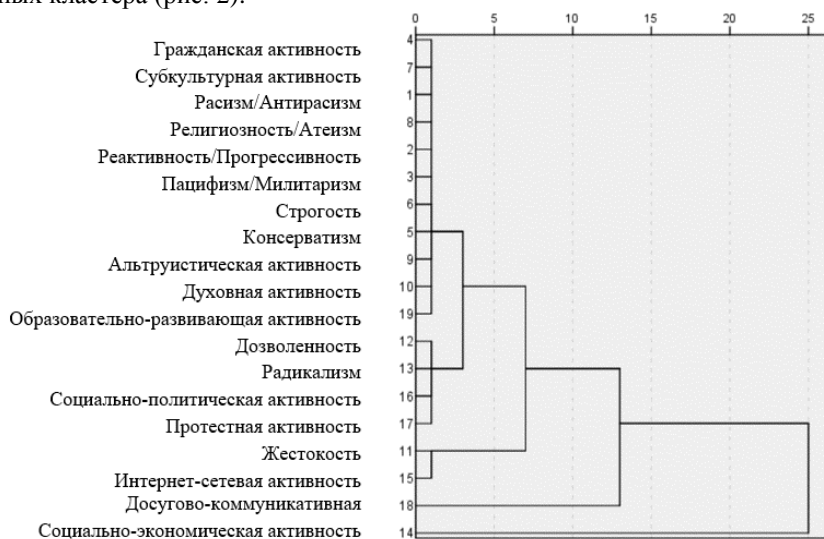


Рис 2. Дендрограмма с использованием метода межгрупповых связей
Совмещение кластера перешкалированных расстояний

- социальная активность, основанная на позиции жестокости (упорства): досугово-коммуникативная активность, интернет-сетевая актив-

ность, социально-экономическая активность. В данном кластере доминирует представление о том, что общество состоит из строго дифференцированных групп (богатые/бедные, успешные/аутсайдеры и т.п.), в сознании присутствует установка о том, что противопоставленные группы находятся в постоянной борьбе против друг друга.

- социальная активность, основанная на позиции консерватизма: альтруистическая и духовная активность. В данном кластере доминирует позиция сохранения традиций общества, его институтов, этики, нравственности и морали.

- социальная активность, основанная на позиции радикализм: социально-политическая и протестная активность. В данном кластере доминирует позиция, отражающая стремление кардинально и бескомпромиссно изменить существующее положение дел.

Выводы. Полученные в ходе исследования социально-политических позиций данные позволяют определить перспективы участия молодых граждан в разных видах социальной активности. Обнаруженные результаты должны быть учтены в процессе взаимодействия с подрастающим поколением, лежать в основе разработки направлений воспитательной работы с молодежью, а также в целях профилактики деструктивного поведения, в том числе экстремизма и терроризма.

Библиографический список

1. Ананченко А.Б., Никулин Е.Р., Хардикова А.С. Специфика цифровой активности и приемлемые сценарии политического поведения российской молодежи: ценностно-идеологические ориентации и географическая дифференциация // Научный результат. Социальные и гуманитарные исследования. 2022. Т. 8, № 1. С. 55-70.
2. Арндачук И.В., Кленова М.А., Усова Н.В. Характеристики образовательноразвивающей активности студентов в условиях вынужденной самоизоляции // Психологическая наука и образование. 2022. Т. 27, № 2. С. 82–95. <https://doi.org/10.17759/pse.2022270207>
3. Бортулева Н.Л., Лобанов А.П., Шейнов В.П. Валидизация русскоязычной версии опросника социально-политических позиций // Вестник Белорусского государственного педагогического университета. Серия 1. Педагогика. Психология. Филология. 2021. № 4 (110). С. 30-40.
4. Деревянченко А.А., Калинин Д.В. Политическая активность молодежи в цифровом обществе // Гражданин. Выборы. Власть. 2020. № 2 (16). С. 155-173.
5. Колесов С. Г. Теория Э. Эриксона основных стадий жизненного пути личности и формирование законопослушного поведения // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2012. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoriya-eriksona-osnovnyh-stadiy-zhiznennogo-puti-lichnosti-i-formirovnie-zakonoposlushnogo-povedeniya> (дата обращения: 13.03.2023).
6. Малахаева С.К., Никулина Т.И., Русак Н.Г. Личностные особенности и социально-политические позиции молодежи // Человеческий капитал. 2023. № 1 (169). С. 235-245.

7. Сапфинова А.А. Правовые интересы в сфере труда: сущность, отличие от субъективных прав и особенности защиты // Российский ежегодник трудового права. 2009. № 4. С. 136-155.

8. Шамионов Р.М., Григорьева М.В., Арндачук И.В., Бочарова Е.Е., Усова Н.В., Кленова М.А., Шаров А.А., Заграничный А.И. Психология социальной активности молодежи. М.: Перо, 2020. 200 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44521792> (дата обращения: 18.02.2023).

САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК РЕСУРС КАРЬЕРНОЙ АДАПТИВНОСТИ

А.Э. Цымбалюк, В.О. Виноградова

*Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского,
г. Ярославль, Россия*

Аннотация. Актуальность данного исследования заключается в том, что в отечественной психологии недостаточно разработан конструкт «Карьерная адаптивность», не прояснены факторы, психологическое содержание данного явления. Цель данной работы – выявить влияние саморегуляции на карьерную адаптивность у студентов выпускных курсов. Методы исследования: Методика «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020 В.И. Моросановой» (Моросанова 2020), Методика «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова», Шкала карьерно-адаптационных способностей М. Савикаса, Порфели, в адаптации Кондратюка, Бурмистровой-Савенковой, Моросановой 2021, методы описательной статистики и множественный регрессионный анализ. Выборку составили студенты выпускных курсов (40 человек). Основные результаты исследования: было выявлено, что в содержании карьерной адаптивности преобладает такой компонент как контроль. Это свидетельствует о готовности студентов принимать ответственность за собственное профессиональное развитие. Выявлено, что на карьерную адаптивность влияет способность к анализу противоречий и программирование собственных действий. Это свидетельствует о том, что отдельные способности саморегуляции и самоуправления выступают личностными ресурсами карьерной адаптивности. Чем выше у студентов выпускного курса развита способность выстраивать субъективную модель ситуации и способность осознанно выстраивать алгоритм своих действий, тем выше их карьерная адаптивность.

Ключевые слова: карьерная адаптивность, саморегуляция, студенты.

SELF-REGULATION AS A RESOURCE OF CAREER ADAPTABILITY

A.E. Tsybalyuk, V.O. Vinogradova

Yaroslavl State Pedagogical University. K.D. Ushinsky, Yaroslavl, Russia

Abstract. The relevance of this study lies in the fact that in domestic psychology the construct “Career adaptability” has not been sufficiently developed, the factors and the psychological content of this phenomenon have not been clarified. The purpose of this work is to reveal the influence of self-regulation on career adaptability in graduate

students. Research methods: Methodology "Style of self-regulation of behavior - SSPM 2020 V.I. Morosanova " (2020), Methodology "Ability of self-government N.M. Peysakhov", Scale of career-adaptive abilities (Savikas, Porfeli, adapted by Kondratyuk, Burmistrova-Savenkova, Morosanova 2021), methods of descriptive statistics and multiple regression analysis. The sample consisted of graduate students (40 people). The main results of the study: it was found that the content of career adaptability is dominated by such a component as control. This indicates the willingness of students to take responsibility for their own professional development. It was revealed that career adaptability is influenced by the ability to analyze contradictions and programming one's own actions. This indicates that individual abilities of self-regulation and self-government act as personal resources for career adaptability. The higher the ability of graduate students to build a subjective model of the situation and the ability to consciously build an algorithm of their actions, the higher their career adaptability.

Keywords: career adaptability, self-regulation, students.

Введение. Актуальность исследования карьерной адаптивности заключается в том, что в отечественной психологии недостаточно разработан конструкт «Карьерная адаптивность», психологическое содержание данного явления и не прояснены факторы.

Цель данной работы – выявить влияние саморегуляции на карьерную адаптивность у студентов выпускных курсов и работающей молодежи.

Впервые понятие карьерной адаптивности было введено Д. Сьюпером, который определял её как готовность человека, необходимую для решения профессиональных задач, а также необходимую для приспособления к непредсказуемой работе или изменениям в рабочей среде (Chen, 2020). М. Савикас определяет карьерную адаптивность как готовность человека к предсказуемым карьерным задачам, существующим карьерным ролям и проблемам, которые непредсказуемы при происходящих изменениях, и позволяет человеку без особых трудностей изменяться, чтобы соответствовать новой среде (Chen, 2020). В структуру карьерной адаптивности он включал: 1. Заинтересованность; 2. Контроль; 3. Любознательность; 4. Уверенность. Н.Г. Кондратюк, А.В. Бурмистрова-Савенкова, В.И. Моросанова определяют карьерную адаптивность как способность, которая связана с готовностью человека справляться как с предсказуемыми задачами профессионального развития, так и с непредсказуемыми обстоятельствами профессиональной жизни (Кондратюк, Бурмистрова-Савенкова, Моросанова, 2021). Таким образом, мы видим, что авторы понимают карьерную адаптивность через готовность, как к решению карьерных задач, так и к непредсказуемым изменениям.

В различных исследованиях в качестве факторов, влияющих на карьерную адаптивность, рассматривается пол и опыт работы, социальная поддержка, добросовестность, негативная эмоциональная установка, уверенность в себе, ориентация на будущее, саморегуляция и др. (Sulistiani, 2018).

В нашем исследовании в качестве основных факторов мы рассматриваем осознанную саморегуляцию и самоуправление. По мнению В.И. Моросановой саморегуляция включает в себя операциональный и личностно-регуляторный уровень: накопленные в опыте регуляторные компетенции человека, позволяющие ему осознанно и самостоятельно выдвигать цели и достигать их, а также решать разнообразные задачи жизнедеятельности (Моросанова, Кондратюк, 2020). Самоуправление же, в свою очередь, по мнению Н.М. Пейсахова, – это целенаправленное изменение самим человеком или управление собственными формами активности: общение, переживания, поведение и деятельность. По мнению И.В. Мешковой (Мешкова, 2015), самоуправление – это творческий процесс, который связан с созданием нового, постановкой новых целей, поиском новых решений и средств их достижения. Саморегуляция, в свою очередь, рассматривается как изменения в рамках уже существующих норм, правил.

Методы исследования. В рамках исследования использовались: методика «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020 В.И. Моросановой», методика «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова», шкала карьерно-адаптационных способностей М. Савикас, Э. Порфели в адаптации Кондратюка Н.Г., Бурмистровой-Савенковой А.В., Моросановой В.И., методы описательной статистики и множественный регрессионный анализ.

Выборку исследования составили студенты выпускных курсов и работающая молодёжь (40 человек). Средний возраст – 27 лет.

Результаты. Было выявлено, что в содержании карьерной адаптивности преобладает такой компонент как контроль ($Mx = 20,6$). Это свидетельствует о готовности студентов выпускных курсов и работающей молодежи принимать личную ответственность за собственное профессиональное развитие. Наименьшую степень выраженности имеет Заинтересованность ($Mx = 18,3$). Это говорит о том, что они в меньшей степени осознают своё будущее и готовятся к нему.

Было выявлено, что компоненты саморегуляции и самоуправления влияют на карьерную адаптивность. Уравнение регрессии имеет следующий вид: Карьерная адаптивность = $(2,953)$ Анализ противоречий + $(2,107)$ Программирование действий + $10,24566$. Данная регрессионная модель объясняет 33% дисперсии зависимой переменной, является значимой по критерию Фишера ($F = 6,095$ $p = 0,002$).

Выводы. Было выявлено, что на карьерную адаптивность влияет способность к анализу противоречий и программирование собственных действий: чем выше у студентов выпускного курса и работающей молодежи развита способность выстраивать субъективную модель ситуации и способность осознанно выстраивать алгоритм своих действий, тем выше их карьерная адаптивность. Это свидетельствует о том, что отдельные

способности саморегуляции и самоуправления способствуют карьерной адаптивности и, тем самым, выступают её личностными ресурсами.

Библиографический список

1. Кондратюк Н.Г., Бурмистрова-Савенкова А.В., Моросанова В.И. Шкала карьерно-адаптационных способностей М. Савикаса и Э. Порфели: психометрические характеристики русскоязычной версии на выборке подростков // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2021. Т. 18, № 3. С. 555–575.
2. Мешкова И.В. Способность самоуправления как диагностический критерий личностно-профессионального развития студентов педагогического вуза // Вестник ТГПУ. 2015. №1 (154). С.16-21.
3. Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – 2020» // Вопросы психологии. 2020. № 4. С. 155–167.
4. Chen H. Career Adaptability Research: A Literature Review with Scientific Knowledge Mapping in Web of Science // Int J Environ Res Public Health. 2020. Vol. 17, № 16. Article 596=86. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7459956/> (дата обращения: 25.04.2023).
5. Sulistiani W., Handoyo S. Career Adaptability: The influence of readiness and adaptation success in the education context: A literature review // Proceedings of the 3rd ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2017). Advances in Social Science, Education and Humanities Research. 2018. Vol. 133. P. 195-205. <https://doi.org/10.2991/acpch-17.2018.32>

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ СФЕРА КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ

С.М. Шингаев

*Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования,
г. Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. В статье анализируется текущее состояние проблемы профессионального здоровья представителей социэкономических профессий, рассматриваемых через призму их ценностно-смысловой сферы. Автором рассматриваются: на этапе профессионального самоопределения – школьники, выбравшие профессию менеджера, педагога; на этапе профессиональной подготовки – студенты, обучающиеся по менеджерской и педагогической специальности; на этапе профессиональной адаптации, регулярной профессиональной деятельности, повышения профессиональной квалификации – менеджеры и педагоги; на этапе «выхода» из профессии – менеджеры и педагоги предпенсионного возраста, а также менеджеры и педагоги, вышедшие на пенсию по возрасту.

По мере нахождения в профессии происходит трансформация ценностей: в частности, здоровье выходит на первый план, происходит осознание важности здоровья как общечеловеческой ценности; стабильно высокие места важности «Счаст-

ливой семейной жизни» подтверждают, что без здоровья и счастья в семье невозможно считать себя счастливым человеком. На каждом этапе профессионального пути выделяются отличительные особенности профессионального здоровья специалистов, обусловленные спецификой этапа и решаемых на нем задач.

На ухудшение здоровья более всего влияют чрезмерная перегрузка, эмоциональное напряжение на работе; трудность и дефицит времени выполняемой деятельности; обеспокоенность о последствиях ошибочных действий; недостаток необходимых профессиональных знаний и умений; повышенная ответственность. На самооценку здоровья оказывают влияние также системные факторы: жизненные кризисы; проблемы в семье; финансовые проблемы.

Здоровье в структуре профессиональной деятельности специалистов социэкономических профессий выступает в качестве стратегического ресурса, позволяющего с наименьшими затратами проходить все этапы профессионального пути. Систему ценностей мы относим к числу основных психологических факторов профессионального здоровья представителей социэкономических профессий.

Ключевые слова: профессиональное здоровье, ценности, смыслы, психологические факторы.

VALUE-SEMANTIC SPHERE AS A FACTOR OF THE PROFESSIONAL HEALTH OF REPRESENTATIVES OF SOCIONOMIC PROFESSIONS

S.M. Shingaev

*St. Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education,
St. Petersburg, Russia*

Annotation. The article analyzes the current state of the problem of professional health of representatives of sociэconomic professions, viewed through the prism of their value-semantic sphere. The author considers: at the stage of professional self-determination - schoolchildren who have chosen the profession of manager, teacher; at the stage of professional training - students studying in managerial and pedagogical specialties; at the stage of professional adaptation, regular professional activity, professional development - managers and teachers; at the stage of "exit" from the profession - managers and teachers of pre-retirement age, as well as managers and teachers who have retired by age.

As you find yourself in the profession, values are transformed: in particular, health comes to the fore, there is an awareness of the importance of health as a universal value; consistently high places of importance of "Happy family life" confirm that without health and happiness in the family it is impossible to consider yourself a happy person. At each stage of the professional path, distinctive features of the professional health of specialists are highlighted, due to the specifics of the stage and the tasks solved on it.

The deterioration of health is most affected by excessive overload, emotional stress at work; difficulty and lack of time for activities performed; concern about the consequences of erroneous actions; lack of necessary professional knowledge and skills; increased responsibility. The self-assessment of health is also influenced by systemic factors: life crises; problems in the family; financial problems.

Health in the structure of professional activity of specialists of sociэconomic professions acts as a strategic resource that allows to pass all stages of the professional path

with the least cost. We consider the value system to be one of the main psychological factors of professional health of representatives of socioeconomic professions.

Keywords: professional health, values, meanings, psychological factors.

Введение. Необходимость изучения ценностно-смысловой сферы представителей социально-экономических профессий через призму их профессионального здоровья обусловлена наличием противоречия между важностью здоровья в профессии и недостаточным вниманием к сохранению и поддержанию профессионального здоровья на практике, как со стороны самих специалистов, так и со стороны руководства организаций. Отмечаем также недостаточность комплексных научных исследований, посвященных роли ценностей и смыслов как фактора профессионального здоровья специалистов на разных этапах их профессионального пути.

Количество работ, посвященных здоровью, применительно к той или иной профессии в контексте ценностно-смысловой сферы, немногочисленно (Сорокина, 2009; Богачева, 2010; Буенок, 2012; Асадулаева, 2013; Шингаев, 2014; Правдина, 2014; Давудова, 2017), что обусловило цель нашего исследования – проанализировать роль и место здоровья в структуре ценностей представителей социально-экономических профессий на всех этапах их профессионального пути.

Методы. Для исследования роли и места здоровья в структуре ценностно-смысловой сферы представителей социально-экономических профессий на разных этапах профессиональной деятельности использовалась модифицированная методика М. Рокича «Система ценностей-целей и уровень их реализованности».

Мы рассматриваем: на этапе профессионального самоопределения – школьников, выбравших профессию менеджера, педагога; на этапе профессиональной подготовки – студентов, обучающихся по менеджерской и педагогической специальности; на этапе профессиональной адаптации, регулярной профессиональной деятельности, повышения профессиональной квалификации – менеджеров и педагогов; на этапе «выхода» из профессии – менеджеров и педагогов предпенсионного возраста, а также менеджеров и педагогов, вышедших на пенсию по возрасту.

Выборка – 5034 чел. (в т.ч. менеджеры – 1504 чел, педагоги – 3530 чел.). Длительность исследования: 2002-2023 гг.

Результаты. Парное соотношение выборок исследуемых по критерию U-Манна-Уитни показало статистически достоверные различия ($p < 0,05$). Представители социально-экономических профессий на этапе регулярной профессиональной деятельности, в сравнении со студентами ВУЗов, выше ставят для себя ценности «Здоровье» и «Счастливая семейная жизнь». Предпенсионеры и пенсионеры, в отличие от студентов-первоку-

рских, больше ценят «Активную деятельную жизнь», «Здоровье», «Жизненную мудрость» и «Счастливую семейную жизнь». Предпенсионеры и пенсионеры, в отличие от студентов выпускного курса, выше ценят «Активную деятельную жизнь», «Жизненную мудрость», «Здоровье», «Красоту природы и искусства», «Счастливую семейную жизнь». Опытные менеджеры (с большим стажем работы), в отличие от молодых менеджеров (со стажем работы до 3 лет), выше ставят «Жизненную мудрость», «Здоровье», «Красоту природы и искусства». Предпенсионеры выше, чем молодые менеджеры, ставят ценности «Активная деятельная жизнь», «Жизненная мудрость», «Здоровье», «Интересная работа», «Красота природы и искусства». Для пенсионеров, по сравнению с молодыми и опытными менеджерами, свойственно больше ценить «Здоровье», «Красоту природы и искусства», «Счастье других».

Обсуждение. По мере нахождения в профессии происходят изменения в системе ценностей: здоровье выходит на первые места, осознается важность здоровья в жизни человека; неизменно высокие места ценности «Счастливая семейная жизнь» свидетельствуют, что без здоровья и счастья в семье сложно считать себя счастливым человеком.

На каждом этапе профессионального пути есть свои отличительные особенности профессионального здоровья специалистов, обусловленные спецификой этапа и решаемых на нем задач.

Среди жизненных ценностей на этапе регулярной профессиональной деятельности здоровье ставится представителями социномических профессий на первое место, по уровню доступности – на шестое место.

Выводы. Здоровье в структуре профессиональной деятельности специалистов социномических профессий выступает в качестве стратегического ресурса, позволяющего с наименьшими затратами проходить все этапы профессионального пути. Систему ценностей мы относим к числу основных психологических факторов профессионального здоровья представителей социномических профессий.

Библиографический список

1. Асадулаева У.М. Ценностно-смысловая сфера личности педагога на разных этапах профессионального становления: дисс. ...канд.психол.наук. Махачкала, 2013. 316 с.
2. Богачева Т.Ю. Здоровье в системе ценностей современного специалиста: автореф. дисс. ...канд.психол.наук. М., 2010. 24 с.
3. Буенок А.Г. Увлеченность как фактор профессионального здоровья менеджеров // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения: материалы конференции. СПб.: СПбПУ Петра Великого, 2012. Т.7, №2. С.616-617.
4. Давудова А.Р. Особенности личностных ценностей студентов с разным атрибутивным стилем / Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2017. Т.11, №4. С.5-9.

5. Правдина Л.Р., Васильева О.С. Ценностно-смысловые аспекты профессионального здоровья // Инженерный вестник Дона. 2014. №3. С.81.
6. Сорокина В.М., Сорокин Д.Ю. Формирование отношения к здоровому образу жизни как ценности // Современные проблемы науки и образования. 2009. № 5. С. 39-42.
7. Шингаев С.М. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджеров: автореф. дисс. ...д-ра психол.наук. Санкт-Петербург, 2014. 40 с.

ОСТРЫЙ СТРЕСС И ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕНЕДЖЕРОВ

М.Ю. Широкая

МГУ имени М.В. Ломоносова, г. Москва, Россия

Аннотация. В работе была поставлена задача рассмотреть роль временных ориентаций при проявлениях острого стресса как разновидности профессионального стресса у менеджеров по продажам. В исследовании принимало участие 154 менеджера разных торгово-промышленных компаний России. Была показана связь переживаний острого стресса со всеми временными ориентациями. Также было получено, что временные ориентации «Негативное прошлое», «Гедонистическое настоящее» и «Будущее» выступают предикторами переживания острого стресса у менеджеров.

Ключевые слова: профессиональный стресс, хронический стресс, острый стресс, временная перспектива, профессиональная деятельность.

STRESS AND TIME PERSPECTIVE IN THE ACTIVITIES OF MANAGERS

Shirokaya M. Yr.

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Abstract. In this work, the task was to consider the role of temporal orientations in the manifestations of acute stress as a kind of professional stress among sales managers. The study involved 154 managers of various commercial and industrial companies in Russia. Acute stress scores were shown to be associated with all temporal orientations. It was also found that the time orientations "Negative Past", "Hedonistic Present" and "Future" are predictors of acute stress experienced by managers.

Keywords: professional stress, chronic stress, acute stress, time perspective, professional activity.

Введение. Изучение острого и хронического стресса в профессиональной деятельности происходит в парадигме структурно-интегративного подхода. Острый стресс рассматривается как актуальное неблагоприятное состояние; представляет собой начальную стадию хронического стресса,

только более интенсивную (Китаев-Смык, 2015; Леонова, 2004). При накоплении негативных эффектов формируется хронический стресс как устойчивое неблагоприятное состояние (Леонова, 2004).

Один из аспектов изучения стресса связан с рассмотрением выбора временных ориентаций при переживании стрессовых состояний различной природы. Временная перспектива анализируется, в том числе, как ресурс для их преодоления (Зимбардо, Сворд, Сворд, 2017 и др.). Поэтому изучение роли временной перспективы при переживании острого стресса в условиях профессиональной деятельности имеет практическую значимость.

Наше исследование было посвящено изучению профессионального стресса у менеджеров по продажам и роли временной перспективы при переживании разных аспектов одного видов стресса – острого стресса.

Методы. Для достижения поставленной задачи в данной работе были рассмотрены: 1. Опросник для оценки уровня переживаний острого стресса А.Б. Леоновой. 2. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо. Статистическая обработка полученных результатов проводилась при помощи SPSS (22 версия). Были использованы описательная статистика, корреляционный анализ Пирсона, линейный множественный регрессионный анализ.

Выборку составили 154 менеджера отделов продаж одной крупной российской промышленной и нескольких небольших организаций России (средний возраст 34 года, 56 мужчин, 95 женщин).

Результаты. У изучаемой группы менеджеров по продажам средние значения переживания острого стресса имеют низкие значения: «Интегральный показатель острого стресса» – 31,91 ($\sigma = 7,19$); «Физиологический дискомфорт» – 5,23 ($\sigma = 0,63$); «Когнитивная напряженность» – 5,67 ($\sigma = 1,6$); «Эмоциональная напряженность» – 7,14 (2,7); «Трудности в общении» – 5,74 ($\sigma = 1,54$); «Нарушения в поведении» – 6,23 ($\sigma = 2,01$); «Общее самочувствие» - 9,9 ($\sigma = 3,58$).

Средние значения показателей временной перспективы сглажены относительно «идеальной временной перспективы» Ф. Зимбардо (2017): 1) «Негативное прошлое» – 3,06; $\sigma = 0,67$ (при среднем значении «идеальной временной перспективы – 3,0); 2) «Позитивное прошлое» – 3,60; $\sigma = 0,55$ (3,7); 3) «Фаталистическое настоящее» – 2,76; $\sigma = 0,67$ (2,4); 4) «Гедонистическое настоящее» – 3,6; $\sigma = 0,55$ (3,4); 5) «Будущее» – 3,69; $\sigma = 0,46$ (3,5).

Корреляционный анализ продемонстрировал разнообразные связи показателей острого стресса и временной перспективы (таблица 1). Только «физиологический дискомфорт» не связан с личностными устойчивыми временными предпочтениями.

Интегральный показатель острого стресса прямо коррелирует с «Негативным прошлым» ($R = 0,29$; $p = 0$) и обратно – с «Будущим» ($R = 0,26$; $p = 0,001$) (Таблица 1).

Также заслуживают внимания полученные отрицательные корреляции показателя переживания прошлого опыта как позитивного («Позитивное прошлое») с показателями острого стресса – эмоциональной напряженности ($R = -0,20$; $p = 0,01$) и общего самочувствия ($R = -0,17$; $p = 0,04$).

Усиление переживания предопределенности событий («Фаталистическое настоящее») сопровождается переживанием целого ряда показателей острого стресса: эмоциональной ($R = 0,16$; $p = 0,05$) и когнитивной напряженности ($R = 0,20$; $p = 0,02$), трудностями в общении ($R = 0,17$; $p = 0,04$) и нарушением поведения ($R = 0,19$; $p = 0,02$).

Таблица

Взаимосвязи показателей временной перспективы и показателей острого стресса (ОС) у менеджеров по продажам

Временные ориентации Показатели ОС	Позитивное прошлое	Негативное прошлое	Фаталистическое настоящее	Гедонистическое настоящее	Будущее
Интегральный показатель ОС	-	0,284**		-	-0,256**
Физиологический дискомфорт	-	-	-	-	-
Когнитивная напряженность	-	0,224**	0,20*	-	-
Эмоциональная напряженность	-0,20*	0,258*	0,16*	-	-0,226**
Трудности в общении	-	0,263**	0,166*	-	-
Нарушения поведения	-	0,319*	0,193*	-	-0,159*
Общее самочувствие	-0,166*	-	-	-0,328**	-0,272**

Примечание: * - уровень значимости корреляции $p \leq 0,05$; ** - уровень значимости корреляций $p \leq 0,01$.

Проведенный линейный множественный регрессионный анализ позволил получить модель для зависимой переменной «Интегральный показатель острого стресса» ($R^2 = 0,18$, $p < 0,000$). В качестве зависимых переменных в данной модели выступили временные ориентации «Негативное прошлое», «Гедонистическое настоящее», «Будущее» (рис. 1).

Уравнение регрессии имеет вид:

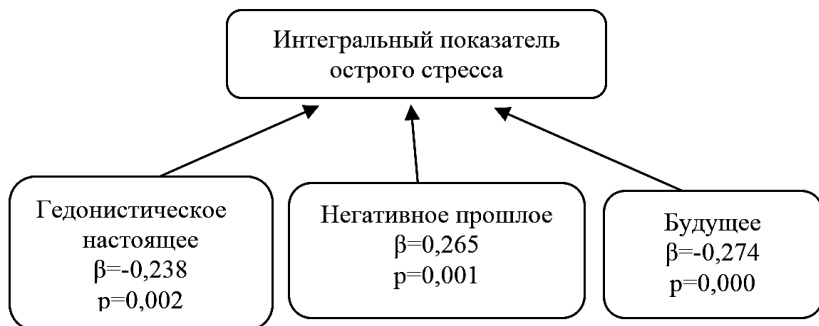


Рис. Временные ориентации как предикторы переживания острого стресса

Уровень переживания острого стресса = $(-3,10) * \text{Гедонистическое настоящее} + (-3,60) * \text{Будущее} + 3,90 * \text{Негативное прошлое} + 49,6$.

Обсуждение. Связь интегрального показателя острого стресса с «Негативным прошлым» и «Будущим» обоснована и может быть проинтерпретирована в рамках описанной в литературе связи временных ориентаций с проявлениями стресса. С другой стороны, переживание острого стресса, характеризующегося краткосрочными сильными стрессовыми воздействиями, когда еще не произошло накопление негативных эффектов, взаимодействует с данными временными ориентациями также, как и интегральный показатель хронического стресса (Широкая, Горбатов; 2022). Можно сделать вывод, что предпочтение временных ориентаций не связано с видом и интенсивностью стрессоров у данных профессионалов.

Выявление временных ориентаций как предикторов переживания острого стресса может быть проинтерпретировано следующим образом. Так, ориентация на негативное прошлое взаимосвязана с низкой самооценкой, являющейся важным ресурсом для преодоления стресса. Негативное прошлое коррелирует также с выбором неадаптивных стратегий преодоления стресса в деятельности, а также, с оценкой самоэффективности как низкой, где последняя является предиктором успешного совладания со стрессом (Леонтьев и Рассказова, 2006).

Снижение ориентации на будущее как предиктора более выраженного переживания острого стресса можно объяснить тем, что позитивная оценка будущего, наличие планов и долгосрочных целей является компонентом устойчивости к угрозам в настоящем (Журавлев, Сергиенко, Тарабрина, Харламенкова, 2016). Кроме этого, временная перспектива, обращенная в будущее, коррелирует с выбором адаптивных стратегий поведения, таких как сохранение самообладания и проблемный анализ (Хачатурова, 2012). Можно предположить, что менеджеры, ориентированные на будущее, менее остро переживают дискретные стрессовые события в

профессиональной деятельности в связи с наличием у них долгосрочного плана и позитивного образа будущего.

Снижение показателя ориентации на гедонистическое настоящее в качестве предиктора к повышению уровня переживания острого стресса можно объяснить тем, что люди, менее ориентированные на получение удовольствия от событий жизни, концентрируются скорее на негативных аспектах настоящего, что влечет за собой более выраженное переживание острого стресса.

Выводы. Хотя нам не удалось выявить достаточное количество менеджеров с выраженным переживанием острого стресса для изучения особенностей временной перспективы в таком неблагоприятном состоянии, нахождение взаимосвязей между данными психологическими показателями и выявленные временные ориентации как предикторы переживания острого стресса – гедонистическое настоящее, негативное прошлое и будущее, позволяет говорить о том, что временные ориентации играют определенную значимую роль в формировании актуального стрессового состояния профессионалов, не перешедшего еще в устойчивую/хроническую форму.

Библиографический список

1. Журавлев А.Л., Сергиенко Е.А., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание. М.: Институт психологии РАН, 2016. 496 с.
2. Зимбардо Ф., Сворд Р., Сворд Р. Время как лекарство. Санкт-Петербург: Издательство «Питер», 2017. 288 с.
3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса: психологическая антропология стресса: монография // М.: Академический проект, 2009. 943 с.
4. Леонова А.Б., Костикова Д. На грани стресса // В мире науки. 2004. № 10. С. 62-72.
5. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
6. Хачатурова М.Р. Личностные ресурсы совладания с организационным конфликтом // Организационная психология. 2012. Т.2, № 3. С. 16-31.
7. Широкая М.Ю., Горбатов М.В. Хронический стресс и временная саморегуляция у менеджеров по продажам. // Национальный психологический журнал. № 4(48). 2022. С. 80-90. <https://doi.10.11621/npj/2022.0408>

ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ КОЭФФИЦИЕНТА ИНТЕЛЛЕКТА С ПРЕДПОЧИТАЕМОЙ СОЦИАЛЬНОЙ СЕТЬЮ У СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА

С. В. Шумакова, К. Г. Маглакелидзе

Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь, Россия

Аннотация: статья посвящена изучению взаимосвязи уровня интеллекта студента-психолога с предпочитаемой им социальной сетью. В ходе исследования были применены тест «Прогрессивные матрицы Равена» и авторский опросник. Для выявления статистически значимых связей использовался критерий Пирсона в SPSS Statistics 22.

Ключевые слова: интеллект, общий уровень интеллекта, социальные сети, студент-психолог.

THE RESEARCH OF RELATIONSHIP BETWEEN THE INTELLIGENCE QUOTIENT WITH THE PREFERRED SOCIAL OF A MODERN PSYCHOLOGY STUDENT

S.V. Shumakova, K.G. Maglakelidze

North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

Abstract: The article is devoted to the study of the relationship between the level of intelligence of a student-psychologist and his preferred social network. During the study, the Raven's Progressive Matrices test and the author's questionnaire were used, to identify statistically significant relationships - the Pearson test in SPSS Statistics 22.

Keywords: intelligence, general level of intelligence, social networks, student-psychologist.

Введение. Проблема интеллектуальных способностей на протяжении долгого времени остается одной из самых дискуссионных. Интеллект – мыслительная способность, умственное начало у человека (Ожегов, 2015). Существует многообразие подходов к определению структуры интеллекта.

Так, по теории, предложенной Говардом Гарднером в 1983 году, предполагается существование нескольких видов интеллекта: лингвистического, математического, музыкального, пространственного, кинестетического, межличностного и интраперсонального (Гарднер, 2007). Все индивидуальные различия в этих видах интеллекта могут объясняться разными сочетаниями генетических, биологических и культурных факторов. Интеллект представляет собой комплекс различных способностей, которые функционируют независимо друг от друга и могут проявляться в разных вариантах. Согласно этой теории, интеллект не должен быть оцениваемым единым показателем, а принимает форму независимых переменных, каждая из которых может быть развита весьма эффективно отдельно от всех остальных.

Согласно теории общего интеллекта Чарльза Спирмена, интеллект может быть описан единственным показателем, который он назвал общей способностью к решению задач, представляющую собой универсальный фактор, лежащий в основе любых форм интеллектуальной деятельности. Спирмен полагал, что человеческая способность к решению различных задач связана с общей умственной способностью, которую назвал общим интеллектом. По мнению ученого, все виды интеллекта имеют общий субстрат (g-фактор). Кроме этого, был выделен специфический фактор (S), который свойственен какому-либо одному виду деятельности и необходим для решения задач в отдельных областях. Это значит, что лингвистические, пространственные, логические и другие виды интеллекта измеряются в рамках общего показателя интеллекта (IQ) (Маснавиева, Панфилов, 2011).

Жан Пиаже предложил теорию, согласно которой существуют стадии интеллектуального развития, а сам процесс состоит из трех периодов: сенсорно-моторного, предоперационного, конкретно-операционного. Также он выделил понятие формальных операций, которые свидетельствуют о достижении человеком высшего уровня мышления и способности к критической оценке окружающего мира, а также решения сложных практических задач (Пиаже, 2023). Однако, данная теория не предусматривает индивидуальные различия в скорости и специфике протекания интеллектуального развития.

Другая концепция интеллекта Р. Стернберга учитывает влияние на интеллект индивидуального опыта и социокультурного контекста, в котором находится личность, и включает в себя три типа интеллекта: аналитический, творческий и практический (Стернберг, 2002). Аналитический интеллект подразумевает умение анализировать информацию и решать задачи с высоким уровнем точности; креативный интеллект – способность к оригинальности мышления и созданию новых решений и идей; практический интеллект – умение эффективно использовать свои знания и навыки. Такая концепция подразумевает, что интеллект есть некая адаптивная способность, имеющая сложную конструкцию.

Психологическая теория интеллекта Раймонда Б. Кэттелла, которая считается одной из самых влиятельных в психологии, предполагает, что интеллект является способностью к абстрактному и конкретному мышлению, пониманию, обучению, принятию решений и решению проблем. Согласно данной теории, интеллект состоит из трех основных компонентов: кинетического интеллекта, связанного с нашими двигательными способностями, координацией и балансом; вербального интеллекта, включающего способность использовать язык для коммуникации и решения проблем, и интеллекта, отвечающего за зрительное восприятие, визуальное мышление и генерацию идей (Кэттелл, 2007). Кэттелл предполагал, что существует множество факторов, которые могут влиять на интеллект

туальные способности человека и формирование его способности к мышлению.

Таким образом, интеллект является одной из главных характеристик личности, совокупностью способностей человека, которая включает в себя знания, умения, анализ, критическое мышление, решение проблем и последовательное мышление. Все теории интеллекта отражают сложность и многообразие этого понятия, которое до сих пор не может быть однозначно определено. Однако все они являются попытками понимания и объяснения того, как устроен данный психологический феномен. Исследования интеллекта и личности особенно важны в контексте образования и профессионального роста. Они позволяют выявлять интеллектуальные и личностные особенности студентов, что может помочь в создании наиболее оптимальных условий обучения и труда.

В связи с тем, что современный студент неразрывно связан с виртуальным пространством, исследование взаимосвязи интеллекта и социальной сети, в которой он проводит время, становится актуальным. По данным We Are Social, за десятилетие количество пользователей соцсетей увеличилось в 3,1 раза (на 12%) – в 2012 году их число составляло 1,48 млрд, а общее экранное время пользователя на 2022 год составляет почти семь часов в день, из которых около 3 часов тратится на социальные сети (Global Digital, 2022). В России с октября 2022 года одними из самых популярных платформ стали ВКонтакте и Telegram (Социальные... 2022).

ВКонтакте – это социальная сеть, созданная в России в 2006 году, одной из основных особенностей которой является возможность создания групп и сообществ, в которых люди с общими интересами могут общаться между собой и делиться информацией. Благодаря этому, ВКонтакте стал не только популярной социальной сетью, но и площадкой для продвижения товаров и услуг. Многие компании и бренды создают свои группы и страницы в этой социальной сети, чтобы привлечь новых клиентов и увеличить свою аудиторию, используя таргетированную рекламу по различным параметрам, например, по полу, возрасту, местоположению, интересам и другим факторам. Важность для ВКонтакте также представляет SEO (Search Engine Optimization) – это оптимизация сайта или страницы с целью повышения ее позиций в результатах поиска. Но в случае социальных сетей, таких как ВКонтакте, SEO имеет другую цель – помочь пользователям быстрее найти нужное сообщество или группу. Таким образом, ВКонтакте – это не только популярная социальная сеть, но и мощный инструмент для продвижения продуктов и услуг.

Telegram – это мессенджер, который обеспечивает безопасность обмена информацией между пользователями. Приложение Telegram и его боты позволяют отправлять текстовые сообщения, аудио и видеофайлы, фото, а также проводить голосовые и видеозвонки. Стоит отметить, что с помощью

Telegram можно создавать группы и каналы, чтобы делиться информацией с большим количеством пользователей. Одной из самых важных особенностей Telegram является его безопасность. С помощью протокола шифрования TLS/SSL, который используется для защиты передаваемых данных, Telegram гарантирует конфиденциальность разговоров (Telegram... 2023). Кроме того, приложение позволяет создавать диалоги с самоуничтожающимися сообщениями, чтобы информация не могла быть доступна даже после завершения взаимодействия между пользователями. Также Telegram позволяет создавать ботов, автоматизирующих выполнение задач. Боты могут выполнять множество функций: отправлять сообщения, делать запросы к серверам, проводить опросы и многое другое.

Методы. В своем исследовании мы поставили цель изучить взаимосвязь между коэффициентом интеллекта и предпочитаемой социальной сетью у студентов-психологов. Респондентам был предложен тест «Прогрессивные матрицы Равена», с помощью которого определялся уровень интеллектуального развития, авторский опросник, направленный на выявление предпочитаемой социальной сети (Telegram и ВКонтакте). В исследовании приняли участие 93 студента (юношей-51, девушек-42), средний возраст которых составил 20,3. Статистическая обработка данных осуществлялась при помощи метода корреляционного анализа (коэффициента линейной корреляции К. Пирсона) с применением SPSS Statistics 22.

Результаты. Обсуждение. Полученная отрицательная корреляционная связь между уровнем интеллекта и предпочитаемой социальной сетью ($r = -0,232$; $p < 0,05$) позволяет предположить, что существует взаимосвязь между этими показателями, а именно, студенты с более высоким уровнем интеллекта отдают свое предпочтение социальной сети Telegram (Таблица).

Таблица

Корреляционная матрица показателей уровня интеллекта и показателей предпочитаемой социальной сети

		Уровень интеллекта	Предпочитаемая социальная сеть
Уровень интеллекта	Корреляция Пирсона	1	-,232*
	Знач. (двухсторонняя)		,025
	N	93	93
Предпочитаемая социальная сеть	Корреляция Пирсона	-,232*	1
	Знач. (двухсторонняя)	,025	
	N	93	93

*Примечание:***Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). *Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Таким образом, Telegram обеспечивает высокий уровень безопасности и конфиденциальности пользователей и является предпочитаемой платформой для студентов с более высоким уровнем интеллекта в исследуемой выборке. Студенты отдают предпочтение платформе, предоставляющей возможности продуктивного общения, сортировки сообщений по группам, способствуя структурированию информации.

Выводы. Выбор предпочитаемой социальной сети может быть детерминирован не только интеллектуальными способностями студента, но социальным контекстом и личностными феноменами. В связи с этим, данное исследование не может утверждать, что коэффициент интеллекта напрямую определяет, в какой социальной сети студент будет проводить время, и не может свидетельствовать об интеллектуальных способностях пользователей платформ, однако может являться основой для дальнейшего изучения данной проблематики.

Библиографический список

1. Гарднер Г. Рамки ума: теория множественного интеллекта: [юбилейное издание с новым предисловием автора]. М., 2007. С. 180.
2. Маснабиева Н.А, Панфилов А.Н. Взаимосвязь уровня интеллекта и успешности студентов в обучении // Международный журнал экспериментального образования. 2011. № 8. С. 64.
3. Кэттелл Р.Б. Психология индивидуальности. Факторные теории личности. СПб.: Изд-во «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2007. С. 118-122.
4. Пиаже Ж.: Психология интеллекта: СПб, 2003. С. 7-16.
5. Стернберг Р. Практический интеллект [Под общ. ред. Роберта Стернберга]. СПб., 2002. С. 24-25.
6. Толковый словарь русского языка: 100000 слов, терминов и выражений/ Сергей Иванович Ожегов [под общ. ред. Л. И. Скворцова] - 28-е изд. М.: Изд-во «Мир И образование», 2015. 342 с.
7. Global Digital 2022: вышел ежегодный отчет об интернете и социальных сетях — главные цифры [Электронный ресурс]// URL: <https://www.sostav.ru/publication/we-are-social-i-hootsuite-52472.html> (дата обращения 17.04.2023)
8. Telegram FAQ [Электронный ресурс]// URL: <https://telegram.org/faq> (дата обращения 14.04.2023)
9. Социальные сети в России: цифры и тренды, осень 2022 [Электронный ресурс] // URL <https://br-analytics.ru/blog/social-media-russia-2022/> (дата обращения 20.04.2022)

СЕКЦИЯ 3
**ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА
В СИТУАЦИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ**

**УРОВЕНЬ ТОЛЕРАНТНОСТИ ЛИЧНОСТИ
КАК РЕГУЛЯТОРНЫЙ ФАКТОР РАЦИОНАЛЬНОГО
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ**

З.А. Абидова

Национальный университет Узбекистана, г. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. В статье изучается взаимосвязь толерантности с копинг-стратегией личности. Проводится сравнительный анализ саморегуляции и совладающее поведение школьников в зависимости от уровня их личностной толерантности. На основе анализа результатов исследования делается вывод, что уровень толерантности коррелирует с продуктивной копинг-стратегией личности.

Ключевые слова: толерантность, копинг-стратегия, саморегуляция, совладающее поведение.

**THE LEVEL OF TOLERANCE OF THE INDIVIDUAL
AS A REGULATORY FACTOR OF RATIONAL COPING BEHAVIOR**

Z.A. Abidova

National University of Uzbekistan, Tashkent, Uzbekistan

Abstract. This article examines the relationship of tolerance with the coping strategy of the individual. A comparative analysis of self-regulation and coping behavior of schoolchildren is carried out, depending on the level of their personal tolerance. Based on the analysis of the results of the study, it is concluded that the level of tolerance correlates with the productive coping strategy of the individual.

Keywords: tolerance, coping strategy, self-regulation, coping behavior.

Введение. В период глобализации и информационного процесса толерантность стала одной из наиболее актуальных социально-психологических и гуманистических проблем в современном мире. В настоящее время социальное развитие предполагает толерантность как важную нравственную норму, которая должна стать основным и необходимым фактором понимания, принятия индивидуальности каждого человека, особенностей различных форм становления микро- и макросоциума для успешного развития человечества. В связи с политическими и социальными процессами, происходящими в мире, в частности, широкомасштабной миграцией и переселением

населения, на сегодняшний день становится ясным, насколько важное и актуальное значение приобретает толерантность в жизни общества.

Мирное сосуществование людей в различных общностях в настоящее время стало приоритетной проблемой. От выбора личности той или иной формы реагирования в стрессорных ситуациях зависит как благополучие самой личности, так и общества в целом. Методы, которые используются для справления с жизненными трудностями и стрессом, могут быть позитивными или негативными. Как правило, позитивными методами является совладающее поведение, которое позволяет, используя позитивные мысли, физическую активность, медитацию и другие стратегии, благоприятное разрешение конфликтной ситуации.

Совладающее поведение – это способность справляться с трудностями и с стрессом без использования вредных или негативных методов. Это поведение, направленное на сотрудничество, помощь и поддержку других людей. Обычно люди, проявляющие совладающее поведение, стремятся к общему благу, учитывают интересы других и готовы искать компромиссы.

Учитывая вышеизложенное, изучение факторов, влияющих на выбор рационального совладающего поведения, на сегодняшний день актуально. С этой целью мы решили провести сравнительный анализ саморегуляции и совладающего поведения школьников в зависимости от уровня их личностной толерантности.

Методы. В исследовании участвовало 154 учеников средних классов (7-8 класс) среднеобразовательной школы. Среди них проводилась диагностика уровня толерантности с помощью авторской методики «Самоопределение уровня толерантности». Данная методика даёт возможность определить уровень толерантности личности, с её помощью можно оценить эмоциональный, когнитивный и поведенческие компоненты толерантности. Данные компоненты, в свою очередь, имеют статические и динамические свойства по шкалам «Я – для себя», «Я – для окружающих» и «Идеальное Я». Методика применяется как для самооценки уровня личностной толерантности, так и для осуществления мониторинга эффективности осуществляемых программ по развитию толерантности (Абидова, 2017). Исследование копинг-стратегий осуществлялось с помощью методики «Определение индивидуальных копинг-стратегий» Э.Хайма. Данная методика позволяет исследовать 26 ситуационно специфических вариантов копинга, распределенных в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности на когнитивный, эмоциональный и поведенческий копинг-механизмы. Методика адаптирована под руководством профессора Л.И. Вассермана (Вассерман, Абаков, Трофимова, 2010).

По результатам самооценки уровня толерантности участники исследования были разделены на две группы: участники с высоким уровнем толерантности – 53 человек (34%) и участники с низким уровнем толерантности –

101 человек (66%). Далее полученные результаты с помощью методики определения индивидуальных копинг-стратегий сравнивались между этими двумя группами. Для проверки формы распределения полученной выборки был применён тест Колмогорова-Смирнова, значение которого во многих параметрах оказалось $p < 0,05$. Учитывая то, что переменные отклоняются от нормального распределения, для анализа применялись непараметрические тесты: сравнения результатов двух групп между собой осуществлялись с помощью U-тест Манна-Уитни, а корреляционный анализ проводился с помощью коэффициента корреляции рангов Спирмена r_s .

Результаты. Полученные результаты первичной обработки данных двух исследуемых групп по методике «Определение индивидуальных копинг-стратегий» представлены в нижеследующей таблице (таблица).

Таблица

Копинг -стратегии среди участников
с высоким и низким уровнем толерантности

Копинг-стратегии		Высокий уровень толерантности (n=53)	Низкий уровень толерантности (n=101)
Когнитивные копинг-стратегии	Продуктивная копинг-стратегия	24 (45,3%)	5 (5%)
	Относительно продуктивная копинг-стратегия	26 (49,1%)	57 (56,4%)
	Непродуктивная копинг-стратегия	3 (5,7%)	39 (38,6%)
Эмоциональные копинг-стратегии	Продуктивная копинг-стратегия	32 (60,4%)	28 (27,7%)
	Относительно продуктивная копинг-стратегия	3 (5,7%)	18 (17,8%)
	Непродуктивная копинг-стратегия	18 (34%)	55 (54,5%)
Поведенческие копинг-стратегии	Продуктивная копинг-стратегия	19 (35,8%)	3 (3%)
	Относительно продуктивная копинг-стратегия	27 (50,9%)	57 (56,4%)
	Непродуктивная копинг-стратегия	7 (13,2%)	41 (40,6%)

Как видно по таблице, когнитивные копинг-стратегии среди участников с высоким уровнем толерантности у 45,3% наблюдаются продуктивные копинг-стратегии, у 49,1% – относительно продуктивные и у 5,7% – непродуктивные копинг-стратегии. Тогда как среди участников с низким уровнем толерантности продуктивные копинг-стратегии – у 5%, относительно продуктивные копинг-стратегии – у 56,4% и непродуктивные копинг-стратегии – у 38,6%. Анализ вторичной обработки данных с помощью U-тест Манна-Уитни показало, что разница между участниками с высоким и низким уровнем толерантности по когнитивным копинг-стратегиям значимая ($U = 1175,5; p < 0,01$).

Эмоциональные копинг-стратегии среди участников с высоким уровнем толерантности у 60,4% – продуктивные, у 5,7% – относительно продуктивные и у 34% – непродуктивные. А среди участников с низким уровнем

толерантности продуктивные копинг-стратегии – у 27,7%, относительно продуктивные – у 17,8% и непродуктивные копинг-стратегии – у 54,5%. Анализ вторичной обработки данных также показало, что разница между участниками с высоким и низким уровнем толерантности по эмоциональным копинг-стратегиям значимая ($U = 1882,0$; $p < 0,01$).

Поведенческие копинг-стратегии среди участников с высоким уровнем толерантности наблюдаются у 35,8% – продуктивные, у 50,9% – относительно продуктивные, а непродуктивные копинг-стратегии – у 13,2%. Тогда как, среди участников с низким уровнем толерантности наблюдаются у 3% – продуктивные копинг-стратегии, у 56,4% – относительно продуктивные и непродуктивные копинг-стратегии – у 40,6%. Анализ вторичной обработки данных показал, что разница между участниками с высоким и низким уровнем толерантности по поведенческим копинг-стратегиям также значимая ($U = 144,5$; $p < 0,01$).

Результат анализа установления наличия связи уровня толерантности и продуктивной копинг-стратегии с помощью коэффициента корреляции рангов Спирмена r_s показал наличие значимой корреляционной зависимости между уровнем толерантности и копинг-стратегией. Чем выше уровень толерантности, тем больше применяются продуктивные когнитивные копинг-стратегии $r_s = -0,444$; $p < 0,01$; Также тем выше уровень толерантности, тем больше применяются продуктивные эмоциональные копинг-стратегии $r_s = 0,260$; $p < 0,01$; Также тем выше уровень толерантности, тем больше применяются продуктивные поведенческие копинг-стратегии $r_s = -0,428$; $p < 0,01$.

Обсуждение. Среди участников с высоким уровнем толерантности в стрессорных ситуациях высокая вероятность более продуктивных форм реагирования. Данные школьники больше применяют продуктивные копинг-стратегии, которые помогают быстро и успешно совладать со стрессом. Среди участников с низким уровнем толерантности высока вероятность менее продуктивных форм реагирования, так как они больше предпочитают применение относительно продуктивных или непродуктивных стратегий, которые не устраняют стрессовое состояние, а напротив, способствуют его усилению. По методам саморегуляции и совладающего поведения школьники с высоким и низким уровнем личностной толерантности статистически значимо отличаются друг от друга. Также существует значимая корреляционная зависимость между уровнем толерантности и копинг-стратегией. Чем выше уровень толерантности, тем больше применяются продуктивные когнитивные, эмоциональные и поведенческие копинг-стратегии.

Выводы. Сравнительный анализ саморегуляции и совладающее поведение школьников в зависимости от уровня их личностной толерантности показал наличие положительной корреляционной взаимосвязи уровня толерантности с продуктивной копинг-стратегией личности. На основе полученных

данных можно выдвинуть гипотезу о регуляторном предикторе состояния толерантности на рациональное совладающее поведение, то есть более продуктивную форму реагирования в стрессорных ситуациях личности.

Библиографический список

1. Абидова З.А. Авторское описание методики «Самоопределение уровня толерантности»// Деп. в ГУП «Intellect Expert» 29.04.2016, № 000184. Ташкент, 2016. 4 с.

2. Вассерман Л. И., Абаков В. А., Трофимова Е. А. Совладание со стрессом. Теория и психодиагностика. СПб.: Речь, 2010. 192 с.

САМООТНОШЕНИЕ И ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА ВЗРОС- ЛЫХ ЛЮДЕЙ С ОВЗ В АСПЕКТЕ АДАПТАЦИИ

Т.Н. Адеева

Костромской государственной университет, г. Кострома, Россия

Аннотация. Статья посвящена проблеме социально-психологической адаптации взрослых с ограниченными возможностями здоровья. Одним из параметров социально-психологической адаптации личности является успешность самоопределения личности в социальной среде, которая может быть отражена в таких показателях, как принятие себя и других, ответственность, интернальность. Ограниченные возможности здоровья часто рассматриваются как условия, определяющие специфику личностного развития, трудности формирования личностной идентичности. Самоотношение является значимым фактором социально-психологической адаптации личности, поскольку оно во многом обуславливает стиль взаимодействия человека с миром, с социумом, варианты поведения. Цель работы – определить особенности самоотношения и индивидуально-типологических качеств взрослых с дефицитарным вариантом дизонтогенеза и связь данных феноменов с параметрами адаптации. Самоотношение взрослых с дефицитарным развитием характеризуется недостаточной уверенностью в себе, отсутствием ожидания позитивного отношения к себе в социуме, недостаточностью самопонимания. Выраженность индивидуально-типологических свойств людей разных групп свидетельствует о наличии акцентуированных черт. В группе людей с нарушениями функций ОДА и нарушениями зрения можно предположить наличие внутриличностного конфликта. Такие показатели адаптации как «принятие себя» и «внутренний контроль» практически во всех группах респондентов имеют завышенные значения, что может носить компенсаторный характер. Наличие корреляционных связей между показателями адаптации, такими параметрами самоотношения, как «ожидаемое отношение других», «самоуверенность», «самопонимание» и такими индивидуально-типологическими свойствами, как экстраверсия, интроверсия, лабильность, сензитивность, тревожность расценивается как фактор риска дезадаптации.

Ключевые слова: взрослые, самоотношение, индивидуально-типологические свойства, адаптация, нарушения функций опорно-двигательного аппарата, тяжелые нарушения речи

SELF-RELATION AND INWARD DISORDER PATTERN AMONG ADULTS WITH DISABILITIES AS FACTORS OF ADAPTATION

T.N. Adeeva

Kostroma State University, Kostroma, Russia

Abstract. The problems of socio-psychological adaptation is the main article topic. One of the parameters of socio-psychological person adaptation is the success of person self-determination in a social environment. Its indicators are: acceptance of oneself and others, responsibility, internality. Disability is considered as a condition that determines the personal development specifics, difficulties in the formation of personal identity. Self-attitude is a significant factor of the individual socio-psychological adaptation. It largely determines the style of a person's interaction with the world, with society, and behavioral options. The work aim is to determine the features of adults self-attitude and individual typological qualities with disabilities and the relationship of these phenomena with adaptation parameters. The adults self-attitude with deficient development is characterized by insufficient self-confidence, expectation of a negative attitude towards themselves in society, lack of self-understanding. The severity of people individual typological properties of different groups indicates the presence of accentuated features. An intrapersonal conflict has been identified in a group of people with mobility disabilities and visual disorders. Such adaptation indicators as "self-acceptance" and "internal control" have inflated values in almost all groups of respondents. The presence of correlations between adaptation indicators, self-attitude parameters "expected attitude of others", "self-confidence", "self-understanding" and such individual typological properties as extraversion, introversion, lability, sensitivity, anxiety is regarded as a risk factor for maladaptation.

Keywords: self-relation, adaptation, mobility disabilities, severe speech disorders, hearing disorders, visual disorders.

Введение. Обращение к проблеме социально-психологической адаптации людей с ограниченными возможностями здоровья связано с поиском наиболее значимых для данного процесса факторов.

Среди индивидуально-личностных факторов, значимых для социально-психологической адаптации, в различных исследованиях называют индивидуально-психологические особенности, специфику Я-концепции, самоотношения, самооценки людей с ОВЗ. Самоотношение во многом определяет отношение к миру и людям, способы саморегуляции и регуляции деятельности, особенности самоотношения будут иметь значение в процессе социально-психологической адаптации (Столин, 1983). Напомним, что условия дизонтогенеза обуславливают специфику развития личности. Многие авторы обращают внимание на проблемы формирования самооценки и различных компонентов Я-концепции (Bonaccio et al., 2020; Vjorgaas, Elgen, 2021). В ряде работ подчеркиваются трудности становления личностной идентичности, позитивного самоотношения (Shefaly, Esperanza, 2020). Определены некоторые индивидуально-личностные особенности,

связанные с совладающим поведением и формированием аддикций (Попова, 2015). Однако специфика личностного развития людей с ОВЗ изучалась преимущественно на этапе подросткового возраста. Исследование личностных особенностей, самооношения взрослых с ОВЗ и их связи с адаптацией имеет фрагментарный характер.

Цель работы – определить особенности самооношения и индивидуально-типологических качеств взрослых с ограниченными возможностями здоровья и связь данных феноменов с параметрами адаптации. Выборку исследования составили 75 человек: 24 человека с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата (ДЦП), 19 человек с тяжелыми нарушениями речи (ТНР), 20 человек с нарушениями зрения (НЗ), 12 человек с нарушениями слуха (НС), средний возраст 34 года. Использованы методики: «Методика диагностики социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптация А.К. Осницкого), Индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик (1995), Тест-опросник самооношения В.В. Столина, С.Р. Панталева (1985). Статистическая обработка проводилась с использованием программы 10.0 Statistica; вычислялся коэффициент корреляции r_s Спирмена, для определения различий между группами респондентов применялся Н-критерий Краскела — Уоллиса.

Результаты исследования. Параметры самооношения в группах взрослых с ОВЗ имеют следующие особенности.

Таблица 1

Средние значения показателей самооношения в группах взрослых с ОВЗ

Параметр самооношения	М (SD)			
	ОДА	ТНР	НЗ	НС
Глобальное самооношение	14,65 (4,06)	16,05 (4,33)	16,95 (3,63) **	18,63 (3,88) **
Самоуважение	8,26 (2,19)	9,26 (2,92)	9,70 (3,14)	10,63 (3,13) **
Аутосимпатия	8,13 (2,58)	8,57 (2,31)	8,80 (1,23)	9,27 (2,00)
Ожидаемое отношение других	8,95 (2,47) *	9,05 (1,87) *	10,10 (1,61) *	10,54 (1,12) *
Самоинтерес	5,60 (1,72)	5,73 (1,32)	5,65 (1,08)	7,00 (0,77) **
Самоуверенность	3,91 (1,23) *	4,63 (1,27) *	5,65 (1,22)	4,72 (1,55)
Отношение других	5,08 (1,27) *	5,31 (0,94) *	5,90 (0,64) *	6,00 (1,79) *
Самопринятие	4,82 (1,46)	4,63 (1,42)	5,40 (1,09)	5,45 (1,12)
Самопоследовательность	4,52 (1,16)	4,52 (0,90)	4,25 (1,06)	5,00 (0,89) **
Самообвинение	3,00 (1,59) *	3,21 (1,54) *	2,45 (1,50) *	3,18 (1,25) *
Самоинтерес	4,82 (1,92)	5,00 (1,69)	5,05 (1,23)	6,18 (1,07) **
Самопонимание	2,56 (1,32) *	2,68 (1,37) *	2,95 (1,60) *	2,90 (1,30) *

Примечание: Значения ** – очень высокая выраженность параметра. Значения * – очень низкая выраженность параметра

Выявлена статистически значимая разница в выраженности параметров самоинтереса ($N = 10,30$, $p \leq 0,016$) и самоуверенности ($N = 15,30$, $p \leq 0,001$) у разных групп респондентов.

Таблица 2

Средние значения показателей индивидуально-типологических свойств взрослых с ОВЗ

Индивидуально-типологическое свойство	M (SD)			
	ОДА	ТНР	НЗ	НС
Аггравация	2,25 (2,04)	0,83 (0,98)	2,95 (2,81)	1,09 (1,37)
Экстраверсия	5,95 (2,29) *	3,16 (3,18)	5,95 (2,50) *	5,36 (1,41) *
Спонтанность	4,62 (1,46)	4,66 (1,50)	5,25 (1,77) *	5,90 (2,58) *
Агрессивность	3,87 (1,29)	4,00 (1,41)	5,30 (1,78) *	4,27 (1,95)
Ригидность	4,75 (1,48)	4,50 (0,54)	6,00 (1,16) *	4,90 (2,25)
Интроверсия	5,08 (1,74) *	6,00 (2,60) *	4,75 (1,88)	4,36 (1,56)
Сензитивность	4,95 (2,07)	5,66 (1,21) *	5,05 (2,11) *	5,36 (2,54) *
Тревожность	5,12 (1,87) *	5,50 (1,37) *	4,95 (1,95)	4,90 (2,25)
Лабильность	4,29 (1,45)	5,00 (1,78) *	5,20 (1,96) *	4,72 (1,27)

Примечание: Значения * – акцентуированные черты

Статистически значимая разница между обозначенными группами взрослых определена по свойствам ригидности ($N = 9,53$, $p \leq 0,023$) и агрессивности ($N = 7,82$, $p \leq 0,05$).

Ряд показателей социально-психологической адаптации взрослых с различными вариантами дизонтогенеза находится вне диапазона средних значений. Статистически значимая разница между респондентами разных групп выявлена по параметрам адаптивности ($N = 7,96$, $p \leq 0,047$), эмоционального комфорта ($N = 7,73$, $p \leq 0,05$), принятия других ($N = 12,60$, $p \leq 0,006$), интернальности ($N = 8,16$, $p \leq 0,043$).

Выявлены корреляционные связи показателей адаптации, самооотношения и индивидуально-типологических черт ($p < 0,05$).

Общим для людей с НЗ, ТНР, нарушениями функций ОДА являются прямые связи показателей «адаптации» (НЗ $r = 0,45$, ТНР $r = 0,48$, ОДА $r = 0,44$) и «эмоционального комфорта» (НЗ $r = 0,48$, ТНР $r = 0,52$) с параметром «ожидаемое отношение других».

В группе людей с НЗ эмоциональный комфорт имеет отрицательные связи с «сензитивностью» ($r = 0,51$), «лабильностью» ($r = 0,45$), «тревожностью» ($r = 0,48$).

В группе людей с ТНР показатели «адаптация» ($r = 0,70$), «самопринятие» ($r = 0,73$), «эмоциональный комфорт» ($r = 0,48$) и «интернальность» ($r = 0,64$) связаны с «самоуважением». Параметры «адаптация», «самопринятие», «интернальность» имеют отрицательные связи с «ригидностью» ($r = -0,88$), «агрессивностью» ($r = -0,81$), «тревожностью» ($r = -0,92$).

Таблица 3

Показатели социально-психологической адаптации
в группах взрослых с ОВЗ

Показатель адаптации	ОДА М (SD)	ТНР М (SD)	НС М (SD)	НЗ М (SD)	Нормативные показатели по методике
Адаптивность	135,04 (21,27)	129,47 (20,46)	133,54 (14,11)	145,25 (15,34)	68-136
Принятие себя	44,75 (9,68)	44,63 (7,79)	43,00 (5,47)	45,70 (5,87)	22-42
Непринятие себя	16,33 (7,48)	13,89 (10,01)	13,27 (7,96)	10,37 (7,24)	14-28
Принятие других	24,83 (4,89)	21,57 (5,84)	24,81 (3,84)	27,75 (3,93)	12-24
Внутренний контроль	51,00 (8,80)	48,94 (9,31)	51,09 (7,36)	55,45 (5,39)	26-52
Внешний контроль	21,00 (9,58)	17,94 (11,94)	15,63 (9,95)	13,40 (8,89)	18-36

В группе людей с нарушениями функций ОДА «адаптация» ($r = 0,47$), «самопринятие» ($r = 0,52$), «принятие других» ($r = 0,51$) связаны со способностью личности к «самоуправлению». Перечисленные показатели адаптации ($r = 0,50$) и «эмоциональный комфорт» ($r = 0,43$) связаны с параметром «самообвинения». В данной группе параметры адаптации имеют корреляции с «агрессивностью» ($r = -0,58$), «ригидностью» ($r = -0,47$), «интроверсией» ($r = 0,41$), «тревожностью» ($r = 0,50$).

В группе людей с НС «стремление к доминированию» связано с параметрами «ожидаемое отношение других» ($r = 0,88$) и «самопринятие» ($r = 0,65$). Он же имеет положительные связи с «агрессивностью» ($r = 0,62$) и «ригидностью» ($r = 0,77$). Все показатели адаптации в группе людей с НС имеют отрицательные связи с «агрессивностью» ($r = -0,77$).

Обсуждение результатов. В структуре самооценки во всех группах респондентов низкие значения имеют параметры «ожидаемое отношение других», «самопонимание». Взрослые с ОВЗ не уверены в своей значимости для других, ожидают негативные отношения со стороны окружающих, демонстрируют трудности осознания собственных целей, мотивов поведения. В группе людей с НС наблюдается конфликтная картина самооценки.

В каждой группе видим специфическое сочетание выраженности индивидуально-типологических черт. Разнонаправленные тенденции, свидетельствующие о значительной эмоциональной напряженности и внутреннем конфликте, присутствуют в трех группах. У респондентов с нарушениями функций ОДА, нарушениями зрения и нарушениями слуха выражено стремление к активности, взаимодействию, к проявлению лидерских качеств с некоторой долей эгоцентризма, агрессии и педантизма и тенденция к уединению, конформизму, мнительности, недоверчивости. Выраженность показателей социально-психологической адаптации говорит о высоком внутреннем напряжении личности для достижения адаптации.

Корреляционный анализ позволяет определить, что адаптационные возможности взрослых с ОВЗ связаны с верой в себя и свои способности, с самостоятельностью, с наличием устойчивой мотивации, со снижением чувствительности, зависимости от других, с избавлением от проявлений аггравации, от излишней подозрительности, педантизма, эгоцентризма, субъективизма. Однако наличие корреляций между адаптацией с индивидуально-типологическими чертами в группах людей с НЗ, нарушениями функций ОДА, людей с ТНР может расцениваться как фактор риска дезадаптации, поскольку практически все указанные свойства имеют степень выраженности, свидетельствующую об акцентуированности черт. Вызывают опасения корреляции между показателями адаптации и параметром «ожидаемое отношение других».

Параметр «самоуважения» находится на уровне средних значений в группе людей с ТНР. Корреляционные связи показателей адаптации и самоотношения в данном аспекте выглядят достаточно позитивно.

Только в группе людей с нарушениями функций ОДА показатели адаптации связаны с «самообвинением». С осторожностью предположим, что при двигательных нарушениях, обуславливающих проблемы физического и психического развития и имеющих явные внешние проявления, напоминание человека самому себе об отсутствии своей вины в этом является фактором сохранения внутренней стабильности.

Выводы. Самоотношение взрослых с дефицитарным типом дизонтогенеза характеризуется отсутствием ожидания позитивного отношения к себе в социуме, недостаточностью самопонимания.

Сочетания индивидуально-типологических свойств в разных группах респондентов свидетельствует о наличии акцентуированных черт и внутриличностного конфликта.

Некоторые показатели адаптации во всех группах респондентов имеют завышенные значения, что может носить компенсаторный характер.

Наличие корреляционных связей между некоторыми показателями адаптации, параметрами самоотношения и индивидуально-типологическими свойствами расценивается как фактор риска дезадаптации.

Библиографический список

1. Попова Т. М. Индивидуально-психологические предпосылки аддиктивного поведения у лиц с ограниченными возможностями здоровья // Казанский педагогический журнал. 2015. № 4-2. С. 407-411. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/individualno-psihologicheskie-predposylki-addiktivnogo-povedeniya-u-lits-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-1> (дата обращения: 08.05.2023).
2. Bjorgaas H. M. Elgen I. B. Trajectories of psychiatric disorders in a cohort of children with cerebral palsy across four years // Disability and Health Journal. 2021, Vol. 14, № 1. Article 100992. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.100992>

3. Bonaccio, S., Connelly, C. E., Gellatly, I. R. et al. The Participation of People with Disabilities in the Workplace Across the Employment Cycle: Employer Concerns and Research Evidence // Journal of Business and Psychology. 2020. Vol. 35, P. 135–158. <https://doi.org/10.1007/s10869-018-9602-5>

4. Shefaly Sh., Esperanza D. The lived experiences of children and adolescents with non-communicable disease: A systematic review of qualitative studies // Journal of Pediatric Nursing. 2020. Vol. 51, P. 75-84. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.12.013>

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И БАЗИСНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ КАК ОТРАЖЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ В СИСТЕМЕ «ЧЕЛОВЕК-МИР»

И.В. Атаманова, Т.Е. Левицкая, И.А. Филенко, С.А. Богомаз

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Аннотация. Рассматривается проблема психологического здоровья современной молодежи в контексте изучения жизнестойкости и базисных убеждений личности и во взаимосвязи с факторами социального стресса. Исследование проводилось в конце сентября – начале октября 2022 года.

Методы исследования: опросник «Спектр психологического здоровья» (МНС-SF, Спектр ПЗ), Тест жизнестойкости (С. Мадди, модифицированный Е.Н. Осиним), Шкала базисных убеждений (ШБУ, Р. Янофф-Бульман в адаптации О.А. Кравцовой). Выборка исследования включала молодых людей г. Томска в возрасте от 20 до 35 лет ($n = 224$), средний возраст $22,3 \pm 2,57$ года, 45,5% юношей. Использовался корреляционный и регрессионный анализ.

Результаты исследования. Осуществлена оценка степени выраженности показателей психологического здоровья, жизнестойкости и базисных убеждений молодежи в условиях социального стресса. Наибольшие значения статистически значимых коэффициентов корреляция наблюдаются между индексом психологического здоровья, с одной стороны, и жизнестойкостью ($r = 0,595$), ценностью собственного «Я» ($r = 0,413$), благожелательностью мира ($r = 0,396$) и справедливостью мира ($r = 0,370$), с другой. Регрессионный анализ показал, что наиболее важными предикторами психологического здоровья молодежи являются: жизнестойкость ($\beta = 0,432$, $p = 0,000$), справедливость мира ($\beta = 0,227$, $p = 0,000$), благожелательность мира ($\beta = 0,182$, $p = 0,001$) и ценность собственного «Я» ($\beta = 0,153$, $p = 0,007$).

Сравнение полученных результатов с данными предыдущих исследований, проведенных в 2009 и 2018 гг., позволяет сделать вывод о том, что у современной молодежи имеются стабильные личностные ресурсы по критериям психологического здоровья, жизнестойкости, убежденности в ценности собственного «Я» и удалчивости. Однако особенности современной социальной ситуации нашли свое отражение в изменении отдельных базисных убеждений: благожелательность мира и справедливость мира снижаются, а самоконтроль повышается.

Ключевые слова: психологическое здоровье, базисные убеждения, жизнестойкость.

YOUNG ADULTS' PSYCHOLOGICAL HEALTH AND WORLD ASSUMPTIONS AS A REFLECTION OF INTERRELATIONSHIPS IN THE "MAN-WORLD" SYSTEM

I.V. Atamanova, T.Ye. Levitskaya, I.A. Filenko, S.A. Bogomaz

Tomsk State University, Tomsk, Russia

Abstract. The problem of psychological health of modern youth is considered in the context of studying their hardiness and world assumptions in relation to the factors of social stress. The study was conducted in late September – early October 2022.

Research methods: The Mental Health Continuum questionnaire (MHC-SF); S. Maddi's Hardiness Test, modified by E.N. Osin; R. Janoff-Bulman's World Assumption Scale (WAS, adapted by O.A. Kravtsova). The study sample included young adults from Tomsk aged from 20 to 35 years ($n = 224$), the mean age was 22.3 ± 2.57 years, young men were 45.5% of the sample. Correlation and regression analyses were applied.

The study results. The levels of psychological health, hardiness and world assumptions in young adults under social stress were evaluated. The highest values of statistically significant correlation coefficients were observed between the psychological health index, on the one hand, and hardiness ($r = 0.595$), self-worth ($r = 0.413$), benevolence ($r = 0.396$) and justice ($r = 0.370$), on the other. Regression analysis showed that the most important predictors of psychological health in young adults are: hardiness ($\beta = 0.432$, $p = 0.000$), justice ($\beta = 0.227$, $p = 0.000$), benevolence ($\beta = 0.182$, $p = 0.001$) and self-worth ($\beta = 0.153$, $p = 0.007$).

A comparison of the results obtained with the data of our previous studies conducted in 2009 and 2018 allows us to conclude that modern youth have stable personal resources in terms of psychological health, hardiness, self-worth and luckiness. However, peculiarities of the current social situation are reflected in a change of young adults' world assumptions: benevolence and justice are decreasing, and self-control is increasing.

Keywords: psychological health, world assumptions, hardiness.

Введение. С.Л. Рубинштейн, описывая особенности взаимодействия личности с окружающим миром, выделял психологическую категорию убеждений человека, которую рассматривал как важнейший фактор, определяющий его поведение и поступки (Рубинштейн, 1997). Изучение убеждений человека помогает лучше понять побудительные силы и возможные механизмы, определяющие различные виды и формы социальной активности людей, что может быть использовано в ходе решения социально-психологических проблем, возникающих в повседневных социальных практиках. Исследование психологического здоровья в период пандемии (2020-2022 гг.) выявило эффекты повышенной сензитивности различных социальных групп к факторам данной социальной ситуации, а молодежь оказалась одной из наиболее уязвимых групп. В связи с этим представляется актуальным изучение ресурсов психологического здоровья молодых людей, которые помогают им повысить эффективность жизнедеятельности и построить гармоничные отношения с социальным и природным миром.

В структуру этих ресурсов входят базисные убеждения личности и жизнестойкость. В связи с этим целью нашего исследования являлось изучение взаимосвязи психологического здоровья современной молодежи с базисными убеждениями и жизнестойкостью.

Методы. В исследовании использовались: опросник «Спектр психологического здоровья» (МНС-SF, Спектр ПЗ), оценивающий эмоциональное, социальное и психологическое благополучие, а также общий индекс ПЗ (α -Кронбаха 0,90) (Zemojtel-Piotrowska et al., 2018); тест жизнестойкости С. Мадди, модифицированный Е.Н. Осиным, использовался индекс жизнестойкости (α -Кронбаха 0,86) (Осин, 2013); Шкала базисных убеждений личности ШБУ, Р. Янофф-Бульман в адаптации О.А. Кравцовой, содержащая 8 субшкал (Психодиагностика ..., 2008). В исследовании (сентябрь-октябрь 2022 г.) приняли участие молодые люди в возрасте от 20 до 35 лет ($n = 224$), средний возраст $22,3 \pm 2,57$, 45,5% юношей. Поскольку полученные значения сравнивались с результатами прошлых лет, то обработка общего массива данных проводилась по одним и тем же ключам. Проверка данных на нормальность распределения, корреляционный и регрессионный анализ проводились с помощью пакета Statistica 10.0.

Результаты. Для выборки 2022 г. были получены средние значения исследуемых показателей и стандартные отклонения. Корреляционный анализ показал, что максимальные значения корреляций наблюдаются между индексом ПЗ и показателями благожелательности мира ($r = 0,396$), справедливости мира ($r = 0,370$), ценности собственного «Я» ($r = 0,413$), удачливости ($r = 0,351$) и жизнестойкости ($r = 0,595$). Также жизнестойкость была связана с самооценкой ($r = 0,533$), все корреляции значимы при $p < 0,0001$.

По результатам исследования методом пошаговой регрессии с включением была построена регрессионная модель с психологическим здоровьем в качестве зависимой переменной; независимые переменные: жизнестойкость и базисные убеждения (всего 6 показателей). Характеристики полученной модели: $F(5, 218) = 45,0$, $p < 0,00001$; объясняет 49,7% дисперсии (скорректированный R^2). Значимые предикторы: жизнестойкость ($\beta = 0,432$, $p = 0,000$), справедливость мира ($\beta = 0,227$, $p = 0,000$), благожелательность мира ($\beta = 0,182$, $p = 0,001$) и ценность собственного «Я» ($\beta = 0,153$, $p = 0,007$).

Обсуждение. Сравнение полученных в 2022 г. результатов с нашими прошлыми исследованиями (Zemojtel-Piotrowska et al., 2018) показывает, что параметры благополучия и индекс ПЗ различаются незначительно; в частности, для индекса ПЗ имеется тенденция к возрастанию показателей (в баллах): $3,81 \pm 0,94$ в 2022 г. против $3,60 \pm 0,96$ в 2018 г. Можно констатировать, что у молодежи за последние пять лет наблюдается тенденция

повышения показателей психологического здоровья, несмотря на наличие социального стресса (пандемия и мобилизация).

Анализ полученных показателей жизнестойкости и их сравнение с ранее проведенными исследованиями, $n = 1500$, (Осин, 2013) обнаруживают незначительную тенденцию к снижению индекса жизнестойкости (в баллах): $2,74 \pm 0,63$ в 2022 г. против $2,97 \pm 0,6$ в 2013 г. Это можно интерпретировать как доказательство относительной стабильности у молодежи на протяжении последних десяти лет показателей жизнестойкости.

В то же время, анализ параметров ШБУ, полученных в данном исследовании, и их сравнение с более ранними результатами (Богомаз, 2009), $n = 1445$, свидетельствуют о том, что средние значения (в баллах) ценности собственного «Я» ($4,18 \pm 1,04$ в 2022 г. против $4,24 \pm 1,03$ в 2009 г.) и удачливости ($3,97 \pm 0,97$ и $3,93 \pm 0,90$) изменились незначительно, немного возрос самоконтроль ($4,40 \pm 0,95$ и $4,15 \pm 0,91$), но заметно снизилась благожелательность мира ($3,88 \pm 0,90$ и $4,14 \pm 0,80$) и существенно упала справедливость мира ($3,21 \pm 0,95$ в 2022 г. против $3,77 \pm 0,90$ 2009 г.). Подобные изменения могут указывать на трансформацию привычных жизненных представлений и схем поведения молодежи, поскольку ею обретаемый современный социальный опыт противоречит ранее существовавшей картине мира. Предшествующая картина мира не ушла из нашей культуры – она транслируется в художественных произведениях, традиционных культурных установках и ценностях, мировоззрении представителей старших поколений – и, соответственно, оказывает влияние на формирование убеждений современной молодежи. Однако новые социальные стрессоры и связанное с ними осмысление нового опыта могут вызывать внутренний психологический конфликт на уровне убеждений, который может проявляться в иррациональных формах поведения.

Выводы. Выявлено, что базисные убеждения личности вносят существенный вклад в формирование психологического здоровья современной молодежи. Наиболее значимыми предикторами психологического здоровья являются: жизнестойкость, справедливость мира, благожелательность мира и ценность собственного «Я».

1. Сравнение результатов текущего исследования с более ранними (2009 г. и 2018 г.) выявило наличие у современной молодежи стабильных личностных ресурсов по критериям психологического здоровья, жизнестойкости, убежденности в ценности собственного «Я» и удачливости. Однако особенности современных социальных ситуаций нашли свое отражение в изменении некоторых базисных убеждений – благожелательности мира и справедливости мира в сторону снижения, а самоконтроля – в сторону повышения.

2. Полученные результаты могут свидетельствовать о трансформации картины мира современной молодежи в сравнении с их предшествен-

никами. Психологам важно быть чувствительными к подобным изменениям, поскольку несовпадение ожиданий, связанных с привычными, отраженными в традиционной культурной специфике, жизненными представлениями о мире, и характеристиками объективной реальности может способствовать иррациональным формам поведения.

Библиографический список

1. Богомаз С.А., Гладких А.Г. Психологическая безопасность и ее измерение с помощью шкалы базисных убеждений // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 318. С. 191–194.
2. Осин Е.Н. Факторная структура краткой версии теста жизнестойкости // Организационная психология. 2013. Т.3, №3. С. 46–60.
3. Психодиагностика толерантности личности / под ред. Г.У. Солдатовой, Л.А. Шайгеровой. М.: Смысл, 2008. 172 с.
4. Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды. Основы онтологии, логики и психологии. М.: Наука, 1997. 462 с.
5. Zemojtel-Piotrowska M., Piotrowski J., Osin E.N., Ciecuch J., Adams B.G., et al. Mental health continuum short form: The structure and application for cross-cultural studies // Journal of Clinical Psychology. 2018. Vol. 74. № 6. P. 1034–1052.

РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Т.Н. Банщикова, А.В. Петренко

Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь, Россия

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи субъективного благополучия и осознанной саморегуляции. Цель исследования – рассмотреть индивидуально-типологические особенности субъективного благополучия молодых людей разным уровнем осознанной саморегуляции. Мы предположили, что тот или иной тип во многом обусловлен развитием регуляторно-когнитивных процессов и специфичным комплексом регуляторно-личностных свойств. Ставились задачи: выявить группы молодых людей по уровню субъективного благополучия и провести сравнительный анализ выраженности показателей осознанной саморегуляции данных респондентов. Выборку составили молодые люди в возрасте от 18 до 35 лет (средний возраст $20,7 \pm 3,5$ лет) ($N = 1435$). Использовались методики для диагностики субъективного благополучия личности, осознанной саморегуляции, личностных диспозиций. Кластерный анализ позволил выявить 5 групп молодых людей, статистически значимо различающихся по всем диагностируемым параметрам. Проведен сравнительный анализ выделенных групп, дана их психологическая характеристика. Установлено, что в основе проявления типологических особенностей субъективного благополучия лежат структурно-функциональные особенности осознанной саморегуляции. Доказано, что высокий уровень показателей осознанной саморегуляции в психологически напряженных условиях жизнедеятельности выступают значи-

мыми факторами поддержания субъективного благополучия, препятствуя и/или нивелируя развитие неблагоприятных состояний стрессового типа.

Ключевые слова: субъективное благополучие, осознанная саморегуляция, молодые люди, типологизация.

REGULATORY RESOURCES OF YOUNG PEOPLE WITH DIFFERENT TYPES OF SUBJECTIVE WELL-BEING

T.N. Banshchikova, A.V. Petrenko

North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

Annotation. The article presents the results of an empirical study of the relationship between sensory perception and conscious self-regulation. The purpose of the study is to consider the individual typological features of perception in people of different levels of conscious self-regulation. We assumed that one or another type is largely associated with regulatory-cognitive processes and a special set of regulatory-personal properties. The tasks were set: identifying a group of young people according to subjective feelings and conducting a comparable analysis of the severity of indicators of conscious self-regulation. The sample consisted of young people aged 18 to 35 years (mean age 20.7 ± 3.5 years) ($N = 1435$). Methods of diagnosing the subjective perception of the personality, conscious self-regulation, personal dispositions were used. Cluster analysis revealed 5 groups of young people, revealing hypersensitivity for all diagnosed parameters. A comparative analysis of the selected groups was carried out, their psychological characteristics were given. It has been established that the manifestation of the typological features of subjective dependence is based on the structural and functional feature of conscious self-regulation. It has been proven that a high level of indicators of conscious self-regulation in conditions of stressful states of life activity is revealed as significant factors in patients with an increased risk of development, preventing and/or leveling the development of dysfunctional stress-type trunks.

Keywords: subjective well-being, conscious self-regulation, young people, typology.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ) в рамках научного проекта № 22-28-00975 <https://rscf.ru/project/22-28-00975/>

Введение. Уже несколько лет фиксируется стойкий интерес к изучению проблемы ресурсов субъективного благополучия человека. В последнее время акцент делается на исследовании саморегуляции и различных ее проявлениях как значимом предикторе субъективного благополучия человека (Моросанова, Фомина, 2019; Converse et al., 2018; Howard, Williams, 2018)

Эти данные указывают на значимость раскрытия различных аспектов взаимосвязи субъективного благополучия и осознанной саморегуляции в едином контексте, с включением анализа индивидуально-типологических аспектов данной взаимосвязи. Дифференциальный подход к анализу и

оценке различных психологических особенностей имеет существенное значение для создания прогностических моделей благополучия.

В настоящем исследовании саморегуляцию рассматриваем с позиций подхода О.А. Конопкина, В.И. Моросановой, как способность осознанного выдвижения и достижения человеком субъектно-принятых целей через функционирование регуляторно-когнитивных процессов (целеполагание и планирование, моделирование значимых условий достижения цели, программирование действий, оценивание результатов) и комплекса регуляторно-личностных свойств (гибкость, надежность, настойчивость). (Конопкин, 2004; Моросанова, Кондратюк, 2020).

Субъективное благополучие (СБ) в настоящем исследовании рассматриваем с позиций Р.М. Шамионова Согласно концептуального подхода ученого, субъективное благополучие представляет собой «эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение, с точки зрения усвоенных нормативно-ценностных представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде, выражающееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья» (Шамионов, Бескова, 2018)]

Ранее авторами данной статьи были выявлены и описаны структурные модели особенностей взаимосвязи осознанной саморегуляции и субъективного благополучия, которые выступают существенным основанием для понимания психологических механизмов обеспечения субъективного благополучия (Банщикова, Соколовский, 2022). Построенные в предыдущих исследованиях модели взаимосвязи данных показателей безусловно недостаточно практичны и ограничивают возможность прогнозирования поведения человека в достижении, поддержании своего благополучия. Такую задачу невозможно решить без исследования индивидуально-типологических особенностей проявления выявленных общих закономерностей.

Цель исследования – рассмотреть индивидуально-типологические особенности субъективного благополучия молодых людей с разным уровнем осознанной саморегуляции.

В исследовании были поставлены следующие задачи: выявить и описать группы молодых людей по уровню субъективного благополучия; провести сравнительный анализ выраженности показателей осознанной саморегуляции и симптомокомплекс личностных диспозиций в выделенных группах.

Методы. Исследование проводилось на выборке молодых людей в возрасте от 18 до 35 лет (N = 1435). Сбор данных проводился анонимно с использованием Google-form.

В рамках поставленных задач исследования был использован комплекс диагностических методик. Оценка субъективного благополучия осуществлялась с использованием методики диагностики субъективного благополучия личности (Шамионов, Бескова, 2018). Для оценки развития осо-

знанной саморегуляции использовался опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020» В.И. Моросановой (Моросанова, Кондратюк, 2020). Для оценки отношения к неопределенности использовался опросник толерантность/интолерантность к неопределенности (ТН/ИТН) (Корнилова, Чумакова, 2014), модификация опросника С. Баднера. Также был использован адаптированный опросник воспринимаемого стресса Т. Янга (Yang et al., 2017), который применялся для оценки переживаемого жизненного стресса, отражающего повседневные заботы молодых людей и стресса от неопределенности. Также использовалась краткая версия пятифакторной модели личностных черт – опросник «Большая пятерка личности», Mini-IPIP (Donnellan et al.).

Математико-статистическая обработка данных. Кластеризация испытуемых осуществлялась при помощи метода k-средних. Была доказана статистическая значимость различий между извлеченными кластерами по каждому из факторов при помощи однофакторного дисперсионного анализа ($p < 0,001$), что подтверждалось результатами критерия Краскела-Уоллиса. Стандартизация первичных данных, корреляционный анализ и кластерный анализ осуществлялись при помощи программы Statistica 12.0 (StatSoft Inc.). Факторный анализ и сопутствующие факторному анализу вычисления проводились при помощи программы Factor 12.03.01, разрабатываемой Urbano Lorenzo-Seva и Pere J. Ferrando.

Результаты. Обсуждение. Для описания взаимосвязи между показателями саморегуляции, и субъективного благополучия был проведен эксплораторный факторный анализ по методу невзвешенных наименьших квадратов (Unweighted Least Squares, ULS, вращение Promin). Переменными для факторного анализа выступили: экстраверсия, дружелюбие, добросовестность, нейротизм, открытость опыту, стресс жизни, стресс неопределённости, толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, планирование, моделирование, программирование, оценивание результатов, гибкость, надежность, настойчивость, гедонистическое, социально-нормативное благополучие. В результате были получены 4 фактора (активность, открытость, последовательность, стрессорность), объясняющие 53,2% дисперсии.

В первый кластер (проинтерпретированный и названный «Активность») с положительным знаком вошли показатели «толерантность к неопределенности» и «интолерантность к неопределенности», «настойчивость», «дружелюбие», «гедонистическое благополучие» и «социально-нормативное благополучие». Небольшая отрицательная связь установлена с надежностью (-0,35). Второй фактор «Открытость» включает группу личностных качеств «гибкость», «надежность», «экстраверсия», «открытость опыту», а также регуляторный процесс «моделирование». В данный фактор вошел показатель «нейротизм» с отрицательной факторной нагрузкой

(-0,31). В третий фактор «Последовательность» с положительными значениями вошли показатели: «планирование», «программирование», «оценивание результатов», «настойчивость». Четвертый фактор «Стрессорность» включает показатели «жизненный стресс» и «стресса от неопределенности», а также «нейротизм».

Имея эти данные, мы на основе кластерного анализа построили типологию испытуемых с различной взаимосвязью компонентов осознанной саморегуляции, субъективного благополучия и личностных диспозиций. Наиболее интерпретируемой и хорошо дифференцируемой оказалась структура из пяти кластеров. В первый кластер («Базисный») вошло 342 человека, во второй кластер («Закрытый») вошли 303 человека (21%), в третий («Пассивный») – 194 человека (14%), в четвертый («Гармоничный») – 418 человек (29%), в пятый кластер («Открытый») вошло 178 человек (12%).

Полученная типология позволяет не только разделить испытуемых по уровням субъективного благополучия, но и определить как в выделившихся кластерах представлена осознанная саморегуляция. Осознанная саморегуляция представлена двумя факторами «последовательность» и «открытость». В фактор «последовательность» вошли показатели планирование, программирование, оценивание результатов. В фактор «открытость» вошли регуляторно-личностные показатели: гибкость, надежность, а также моделирование.

По уровню субъективного благополучия, наиболее благополучным выступает кластер 4 – «Гармоничный тип», который характеризуется самым высоким уровнем показателей субъективного благополучия ($m = 0,68$) и повышенным уровнем развития таких регуляторных процессов как: планирование, программирование, оценка результатов, а также регуляторно-личностной настойчивости. У 5-го кластера – «Открытый» тип – уровень благополучия немного ниже ($m = 0,50$), чем у 4-го, однако у представителей данного кластера выше уровень открытости. Это выраженность таких показателей осознанной саморегуляции как: моделирование, гибкость, надежность. При этом выраженность регуляторных процессов – планирование, программирование, оценивание результатов – средняя. Кластер 1 – «Базисный» – средний по уровню субъективного благополучия ($m = -0,15$). Регуляторно-личностные показатели осознанной саморегуляции имеют средние значения ($m = 0,01$). Показатели регуляторных процессов относительно невыражены ($m = -0,38$). Кластер 2 – «Закрытый», также характеризуется средними значениями субъективного благополучия ($m = 0,00$). Регуляторно-личностные показатели (гибкость, надежность) и показатель моделирование (учет значимых условий достижения цели) имеют относительно низкие значения ($m = -0,86$). Регуляторные процессы планирование, программирование, оценивание результатов имеют средние значения. Показатели нейротизма, стресса от неопределенности, жизненные стрессы у данного типа находится в диапазоне

выраженных значений ($m = 0,86$). В тоже время при обычных условиях жизнедеятельности представители данного кластера могут быть достаточно эффективны (благополучны) за счет готовности к планированию своих действий, адекватной оценки полученных результатов. Кластер 3 «Пассивный» отличается самыми низкими значениями субъективного благополучия ($m = -1,66$). Самые низкие значения всех показателей осознанной саморегуляции. Несформированная способность к целеполаганию (планирование), построению программ действий в меняющихся обстоятельствах (программирование), не критичность к своим действиям, неуверенность в себе (оценка результатов) низкий показатель настойчивости осознанной саморегуляции; невыраженная устойчивость осознанной саморегуляции в сложных жизненных условиях (надежность). При такой комбинации личностных и регуляторных особенностей данный тип является наиболее уязвимым к развитию и купированию стрессовых проявлений и, в подтверждение данного факта, как следствие – низкий уровень субъективного благополучия.

Выводы. Таким образом, представленные в данной статье результаты демонстрируют возможность применения дифференциально-типологического подхода к оценке субъективного благополучия молодых людей. Было установлено, что в основе проявления типологических особенностей субъектного благополучия лежат структурно-функциональные особенности осознанной саморегуляции. Доказано, что высокий уровень показателей осознанной саморегуляции в психологически напряженных условиях жизнедеятельности выступают значимыми факторами поддержания субъективного благополучия, препятствуя и/или нивелируя развитие неблагоприятных состояний стрессового типа.

Библиографический список

1. Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л. Возрастной аспект субъективного благополучия современной молодежи // Перспективы науки и образования. 2022. № 5 (59). С. 430–445. <https://doi.org/10.32744/pse.2022.5.25>
2. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития // Вопросы психологии. 2004. № 2. С. 128–135.
3. Корнилова Т.В., Чумакова М.А. Шкалы толерантности и интолерантности к неопределенности в модификации опросника С. Баднера // Экспериментальная психология. 2014. Т. 7, № 1. С. 92–110.
4. Моросанова В.И., Фомина Т.Г. Осознанная саморегуляция учебной деятельности как ресурс субъективного благополучия школьников при изменении условий обучения // Вопросы психологии. 2019. № 3. С. 62–74.
5. Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020» // Вопросы Психологии. 2020. № 4. С. 155–167.
6. Шамионов Р.М., Бескова Т.В. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические исследования. 2018. Т. 11, № 60. С. 1-12. DOI: 10.54359/ps.v11i60.277

7. Converse P.D., Beverage M.S., Vaghef K., Moore L.S. Self-control over time: Implications for work, relationship, and well-being outcomes // Journal of Research in Personality. 2018 Vol. 73. P. 82–92. DOI:10.1016/j.jrp.2017.11.002

8. Howard S.J., Williams K.E. Early self-regulation, early self-regulatory change, and their longitudinal relations to adolescents' academic, health, and mental well-being outcomes // Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics. 2018. Vol. 39(6). P. 489–496. DOI:10.1097/DBP.0000000000000578

9. Yang, T., Barnett, R., Peng, S., Yu, L., Zhang, C., Zhang, W. (2018). Individual and regional factors affecting stress and problem alcohol use: a representative nationwide study of China. Health & Place, 51, 19–27. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.02.008>

ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАТЕЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК КАРТИНЫ МИРА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, НАХОДЯЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Е.И. Барышева

*Луганский государственный педагогический университет,
г. Луганск, Россия*

Аннотация. Статья посвящена проблеме изучения картины мира личности, находящейся в экстремальных условиях. В поле зрения автора особенности отношения к Миру, месту в нем личности, представления о добре и зле у военнослужащих, находящихся в условиях военного конфликта на Донбассе. Выборку исследования составили 95 респондентов, мужчин. Проведена диагностика базовых убеждений военнослужащих, уровня жизнестойкости и смысло-жизненных ориентаций респондентов.

Контент-анализ ответов респондентов дал представление о содержательных характеристиках восприятия и понимания окружающего мира, об ощущении безопасности, контролируемости событий. В высказываниях респондентов отразились особенности ценностно-смысловой сферы личности.

Трансформации, произошедшие в картине мира личности под воздействием экстремальной ситуации военного конфликта, показывают, что пережитой опыт привел не только к травматизации психики, но и к пониманию важных экзистенциальных смыслов, осознанию глобальных ценностей. В ходе исследования содержательных особенностей картины мира обнаружена связь с характеристиками жизнестойкости и локус контроля личности.

Ключевые слова: картина мира, представления о Мире, нравственные категории, базовые убеждения, система ценностей, жизнестойкость.

FEATURES OF THE WORLD PICTURE OF SOLDIERS DURING MILITARY ACTIONS

E.I. Barysheva

Lugansk State Pedagogical University, Lugansk, Russia

The article is devoted to the problem of studying the worldview and the features of its components change under extreme conditions. The main scope of this study is to

inspect the basic beliefs and worldview of the soldiers during the military conflict. The methodology used is the R. Janoff-Bulman questionnaire, the test of meaningful life orientations by D.A. Leontiev, and the author's questionnaire, the purpose of the latter one was to identify the main life values, moods, and attitudes towards life and the world around. The sample of the study is 95 soldiers. The article contains the results of the correlational analysis of the experimental results.

Keywords: picture of the world, ideas about the World, moral categories, basic beliefs, system of values, resilience.

Введение. Современный мир характеризуется крайней нестабильностью. Ситуация на Донбассе обострила актуальность изучения картины мира личности, системы ценностей и базовых убеждений человека, представлений о психологической безопасности и качества жизни людей, пребывающих в экстремальных условиях жизнедеятельности. Особенно актуальными становятся психологические исследования феноменов психики, трансформирующихся под воздействием боевых действий, экстремального опыта и травмирующих событий как среди гражданского населения, так и военнослужащих, поскольку они находятся в эпицентре происходящих экстремальных для человеческой психики ситуаций. Мы неоднократно обращались к исследованию картины мира, базовых убеждений личности, которые подверглись содержательным и структурным изменениям в результате переживания респондентами экстремальных и травмирующих событий (об этом в наших публикациях: Барышева, 2019а; 2020а; 2020б).

В данной статье уделим внимание исследованию содержательных компонентов картины мира личности, в частности базовых убеждений, представлений о мире и о себе у военнослужащих, находящихся в условиях боевых действий.

Целый ряд авторов (Водопьянова, 2009; Карапетян, Глотова, 2009; Калашникова, 2011; Муздыбаев, 1998; Маклаков, 2001; Нестерова, 2011б) рассматривает базовые убеждения как личностный ресурс, которые, наряду с жизненными ценностями, жизнестойкостью образуют реальный потенциал для совладания с экстремальным опытом, сложными жизненными ситуациями.

Базовые убеждения и когнитивные установки, на наш взгляд, могут быть тем фактором, который детерминирует особенности адаптации личности в экстремальных условиях, придает смысл происходящим событиям и их оценкам.

Участники исследования – военнослужащие подразделений, которые регулярно выполняли задачи на линии боевого соприкосновения сторон конфликта на Донбассе и постоянно находятся в условиях активных боевых действий (исследование 2019 года). Выборку исследования составили 95 военнослужащих: пехотинцы, стрелковое подразделение, подразделение огневой поддержки, саперы.

Методы. Диагностический инструментарий исследования: Шкала базовых убеждений Р. Янофф-Бульмана, Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, Тест жизнестойкости С. Мадди, в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, авторская анкета, целью которой было выявление главных жизненных ценностей, настроений и отношения к жизни и окружающему миру.

Результаты исследования и их обсуждение. Остановимся на некоторых результатах исследования. По методике Р. Янофф-Бульман «Шкала базовых убеждений» показателем нормы (по данной версии методики) является показатель выше 3,5. Все показатели военнослужащих по шкалам методики находятся не ниже нормы. Что говорит о том, что, несмотря на пребывание в условиях боевой обстановки, респонденты сохраняют адекватное отношение к людям и миру, осознают свою роль в мире. Самый близкий к граничному показателю – шкала «Ценность собственного Я» (SW) – 3,5, граница нормы. Мы видим, что, находясь в условиях выполнения боевых задач и риска для жизни, очевидно, очень сложно говорить/думать о ценности человеческой жизни как таковой.

Наиболее выраженный показатель – контролируемость мира – 4,3, говорит о том, что респондентам приходится часто брать на себя ответственность за свою жизнь и жизни своих товарищей, других людей, и они понимают всю степень и глубину этой ответственности, значение каждого поступка и сделанного выбора. Возможно, как раз осмысленная, осознанная позиция человека в сложившейся экстремальной ситуации, отстаивание своих ценностей и дает человеку ресурс в восприятии мира как неоднозначного, проблемного, но прекрасного и нуждающегося в защите.

По результатам дискриптивного анализа 15% военнослужащих показали низкий уровень по шкале «Доброта окружающего мира» (BW), 35% – низкий уровень по шкале «Доброта людей» (BP). Для этих людей мир выглядит враждебным, местом опасным для жизни, в еще большей степени отсутствует доверие к людям, ибо их неразумные действия и приводят к войнам.

В ходе исследования применялся корреляционный анализ показателей с целью определения взаимосвязей между переменными исследования. Приведем только некоторые из них. Между шкалой «Осмысленность жизни» и «Интернальный локус контроля» обнаружена прямая связь ($r = 0,504$, $p < 0,001$), обратная связь со шкалой «Экстернальный локус контроля» ($r = -0,501$, $p < 0,001$). То есть, чем более осмысленна жизнь личности, тем в большей степени респондент склонен считать, что он контролирует свою жизнь и от него во многом зависит ее результативность и продуктивность. Отмечается взаимосвязь между шкалой «Локус контроля - Я» (СЖО) и «Степень удачи, везения» (Шкала базовых убеждений) – прямая корреляционная связь ($r = 0,345$, $p < 0,05$). То есть, чем больше человек уверен в наличии свободы выбора и обладает наличием смыслов,

тем более он склонен воспринимать свою судьбу как удачливую. Подобная связь обнаружена и между шкалой «Осмысленность жизни» и «Степень удачи» ($r = 0,323$, $p < 0,05$), можно сказать, что наличие смыслов в жизни, понимание ее предназначения для человека создает ощущение счастья и вкуса жизни.

Выводы. Понимание картины мира военнослужащего, его системы ценностей, базовых убеждений дает возможность прогнозирования поведения человека, эффективности и продуктивности деятельности личности в боевых условиях.

В ходе экспериментальных исследований нашли подтверждение предположения о том, что у людей, находящихся в экстремальных ситуациях, подвергающихся воздействию травмирующих обстоятельств и других негативных, стрессовых факторов, базовые убеждения личности, деформируются или трансформируются. Трансформации базовых убеждений, на наш взгляд, могут касаться не только деструктивных изменений в суждениях или в отношении к миру, к людям, к себе; это могут быть какие-то экзистенциальные изменения и выводы, которые человек делает во время испытаний и напряженных ситуаций, которые, возможно, он не сделал бы в других обстоятельствах.

Чувство ответственности, долга и справедливости – важная содержательная характеристика в картине мира военнослужащего. В результате военных действий многие заметили не только злость, ненависть и страдание, а то, сколько рядом людей добрых, равнодушных, стойких, надежных, «настоящих». Через призму экстремального опыта осознаются многие экзистенциальные проблемы, люди понимают и ощущают ценность жизни, ценность семьи, человеческих отношений.

Полученные в исследовании данные имеют большое значение для выстраивания дальнейшей психологической консультативной и психотерапевтической работы с действующими военнослужащими и демобилизованными из зоны боевых действий.

Библиографический список

1. Барышева Е.И. Особенности жизнестойкости молодых людей, переживших ситуацию военного конфликта. // The scientific heritage. 2019. № 38-2. С.57–60.
2. Барышева Е.И. Трансформации содержательных характеристик картины мира взрослых, переживших ситуацию военного конфликта // Вестник Костромского государственного университета. Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. №1. С.54-59.
3. Лифшиц М.В. Взаимосвязь базовых убеждений, насыщенности жизни стрессом и психологического благополучия. // Человеческий капитал. 2019. №10 (130). С.126–132.
4. Нестерова А.А. Социально-психологический подход к изучению жизнеспособности личности, находящейся в трудной жизненной ситуации. М.: РГСУ, 2011б.

ФОРМИРОВАНИЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СУИЦИДЕНТОВ В РЕФЛЕКСИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

А.А. Борискина

*Московский университет имени Ю.С. Витте, г. Москва, Россия
ГБОУ «Бауманская инженерная школа №1580», г. Москва, Россия*

Аннотация. В статье актуализируется проблема формирования совладающего поведения суицидентов в детской и подростковой среде. Автор подчеркивает увеличение числа психотравмирующих факторов и предлагает решать поднятую проблему сообща, формируя важную черту в детях и подростках – самообладание.

Ключевые слова: формирование, формирование совладающего поведения, совладающее поведение, суициденты, рефлексивная психология.

FORMATION OF COPING BEHAVIOR OF SUICIDES IN REFLEXIVE PSYCHOLOGY

A.A. Boriskina

*Yu.S. Witte Moscow University, Moscow, Russia
Bauman Engineering School No. 1580, Moscow, Russia*

Abstract. The article actualizes the problem of the formation of coping behavior of suicides in children and adolescents. The author emphasizes the increase in the number of traumatic factors and suggests solving the raised problem together, forming an important trait in children and adolescents – self-control.

Keywords: forming, formation of coping behavior, coping behavior, suicides, reflexive psychology.

Введение. В XXI веке увеличилось число психотравмирующих факторов на человека: COVID-19, условия неизвестности, акты терроризма экономическая нестабильность, социальное сиротство, одиночество, разводы. В современном мире происходит обесценивание общечеловеческий ценностей, а бесцельное существование приводит к росту количественных показателей суицида, к которому прибегают не только душевнобольные, но и нормальные по качествам и эмоциям люди, и, что страшнее всего, дети и подростки. Проблему суицида должно решать не только профессиональное сообщество медицинских работников, психологов, но и политологи, педагоги, управленцы, проблему эту важно и нужно решать сообща. С детства в ребенке необходимо воспитывать, формировать важную черту характера – самообладание, это в будущем может помочь даже в неблагоприятных условиях и в чрезвычайных, кризисных ситуациях подчиняться не эмоциям и чувствам, а голосу разума.

Методы. Теоретический анализ проблемы; анализ художественной литературы (на примере социально-психологического романа М.Ю. Лермонтова «Герой нашего времени»); включенное наблюдение за детьми и подростками группы риска (Лермонтов, 2021), беседы, методические разработки рекомендаций.

Основное содержание. Формирование совладающего поведения начинается с того, что еще с детства воспитывается в людях любовь к природе, животным, человеку, жизни: «Нам свойственно задумываться о том, почему существуют растения и животные, откуда мы пришли, кто были наши предки и что ждет нас впереди» (Лэйн Ник, 2022). Это возможно непосредственно через взаимодействие человека с природой, искусством и культурой слова. На последнем остановимся подробнее. Анализ литературного текста – это всегда рефлексия читателя на происходящие события в книге, и, между тем, поиск решения совместно с героем, которое возможно при опытном руководстве профессионала. Так, на уроках литературы можно и нужно учить такому анализу.

Заметим, что не всегда самоубийства связаны с психическими заболеваниями, но часто с теми кризисными ситуациями, в которые попадает человек: экономический кризис, социальный кризис, нравственный кризис. Всё это, разумеется отражается на жизни детей. В.Ф. Войцех в книге «Клиническая суицидология» пишет о том, что людей надо учить терпению, умению стойко переносить тяжелые испытания, чтобы в критической ситуации человек был способен самостоятельно сопротивляться трудностям (Войцех, 2008). Как видим, суицидальное поведение в кризисной ситуации затрагивает разные области: психологию, педагогику, психиатрию. Чем раньше педагоги обратят внимание на воспитание в своих учениках выносливости, терпения, мужества, тем больших ресурсов будет у человека в его борьбе с кризисной ситуацией, его совладании в кризисе. Мы не должны реагировать на плач по случаю каждого случайно оторванного заусенца, когда ребёнок вступил в стадию подросткового возраста. И такое есть, с подобным приходится сталкиваться. Здесь важно понять, что это? Просто страх, капризность и изнеженность, или последняя капля, прорыв. Разобравшись с ситуацией, вести себя соответственно с позиции помогающих специальностей.

Еще один важный фактор сопротивления стрессу – это родительская любовь. Именно родительская любовь даёт человеку в будущем объективную оценку о самом себе. Ребенок испытывает потребность быть любимым, защищенным, удовлетворение этой потребности зависит от родителей. И завышенная и заниженная самооценка – это проблема детства, с которой человек выходит во взрослую жизнь. По замечанию психолога Людмилы Ермаковой, человек с завышенной и заниженной самооценкой – это человек, которого недолюбили в детстве: «И в том, и в другом случае

ребёнка, с одной стороны, недолюбили; с другой стороны, предъявляли к нему слишком высокие требования» (Ермакова, 2010).

Таблица

Ресурсы личностных планов восприятия жизни, формирующие стратегии совладающего поведения

Формирование отношения к себе	Формирование отношения к людям	Формирование отношения к миру
Формирование отношения к себе – это, прежде всего, формирование любви к себе. Любовь к себе – обязательное и необходимое качество в личностном развитии, основанное на самоуважении.	Формирование отношения к другому человеку может проходить несколько стадий. Изначально это любовь к ближнему окружению. Чуть позже эти границы расширяются. Любовь к другому человеку – необходимое качество для жизни в социуме, для межличностных взаимоотношений и взаимодействия с окружающими людьми, основанное на уважении.	Формирование отношения к окружающему миру позволяет увидеть этот мир как есть и полюбить его таким, каков он есть. Любовь к окружающему миру, природе, материальным артефактам – важное качество, формирующее позитивные эмоции и открывающее возможности личностного роста.

Недоверие к миру, тревожность, принятие себя – это следствие отчужденности семьи по отношению к детям. Низкую самооценку могут иметь и дети из распавшихся семей. Решающим фактором в развитии личности являются социальные отношения ребёнка и родителей, неразвитость отношений между матерью и ребёнком преобразуется в отвержение ребёнком собственного «Я», это приводит к отвержению социальных отношений. Ребёнок, оказавшийся в ситуации отвержения, начинает жить своей жизнью, мы можем это наблюдать в качестве примера на биографии известного русского писателя М.Ю. Лермонтова и его героя Печорина из романа «Герой нашего времени». Достаточно вспомнить исповедь Печорина о самом себе: «Я был скромн – меня обвиняли в лукавстве, я стал скрытен. Я глубоко чувствовал добро и зло; никто меня не ласкал, все оскорбляли: я стал злопамятен; я был угрюм – другие дети веселы и болтливы; я чувствовал себя выше их – меня ставили ниже. Я сделался завистлив. Я был готов любить весь мир, – меня никто не понял: и я выучился ненавидеть». Безусловно, в том, что Печорин стал жестоким виноваты и родители, и общество, и, конечно, он сам. Его жизнь можно назвать «хождением по лезвию бритвы». И русская художественная литература здесь, конечно, мощный ресурс формирования рефлексивного мышления, рефлексивного реагирования на происходящее.

Преодоление барьеров на пути личностного развития, непрерывное образование, высокий уровень активности, умение преодолевать стресс –

это меры профилактики суицидального поведения в кризисной ситуации. Конечно, с детства, в человеке важно формировать навык к добру. Делая добрые дела (неважно, из каких побуждений), в конечном счете, человек становится добрым.

Формируя в ребенке позитивное отношение к себе, людям, окружающему миру, мы на самом деле расширяем границы его собственного «Я», умножаем его ресурсы, которые в кризисной ситуации будут работать на него.

Существует несколько типов совладающего поведения. При воздействии стрессора очень важно определить тип сложившейся ситуации. С этого момента, мы можем говорить о формировании механизмов личностной защиты.

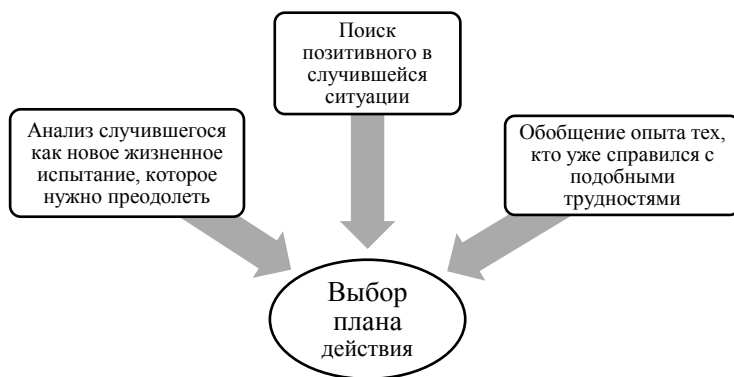


Рис. Совладающее поведение на пути преодоления стресса

При совладающем поведении трудности мобилизуют человека, он выбирает план действия, рассматривает случившееся, как новое жизненное испытание, которое нужно преодолеть; пытается отыскать хоть что-то позитивное в случившейся ситуации; спрашивает совета у тех, кто уже имеет опыт преодоления трудностей. В этом случае мы можем говорить о рациональной и эмоциональной компетентности, а обладатель этих компетенций – это личность со стабильными чертами характера.

Что же отличает подростков и детей, обладающих эмоциональной стабильностью, от тех, у кого эта черта мало выражена? Как правило, там, где есть эмоциональная стабильность, есть и «душевное здоровье», способность справляться с внутренними и внешними требованиями, такие дети, подростки более выносливы, они обладают защитными механизмами, способны контролировать свои чувства. Тогда как же быть и что

делать тем, кто обладает более слабой, более тонкой организацией психики? Психически здоровому человеку, который допускает мысли о суициде нужна поддержка, помощь.

Результаты теоретического анализа. Наиболее критические периоды онтогенеза с точки зрения суицидологии являются периоды полового созревания (пубертатный период) и полового угасания (климактерический период). Пубертатный период или половое созревание – это изменения, которые происходят в организме подростка, вследствие которых он становится взрослым, становится готовым к продолжению рода. В этот период подростки могут физически недоуметь, не все дети понимают, что происходит с их организмом, с их внутренним миром.

Необходимо понимать, какая помощь является продуктивной. Суициденту нужно помочь увидеть проблему, осознать степень её тяжести и перейти к действию, важен еще личностный рост, именно справляясь с кризисной ситуацией, человек движется к духовному росту.

Выводы. Таким образом, совладающее поведение можно рассматривать как форму психической активности, направленной на преодоление стрессовой ситуации и овладение ситуацией. Способы совладания являются средствами саморегуляции. До суицидента важно донести мысль, что он реально может изменить, с чем придется смириться (принять как данность, даже жестокою), и как справиться с кризисной ситуацией, где найти необходимые ресурсы, для того, чтобы изменить свое отношение к ситуации.

Несмотря на сложность проблемы, важно понимать, что в острый кризис жизненной ситуации помочь человеку может не только специалист, но и просто человек, находящийся рядом.

Библиографический список

1. Войцех В.Ф. Клиническая суицидология. М.: Миклош, 2008. 280 с.
2. Живи! Разговор с самоубийцей/ Сост. Дмитрий Семеник. М., 2010. 251 с.
3. Лэйн Ник. Митохондрии и смысл жизни. Энергия, секс, самоубийство: [16+] / Ник Лэйн ; перевела с английского Наталья Ленцман. Санкт-Петербург : Портал, 2022. 573 с.
4. Лермонтов М.Ю. Герой нашего времени. Изд-во Азбука, 2021. 416 с.

ВЗАИМОСВЯЗЬ РАННЕГО ОПЫТА ОТНОШЕНИЙ СО ЗНАЧИМЫМИ ВЗРОСЛЫМИ И СУБЪЕКТНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ ВЗРОСЛОГО

Н.В. Брагина

Луганский государственный педагогического университет, г. Луганск, Россия

Аннотация. А. Адлер считал анализ ранних воспоминаний главным методом исследования личности, придавая особое значение самому раннему воспоминанию как началу автобиографии, которую создает человек. *Цель.* Содержательные аспекты детского опыта личности и особенности его описания (репрезентации) составляют предпосылки формирования субъектной жизненной позиции во взрослом возрасте. *Методы.* Для определения субъектной жизненной позиции и ее составляющих использовалась составленная нами методика «Самооценка субъектного отношения к жизни» (ССОЖ). В исследовании раннего опыта отношений в нашем исследовании стал опросник ранних детских воспоминаний. *Выборка.* В исследовании приняло участие всего 206 человек, из них 80 мужчин и 126 женщин. *Результаты.* Предложили классификацию типов взрослых испытуемых, основанную на трех вариантах смысловой регуляции процесса жизни во взрослом возрасте: саморегулируемый, фиксированный и объектно-потребительский. *Вывод.* Опыт личности (в том числе ранний) и ее жизненная позиция (в том числе субъектная) не являются разными и изолированными друг от друга образованиями, а взаимопроникают друг в друга и вместе входят в единую систему смысловой регуляции процесса жизнедеятельности.

Ключевые слова: субъектность, ранний детский опыт, переживание, воспоминание, жизненный опыт, локус контроля, личность.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE EARLY EXPERIENCE OF RELATIONSHIPS WITH SIGNIFICANT ADULTS AND THE SUBJECTIVE LIFE POSITION OF AN ADULT

N.V. Bragina

Lugansk State Pedagogical University, Lugansk, Russia

Abstract. A. Adler considered the analysis of early memories to be the main method of personality research, attaching special importance to the earliest memory as the beginning of an autobiography which is created by a person. *Goal.* The content aspects of the child's personality experience and the features of its description (representation) are prerequisites for the formation of a subjective life position in adulthood. *Methods.* To determine the subject's life position and its components, we used the methodology "Self-assessment of the subject's attitude to life" (SSAL) compiled by us. In the study of the early experience of relationships in our study was a questionnaire of early childhood memories. *Selection.* The study involved a total of 206 people, 80 of them men and 126 women, aged 20 to 60 years. *Results.* Offered a classification of types of adult subjects based on three variants of semantic regulation of the process of life in adulthood: self-regulating, fixed and object-consumer. *Conclusion.* The experience of a person (including early) and her life position (including subjective) are not different and

isolated from each other formations, but interpenetrate each other and together enter into a single system of semantic regulation of the process of life.

Keywords: subjectivity, early childhood experience, experience, memory, life experience, locus of control, personality.

Введение. Жизнедеятельность человека включает в себя, помимо всего прочего, опыт как совокупность значений себя, своих способностей, добродетелей, пороков, которые могут проявляться вовне, а также своих мыслей, знаний, идей, то, что является внутренним опытом.

В нашем исследовании мы взяли за основу классификацию форм проявления жизненного опыта Ю.М. Швалб. Это целостное описание ситуации в виде некоторых устойчивых характеристик ситуаций жизнедеятельности, описание способа действия, которые могут указывать как на то, что следует делать, и на то, чего делать не стоит и описание личностных ценностей, показывающие отношение человека к миру, к событиям, к другим людям и к самому себе (Брагина, 2013)

Основной содержательной категорией усвоения жизненного опыта является переживание, которое Л.С. Выготский предложил рассматривать в качестве единицы анализа отношений личности и среды (Выготский, 2005).

В нашей работе мы использовали классификацию типов переживания Ф.Е. Васелюк: гедонистическое переживание, особенностью которого является игнорирование реальности, реалистическое переживание, которое «принимает» реальность, как она есть, приспособлявая к ней динамику и содержание потребностей субъекта, ценностное переживание, которое признает не отвечающую ценностям реальность, но при этом не принимает ее и творческое переживание строит (творит) новую жизненную реальность.

В исследовании принимало участие 206 человек (80 мужчин и 126 женщин). Возраст от 20 до 60 лет разных специальностей.

Методы. Для определения субъектной жизненной позиции и ее составляющих использовалась составленная нами методика «Самооценка субъектного отношения к жизни» (ССОЖ) и тест СЖО. Основным инструментом в исследовании раннего опыта отношений в нашем исследовании стал опросник ранних детских воспоминаний (Адлер, 2002).

Результаты исследования. Корреляционный анализ дает четкую картину связи типов описания опыта с типами переживания. Испытуемые, описывающие свое детское воспоминание в терминах личностного типа опыта, чаще обнаруживают ценностный и творческий типы переживания. При этом тип опыта, представленный через описание ситуаций прошлого (как совокупности образов и конструктов, зафиксированных в виде вспоминаемой истории или события, а не извлеченных из неё смыслов), чаще сочетается с гедонистическим типом переживания. Описание способа действия (акцентирование усвоенного способа действия, направленного

на достижение конкретного результата или на избегание неудачи) находится в прямой связи с реалистическим типом переживания.

При изучении связи между содержательными характеристиками опыта и способами (особенностями) его репрезентации, а конкретно с фигурированием разных персонажей, получилось следующее.

При анализе взаимосвязи между типом опыта и переживаний с СЖО Леонтьева Д.А., получилось следующее. Эмоционально-положительный детский опыт личности не гарантирует формирования у нее качеств зрелой субъектности и осознанного отношения к жизни, но, в то же время, фиксация личности на эмоционально-негативных содержаниях своего детского опыта, является фактором, снижающим возможность развития у нее этих свойств. Скорее всего, не знак переживания (положительный или отрицательный), а сам факт того, что эта ситуация-воспоминание стали конструктивным опытом, влияют на формирование субъектности.

Со всеми показателями осмысленности жизни «стройно» коррелируют показатели личностного типа опыта, а из всех типов переживания с показателями осмысленности жизни связано только ценностное переживание.

Можно заключить, что такие составляющие субъектной жизненной позиции, как осознанное целеполагание и ответственность (в виде внутреннего локуса контроля в восприятии событий собственной жизни) значимо чаще проявляются у тех взрослых испытуемых, ранний опыт которых реже включает негативные эмоциональные составляющие, и у которых доминирует личностный тип описания раннего опыта и ценностный тип переживания.

Мы обобщили результаты констатирующего исследования, предложив классификацию типов взрослых испытуемых, основанную на трех вариантах смысловой регуляции процесса жизни во взрослом возрасте:

1. Саморегулируемый тип, основанный на личностном типе опыта и ценностном типе переживания, и соответствующий субъектной жизненной позиции, в частности таким ее составляющим, как устремленность в будущее, осознанное целеполагание, самодетерминация и способность принимать на себя ответственность за собственную жизнь, внутренняя свобода и автономия, жизнестойкость.

2. Фиксированный тип, основанный на действенном типе опыта и реалистическом типе переживания. Субъектность в доминирующей здесь жизненной позиции может быть описана через акцентирование способов действий в условиях реалистично воспринимаемых условий.

3. Объектно-потребительский тип, основанный на ситуативном типе опыта и гедонистическом типе переживания. Основные смысловые акценты опыта личности сосредоточены здесь на поиске состояния удовлетворенности, которое является скорее иллюзией, чем реально достигаемым состоянием.

Выводы. Наиболее важный вывод состоит в том, что опыт личности (в том числе ранний) и ее жизненная позиция (в том числе субъектная) не являются разными и изолированными друг от друга образованиями, а взаимопроникают друг в друга и вместе входят в единую систему смысловой регуляции процесса жизнедеятельности.

Библиографический список

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М.: изд-во инта психотерапии, 2002. 213 с.
2. Брагина Н. В. Психологическое время и типология опыта / Н.В. Брагина // Развитие творческого потенциала личности и общества: материалы международной научно-практической конференции 17-18 января 2013 года. – Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2013. С. 8-16.
3. Выготский Л. С. Психология развития человека. М.: Смысл, 2005. 59с.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ ГОТОВНОСТИ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ ВЫЗОВОВ

Н.А. Буравлева

Томский государственный педагогический университет, г. Томск, Россия

С.А. Богомаз

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Аннотация. Существенные изменения, происходящие в настоящее время, все чаще обращают к необходимости изучения ресурсов личности, наиболее значимых регуляторных механизмов готовности к деятельности. При рассмотрении вопросов готовности к деятельности человека акценты смещаются все в большей степени на личностные характеристики, его активность как субъекта деятельности. Целью исследования стало выявление наиболее значимых личностных ресурсов готовности к деятельности студенческой молодежи в условиях современных вызовов. В исследовании приняли участие студенты университетов г. Томска: (N = 226). Все респонденты женского пола, средний возраст $20,18 \pm 1,17$ лет. В исследовании был проведен регрессионный и кластерный анализ, которые показали, что значимыми показателями в структуре личности, определяющими готовность к деятельности студентов в современных условиях, являются метаценность «Открытость изменениям», «Удовлетворенность жизнью». «Индекс инновативности», «Креативность» имеют отрицательную связь с метаценностью «Сохранение». Такой важный ресурс, как планирование, не является характеристикой, определяющей готовность к деятельности студентов, и это неизбежно будет отражаться на результативности деятельности молодых людей. Кластерный анализ свидетельствует, что наиболее существенные различия у студентов выявлены при оценке показателей «Планирование», «Удовлетворенность жизнью». Полученные результаты необходимо учитывать при организации образовательного процесса в высшей школе, подготовки обучающихся к профессиональной деятельности.

Ключевые слова: личностные ресурсы, готовность к деятельности, студенты.

PERSONAL RESOURCES OF READINESS FOR STUDENT YOUTH ACTIVITY IN THE CONDITIONS OF MODERN CHALLENGES

N.A. Buravleva

Tomsk State Pedagogical University, Tomsk, Russia

S.A. Bogomaz

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

Abstract. The significant changes taking place at the present time are increasingly turning us to the need to study the resources of the individual, the most significant regulatory mechanisms of readiness for activity. When considering the issues of a person's readiness for activity, the emphasis is increasingly shifting to personal characteristics, his activity as a subject of activity. The purpose of the study was to identify the most significant personal resources of students' readiness for activity in the conditions of modern challenges. The study involved students of Tomsk universities: (N = 226). All respondents are women, the average age is 20.18 ± 1.17 years. Regression and cluster analyses were carried out in the study, which showed that the meta-values "Openness to change" and "Life satisfaction" are significant indicators in the personality structure that determine students' readiness for activity in modern conditions. "Innovation index", "Creativity" have a negative relationship with the meta-value of "Preservation". Such an important resource as planning is not a characteristic that determines the readiness of students for activity, and this will inevitably affect the productivity of students' activities. Cluster analysis shows that the most significant differences among students were identified when evaluating the indicators "Planning", "Life satisfaction". The results obtained should be taken into account when organizing the educational process in higher educational institutions, preparing students for professional activity.

Keywords: personal resources, readiness for activity, students.

Введение. В ситуации современных вызовов существенную роль в успешности человека, эффективности его деятельности приобретают психологические ресурсы. Перспективной проблематикой в настоящее время является изучение личностных характеристик и их роли в качестве регуляторных механизмов в обеспечении успешной деятельности (Кондратюк, 2021).

Одной из значимых задач современной психологической науки является изучение психологической готовности к деятельности молодежи, выявление наиболее значимых психологических характеристик, которые можно рассматривать в качестве ресурсов для успешного осуществления деятельности. В связи с этим целью исследования стало выявление наиболее значимых личностных ресурсов готовности к деятельности студенческой молодежи в условиях современных вызовов.

Методы исследования. В исследовании были использованы методики: Шкала самооценки инновативных качеств личности (СИКЛ)

Н.М. Лебедевой, А.Н. Татарко; «Портретный ценностный опросник-Пересмотренный» (Portrait Values Questionnaire-Revised – PVQ-R) Ш. Шварц и др. в модификации К.В. Сугоняева, с помощью которого оценивались базовые метаценности «Открытость изменениям» и «Сохранение»; Шкала «Планирование» опросника самоорганизации деятельности (ОСД) Е.Ю. Мандриковой; Шкала «Удовлетворенность жизнью Э. Динера» в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина.

Обработка результатов осуществлялась с помощью программы Statistica 10.0. В ходе исследования применялись описательная статистика, регрессионный и кластерный анализ.

В исследовании приняли участие студенты университетов г. Томска: (N = 226). Все респонденты женского пола, средний возраст $20,18 \pm 1,17$ лет.

Результаты. Результаты психологических характеристик студентов представлены в таблице 1. Описательная статистика (среднее значение, стандартное отклонение, асимметрия и эксцесс) свидетельствует о близости асимметрии и эксцесса к нормальному распределению.

Таблица 1

Описательная статистика исследуемых показателей
в баллах (N = 226)

Показатели и индексы	Среднее значение	Стандартное отклонение	Асимметрия	Эксцесс
Креативность	3,70	0,76	-0,44	0,00
Риск ради успеха	3,02	0,73	0,15	-0,09
Ориентация на будущее	3,48	0,69	-0,26	-0,18
Индекс инновативности	3,40	0,57	0,05	0,14
Метаценность открытость изменениям	4,03	0,49	-0,10	-0,41
Метаценность сохранение	3,71	0,49	-0,03	-0,11
Планирование	3,41	1,01	-0,41	-0,47
Удовлетворенность жизнью	3,27	0,84	-0,39	0,14

При проведении регрессионного анализа были выделены две наиболее значимые регрессионные модели с зависимыми переменными «Индекс инновативности», «Креативность».

Результаты регрессионного анализа с зависимой переменной «Индекс инновативности» ($F(4,220) = 32,06$; $p < 0,00001$, объясняя 35,7% скорректированной R^2 дисперсии) представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты регрессионного анализа
с зависимой переменной «Индекс инновативности» (N = 226)

Предиктор	БЕТА	Ст. ош.	B	Ст. ош.	t (101)	p-знач.
Св.член			0,923	0,310	2,980	0,003
Метаценность «Открытость изменениям»	0,591	0,056	0,681	0,064	10,573	0,000
Метаценность «Сохранение»	-0,160	0,058	-0,188	0,068	-2,763	0,006
Удовлетворенность жизнью	0,125	0,057	0,084	0,038	2,191	0,029
Планирование	0,084	0,056	0,047	0,031	1,503	0,134

Результаты регрессионного анализа с зависимой переменной «Креативность» (F (4,220) = 54,64; p < 0,00001, объясняя 32,4% скорректированной R2 дисперсии) представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты регрессионного анализа
с зависимой переменной «Креативность» (N = 226)

Предиктор	БЕТА	Ст. ош.	B	Ст. ош.	t (101)	p-знач.
Св.член			0,692	0,423	1,635	0,104
Метаценность «Открытость изменениям»	0,594	0,057	0,926	0,089	10,435	0,000
Метаценность «Сохранение»	-0,122	0,057	-0,194	0,090	-2,146	0,033

Кластерный анализ, проведенный нами в исследовании, позволил выделить 4 группы студентов, отличающихся по своим характеристикам с точки зрения готовности к деятельности (таблица 4).

Таблица 4

Средние значения и стандартное отклонение (M±δ)
показателей выделенных кластеров (C) в баллах (N = 226)

Показатели и индексы	C-1, N=69		C-2, N=49		C-3, N=43		C-4, N=65		Значимость
	M	δ	M	δ	M	δ	M	δ	
Метаценность «Открытость изменениям»	4,29	0,43	4,13	0,44	3,92	0,49	3,73	0,40	0,000
Метаценность «Сохранение»	3,87	0,49	3,87	0,42	3,44	0,52	3,62	0,37	0,000
Индекс инновативности	3,74	0,42	3,53	0,57	3,40	0,51	2,95	0,41	0,000
Планирование	4,39	0,45	2,70	0,58	2,20	0,71	3,72	0,51	0,000
Удовлетворенность жизнью	3,64	0,56	3,93	0,57	2,30	0,65	3,02	0,66	0,000

Примечание. M – среднее значение, δ – стандартное отклонение.

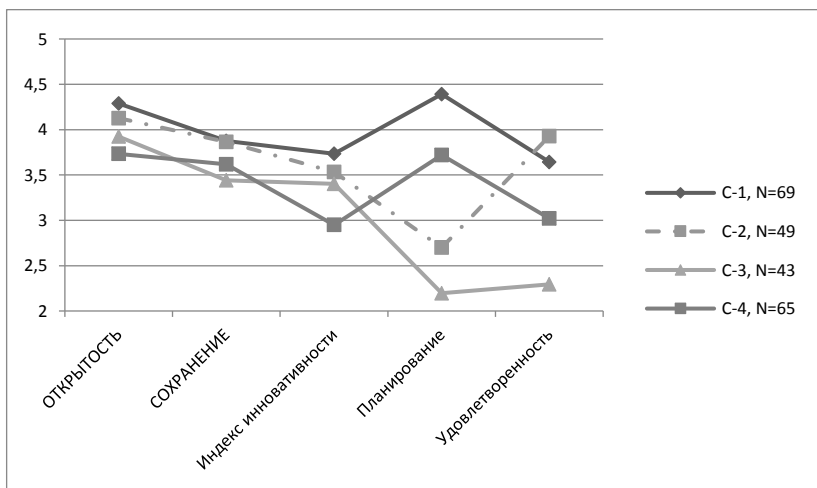


Рис. Результаты диагностики психологических характеристик студентов, относящихся к 4 кластерам

Как видно из рисунка, кластеры 1 и 4 похожи, кластеры 2 и 3 профили похожи, но различаются по показателю «Удовлетворенность жизнью». Мы видим, что максимальный разброс по психологическим характеристикам у студентов существует по критерию «Планирование»: от 2,20 (кластер C-3) до 4,39 (кластер C-1), а также «Удовлетворенность жизнью»: от 2,30 (кластер C-3) до 3,93 (кластер C-2).

Обсуждение результатов

Результаты исследования свидетельствуют о том, что «Индекс инновативности» и «Креативность» определяет, в первую очередь, «Открытость изменениям», куда входят такие характеристики личности как свобода определять собственные действия, стремление к новизне и переменам, решительность, активность.

Кроме этого, значимой характеристикой, определяющей готовность к деятельности студентов, является удовлетворенность жизнью, то есть оценка молодыми людьми соответствия жизненных обстоятельств их ожиданиям. Отрицательное значение в готовности студентов к деятельности в современных условиях имеет ценность «Сохранение», которая ставит акцент на избегании неопределенности и нестабильности.

Такой важный ресурс как планирование не является существенной составляющей в структуре готовности к деятельности студентов, и это будет негативно сказываться на успешности и эффективности их деятельности.

Наиболее существенные различия в кластерных группах выявлены по психологическим характеристикам: планирование и удовлетворенность жизнью.

Выводы. 1. Значимыми показателями в структуре личности, определяющими готовность к деятельности студентов в современных условиях являются метаценность «Открытость изменениям», «Удовлетворенность жизнью».

2. «Индекс инновативности», «Креативность» имеют отрицательную связь с метаценностью «Сохранение».

3. Такая важная характеристика в регуляции деятельности, как планирование, не является детерминантой готовности к деятельности у студенческой молодежи, и это неизбежно будет отражаться на результативности их деятельности.

4. Кластерный анализ показал, что наиболее существенные различия у студентов выявлены при оценке показателей: «Планирование», «Удовлетворенность жизнью».

5. Полученные результаты необходимо учитывать при организации образовательного процесса в высшей школе, подготовки обучающихся к профессиональной деятельности.

Библиографический список

1. Кондратюк Н.Г., Моросанова В.И. Надежность осознанной саморегуляция как ресурс психологической безопасности личности в условиях стресса и неопределенности // Психология саморегуляции в контексте актуальных задач образования (к 90-летию со дня рождения О.А. Конопкина): сборник научных статей / под ред. В.И. Моросановой, Ю.П. Зинченко. М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО», 2021. С. 156-161.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПАЦИЕНТОВ СО ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫМИ НОВООБРАЗОВАНИЯМИ РАЗНЫХ ЛОКАЛИЗАЦИЙ

А.В. Важенин

*Южно-Уральский государственный медицинский университет, г. Челябинск,
Россия*

Я.Н. Пахомова

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Аннотация. Во всем мире отмечается рост онкологических заболеваний. Подобная ситуация показывает необходимость комплексного, междисциплинарного изучения данной проблемы и рассмотрения других возможных причин возникновения данной патологии, в том числе изучение личностно-психологических характеристик пациентов с онкологией и их влияния на исход заболевания (выживаемость). В данной статье представлены результаты исследования психологических особенностей (базисные убеждения, копинг-стратегии, жизнестойкость, уровень

субъективного контроля, личностная беспомощность/самостоятельность) пациентов с онкологическими заболеваниями разных локализаций (рак легких, рак кишечника, рак желудка, рак предстательной железы, рак молочной железы). Исследование проводилось на базе ГБУЗ «Челябинский областной клинический центр онкологии и ядерной медицины» (Челябинск, Россия). В результате проведенного эмпирического исследования обнаружены специфические особенности в психологическом профиле респондентов. Пациенты с раком кишечника обнаруживают более богатый репертуар стратегий совладающего поведения для преодоления трудных жизненных ситуаций по сравнению с другими пациентами. Женщины с раком молочной железы более интернальны и жизнестойки по сравнению с другими исследуемыми клиническими группами и имеют более выраженные показатели базисных убеждений «Образ Я» и «Удача», чаще обращаются за социальной поддержкой и преодолевают проблемные ситуации за счет положительного переосмысления. Полученные данные выступают основой для развития системы психологической поддержки больных злокачественными новообразованиями, индивидуализации противоопухолевой терапии. Обнаруженные психологические особенности пациентов с онкологическими заболеваниями разных локализаций являются основой для последующего выявления возможных факторов, приводящих к благоприятному и неблагоприятному течению онкозаболевания, выявления групп риска заболевания злокачественными новообразованиями определенных локализаций.

Ключевые слова: онкопсихология, злокачественные новообразования, психологические особенности, базисные убеждения, копинг-стратегии.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PATIENTS WITH MALIGNANT NEOPLASMS OF DIFFERENT LOCALIZATIONS

A.V. Vazhenin

South Ural State Medical University, Chelyabinsk, Russia

Ya.N. Pakhomova

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia,

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

Abstract. There is an increase in oncological diseases all over the world. Such a situation shows the need for a comprehensive, interdisciplinary study of this problem and consideration of other possible causes of this pathology, including the study of personal and psychological characteristics of patients with oncology and their impact on the outcome of the disease (survival). This article presents the results of a study of psychological characteristics (basic beliefs, coping strategies, resilience, level of subjective control, personal helplessness/independence) of patients with oncological diseases of different localization (lung cancer, bowel cancer, stomach cancer, prostate cancer, breast cancer). The study was conducted on the basis of the Chelyabinsk Regional Clinical Center of Oncology and Nuclear Medicine (Chelyabinsk, Russia). As a result of the conducted empirical research, specific features in the psychological profile of respondents were found. Patients with bowel cancer have a richer repertoire of coping strategies for coping with difficult life situations compared to other patients. Women with breast cancer are more internalized and resilient compared to other studied clinical groups and have more pronounced indicators

of basic beliefs "Self-image" and "Luck", more often seek social support and overcome problematic situations through positive rethinking. The obtained data serve as the basis for the development of a system of psychological support for patients with malignant neoplasms, individualization of antitumor therapy. The revealed psychological characteristics of patients with oncological diseases of different localizations are the basis for the subsequent identification of possible factors leading to a favorable and unfavorable course of cancer, the identification of risk groups for malignant neoplasms of certain localizations.

Keywords: oncopychology, malignant neoplasms, psychological characteristics, basic beliefs, coping strategies.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда №21-18-00434 «Психологические предикторы благоприятного и неблагоприятного течения онкологических заболеваний наиболее частых локализаций» (<https://rscf.ru/project/21-18-00434/>)

Введение. Снижение заболеваемости и смертности от онкологических заболеваний является одной из самых важных задач здравоохранения всего мира. Согласно данным Международного агентства по изучению рака, наиболее распространенными видами злокачественных новообразований являются рак легких, рак кишечника, рак желудка, а также рак предстательной железы у мужчин и рак молочной железы у женщин (Ferlay, 2020). Сложная многофакторная природа онкологического заболевания обращает на себя внимание ученых разных наук, в том числе психологии. Настоящее исследование посвящено изучению психологических особенностей больных злокачественными новообразованиями наиболее частых локализаций. Изучаемое единство субъектных и личностных образований (имплицитные базисные убеждения, способы совладающего поведения, жизнестойкость, субъективный контроль, личностная беспомощность/самостоятельность) рассматривается как ресурс для преодоления трудных жизненных ситуаций, в частности ситуации онкологического заболевания (Пономарева, 2021; Tsiring, 2021).

Методы. Исследование проводилось на базе ГБУЗ «Челябинский областной клинический центр онкологии и ядерной медицины» (Челябинск, Россия). Были обследованы клинические группы респондентов больных раком легких (N = 126), раком кишечника (N = 122), раком желудка (N = 124), раком предстательной железы (N = 124), раком молочной железы (N = 131). Методики исследования: шкала базисных убеждений в адаптации А.В. Котельниковой, М.А. Падун, опросник «Способы совладающего поведения» в адаптации Т.Л. Крюковой, М.С. Замышляевой, Е.В. Куфтык, опросник личностной беспомощности Д.А. Циринга, А.В. Степаненко, тест жизнестойкости в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, тест-опросник субъективного контроля в адаптации Е.Ф. Бажина и др. В качестве метода математической статистики был применен метод дисперсионного анализа.

Результаты. В ходе проведенного исследования были обнаружены значимые различия по всем изучаемым параметрам. Базисные убеждения «Образ Я» и «Удача» значимо выше у женщин с раком молочной железы по сравнению с пациентами с другими локализациями ($p = 0,0001$). Стратегии совладания «Конфронтационный копинг», «Самоконтроль», «Принятие ответственности», «Бегство-избегание» значимо чаще применяются пациентами с раком кишечника ($p = 0,0001$), стратегии «Поиск социальной поддержки» и «Положительная переоценка» – женщинами с раком молочной железы ($p = 0,0001$), копинг «Планирование решения проблемы» – пациентами с раком желудка. Согласно полученным данным, показатели интернальности выражены в большей степени у женщин с раком молочной железы ($p = 0,003$), за исключением интернальности в области неудач, данный показатель в большей степени выражен у мужчин с раком предстательной железы ($p = 0,012$). Жизнестойкость и её составляющие (вовлечённость, контроль, принятие риска) выше у пациенток с раком молочной железы по сравнению с пациентами с онкологическими заболеваниями других локализаций ($p = 0,0001$).

Обсуждение. Полученные данные свидетельствуют о наличии индивидуальных различий в психологическом профиле личности больных злокачественными новообразованиями разных локализаций. Женщины с раком молочной железы, согласно полученным данным, имеют более выраженные показатели базисных убеждений, интернальности и жизнестойкости. Пациенты с раком кишечника имеют более богатый репертуар копинг-стратегий для совладания с трудной жизненной ситуацией по сравнению с другими пациентами. У пациентов с раком легкого и раком предстательной железы не выявлено выраженности тех или иных психологических особенностей при сравнительном анализе с пациентами с другими локализациями.

Выводы. Рассматриваемые психологические особенности выступают в настоящем исследовании в качестве психологического ресурса личности для преодоления трудных ситуаций. Полученные данные позволяют расширить актуальные представления науки о типичных и специфических особенностях больных злокачественными новообразованиями разных локализаций, а также в перспективе сопоставить их с имеющимися данными и систематизировать в единую модель. Полученные результаты составляют основу и выступают предпосылкой для изучения психологических предикторов благоприятного и неблагоприятного течения болезни у онкопациентов с разными локализациями, что в дальнейшем поможет создать программу популяционной профилактики развития онкологических заболеваний.

Библиографический список

1. Пономарева И.В., Циринг Д.А. Обзор исследований психологических факторов течения онкологических заболеваний при различных локализациях // Будущее

клинической психологии – 2021: Материалы XV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Пермь, 2021. С. 107-111.

2. Ferlay J., Ervik M., Lam F. et. al. Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer, 2020. Available from: <https://gco.iarc.fr/today>

3. Tsiring D.A., Sergienko E.A., Ponomareva I.V., Pakhomova Ya.N., Gladkov Yu.O. Personal resources in women diagnosed with breast cancer having various social and demographic characteristics // Ad Alta. 2021. Vol. 11, № 2. Special XXIII. P. 125-130. https://www.magnanimitas.cz/ADALTA/110223/papers/A_27.pdf

ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ ЖЕНЩИНЫ В СИТУАЦИИ РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА С ЗАБОЛЕВАНИЕМ В ПЕРИОД НОВОРОЖДЕННОСТИ

И.А. Золотова

Ярославский государственный медицинский университет, г. Ярославль, Россия

Аннотация. В статье раскрывается значимость проблемы своевременного исследования психоэмоционального состояния женщин, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в раннем неонатальном периоде, поскольку психологическое благополучие новорожденного целиком обусловлено функциональным состоянием его матери. Актуальность описанной проблемы и профессиональный интерес обусловили выбор темы исследования.

Цель исследования – подбор диагностического инструментария, позволяющего выявить особенности отношения к новорожденному, уровень личностной включенности и понимание ситуации, связанной с рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, а также выраженность невротических состояний матери. Перечисленные факторы мы рассматриваем как ресурс совладания с жизненной ситуацией и потенциал для дальнейшей саморегуляции текущего состояния женщины в раннем послеродовом периоде.

Методы исследования: Семантический дифференциал жизненной ситуации О.В. Александровой, И.Б. Дерманова, «Тест отношений беременной И.В. Добрякова», Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний К.К. Яхина, Д.М. Менделевича. В исследовании приняло участие 126 женщин. Основную группу представили 63 женщины, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, имеющих опыт перинатальных потерь в анамнезе. Контрольную группу представили 63 женщины, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, не имеющих опыта перинатальных потерь в анамнезе.

Основные результаты: Средний уровень личностной включенности, понимание ситуации и веры в положительное разрешение ситуации, связанной с заболеванием новорожденного коррелирует с тревожным и эйфорическим отношением к новорожденному. Чем менее эмоционально переживается сложившаяся ситуация, тем чаще женщины демонстрируют гипогестогнозическое отношение к новорожденному ($r = -0,49$, $p < 0,05$). В результате исследования были выявлены достоверные

различия по выраженности уровня невротической депрессии у женщин, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности без опыта перинатальных потерь в анамнезе ($\varphi^* = 1,818, p \leq 0,035$), и значимые различия по шкале вегетативных нарушений ($\varphi^* = 1,688, p \leq 0,046$) у женщин, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности с опытом перинатальных потерь в анамнезе.

Заключение. Таким образом, исследование специфики невротических состояний и изучение когнитивных и эмоциональных компонентов субъективного восприятия женщиной актуальной жизненной ситуации, связанной с рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, можно рассматривать как основу для осуществления саморегуляции и формирования продуктивного поведения.

Ключевые слова: личностные ресурсы, «отягощенное» материнство, невротические состояния, отношение к новорожденному.

PERSONAL AND REGULATORY RESOURCES OF A WOMAN IN THE SITUATION OF GIVING BIRTH TO A CHILD WITH A DISEASE IN THE NEONATAL PERIOD

I.A. Zolotova

Yaroslavl State Medical University, Yaroslavl, Russia

Abstract. The article reveals the significance of the problem of timely study of the psycho-emotional state of women whose pregnancy ended with the birth of a child with a disease in the early neonatal period, since the psychological well-being of a newborn is entirely due to the functional state of his mother. The relevance of the described problem and professional interest determined the choice of the research topic.

The purpose of the study is to select diagnostic tools that allow to identify the characteristics of the attitude towards the newborn, the level of personal involvement, and understanding the situation associated with the birth of a child with a disease in the neonatal period, as well as the severity of neurotic conditions of the mother. We consider these factors as a resource for coping with the life situation and the potential for further self-regulation of the current state of a woman in the early postpartum period.

Research methods: Semantic differential of the life situation O.V. Alexandrova, I.B. Dermanova, "Test of the relationship of a pregnant woman I.V. Dobryakov", Clinical questionnaire for the identification and evaluation of neurotic conditions K.K. Yakhin, D.M. Mendelevich. The study involved 126 women. The main group consisted of 63 women whose pregnancy ended with the birth of a child with the disease in the neonatal period, who had a history of perinatal losses. The control group was represented by 63 women whose pregnancy ended with the birth of a child with the disease in the neonatal period, who did not have a history of perinatal losses.

Results: The average level of personal involvement, understanding of the situation and belief in a positive resolution of the situation associated with the disease of the newborn correlates with an anxious and euphoric attitude towards the newborn. The less emotionally the situation is experienced, the more often women demonstrate a hypogestognosis attitude towards the newborn ($r = -0.49, p < 0.05$). As a result of the study, significant differences were found in the severity of the level of neurotic depression in women whose pregnancy ended with the birth of a child with the disease in the neonatal period without

experience of perinatal losses in the anamnesis ($\varphi^* = 1.818, p \leq 0.035$), and significant differences in the scale of autonomic disorders ($\varphi^* = 1.688, p \leq 0.046$) in women whose pregnancy ended with the birth of a child with a disease in the neonatal period with a history of perinatal losses.

Conclusion. Thus, the study of the specifics of neurotic states and the study of the cognitive and emotional components of a woman's subjective perception of the actual life situation associated with the birth of a child with a disease in the neonatal period can be considered as the basis for self-regulation and the formation of productive behavior.

Keywords: personal resources, "burdened" motherhood, neurotic states, attitude to-wards the newborn.

Введение. В современном мире существует множество факторов, способных оказывать негативное влияние как на репродуктивное здоровье в целом, так и на эмоциональное состояние женщины в перинатальном периоде. Это, безусловно, поддерживает интерес многочисленных мультидисциплинарных исследований в сфере материнства. Широко изучаются особенности психологической готовности к материнству, степень выраженности уровня тревоги во время беременности, принятия роли матери (Добряков, 2002; Лохина, 2013; Рабовалюк, 2012; Золотова, 2021). М.Е. Ланцбург предлагает оценивать степень готовности к материнству с точки зрения ресурсности – по наличию у женщины пяти ресурсов: личностного, эмоционального, когнитивного, операционального и психофизиологического (Ланцбург, 2011). Но данные исследования не раскрывают психологической картины переживаний женщины, беременность которой завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности. Совсем немного внимания уделяется исследованию ресурсности в ситуации «отягощенного» материнства, связанной с рождением ребенка с определенной патологией. Длительный период пребывания женщины в отделении патологии новорожденных, куда переводят маму с новорожденным, безусловно, оказывает влияние на ее функциональное состояние, что может привести к психическим и эмоциональным перегрузкам женщины в постнатальном периоде. Психологическое благополучие новорожденного целиком обусловлено состоянием его матери. На что указывают ранее проведенные зарубежные исследования. Стресс, связанный с беременностью и общая тревожность в пре- и постнатальный период является причиной наиболее высокого уровня аффективной реактивности младенца, обуславливают «трудный темперамент» и особенности когнитивного и эмоционального развития ребенка (Huizink, 2002). Современные зарубежные исследователи ставят вопрос «опосредуют ли теплота и враждебность родителей внутренние ассоциации родительского стресса и поведения ребенка во времени?» (Dijk Wv, de Moor МНМ, Oosterman M, Huizink AC and Matvienko-Sikar K, 2022).

Целью нашего исследования является подбор диагностического инструментария, направленного на изучение переживания ситуации, связанной с рождением ребенка с заболеванием, а также, исследование психоэмоционального состояния матери и особенностей отношения к новорожденному в постнатальном периоде. Перечисленные факторы мы рассматриваем как личностный ресурс совладания с жизненной ситуацией и потенциал для дальнейшей саморегуляции текущего состояния женщины в раннем послеродовом периоде, поддержания субъективного благополучия и преодоления дисфункциональных состояний в системе «мать-дитя».

Гипотеза исследования. Женщины, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, с опытом и без опыта перинатальных потерь в анамнезе, имеют различия в виде особенностей отношения к новорожденному ребенку. Также они демонстрируют разный уровень личностной включенности, понимание ситуации, связанной с заболеванием новорожденного и разный уровень выраженности невротических состояний.

Выборка исследования. Всего в исследовании приняли участие 126 женщин. Основная группа – женщины, имеющие опыт перинатальных потерь в анамнезе, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности – 63 респондента; контрольная группа – женщины, не имеющие опыт перинатальных потерь в анамнезе, беременность которых закончилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности – 63 респондента. Мы не ставили своей целью учитывать социально-демографические характеристики респондентов и количество предшествующих родов. Основным критерием для формирования выборки для нас является рождение ребенка с заболеванием в периоде новорожденности. Отличительным признаком для основной и контрольной групп является наличие или отсутствие опыта перинатальных потерь в анамнезе. Под опытом перинатальных потерь мы понимаем: самопроизвольный выкидыш, прерывание беременности по медицинским показаниям и роды, закончившиеся мертворождением на поздних сроках беременности. Исследование проводилось на 7-14 день после родов. Все женщины находились на совместном пребывании с ребенком в отделении патологии новорожденных. Под термином «отягощенное материнство», мы понимаем рождение ребенка с заболеванием в периоде «новорожденности». На момент проведения исследования, состояния детей описано как тяжелое и средней степени тяжести. Заболевания новорожденных по МКБ-10 можно распределить на 4 большие группы: врожденные аномалии [пороки развития], деформации и хромосомные нарушения (Q00-Q99); дыхательные и сердечно-сосудистые нарушения, характерные для перинатального периода (P 20-P29); инфекция, специфичная для перинатального периода (P 35-P39) и другие уточненные нарушения со

стороны мозга у новорожденного (перинатальное повреждение ЦНС, синдром угнетения).

Методы исследования. Методу клинической беседы отводится основная роль при выстраивании конструктивного комплаенса. При работе с каждой женщиной применялся индивидуальный подход с максимальной эмпатией «доминантой на лицо другого», сопереживанием и учетом образовательного уровня, возрастного и социального статуса женщины, пониманием волнений, страхов и неопределенности, связанных с заболеванием ее ребенка. Тест отношений беременной И.В. Добрякова был использован для определения особенностей отношения, которое транслируют женщины к новорожденному ребенку. Методика Семантический дифференциал жизненной ситуации О.В. Александрова, И.Б. Дерманова ориентирована на изучение когнитивных и эмоциональных компонентов субъективного восприятия женщиной актуальной жизненной ситуации. В качестве основных смысловых осей восприятия рассматривались следующие факторы: владение ситуацией, эмоциональное переживание ситуации, позитивные ожидания, обыденность и повседневность, разрешимость, личностная включенность и вера в преодолимость ситуации, энергетический заряд ситуации. Клинический опросник К.К. Яхина, Д.М. Менделевича позволяет выявить основные синдромы невротических состояний. Опросник включает в себя шесть шкал: тревожность, невротическая депрессия, астения, истерический тип реагирования, обсессивно-фобические нарушения, вегетативные нарушения.

Для статистической обработки результатов исследования были использованы: непараметрические методы исследования различий между независимыми выборками, а именно критерий U Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Ч. Спирмена и статистический критерий для оценки значимости различия Фишера.

Результаты исследования. Были выявлены значимые различия между респондентами основной и контрольной групп в части исследования отношения к новорожденному. Женщины, с опытом перинатальных потерь в анамнезе демонстрируют более тревожное отношение к ребенку ($r = 0,0073$, $p < 0,01$). Женщины, не имеющие опыта перинатальных потерь чаще демонстрируют эйфорическое отношение к новорожденному ($r = 0,0075$, $p < 0,01$). Мы предполагаем, что тревожное и эйфорическое отношение не позволяет оптимально оценить ситуацию и выбрать рациональное, эффективное поведение, направленное на решение текущих задач, связанных с заболеванием ребенка, и не может быть личностным ресурсом в ситуации рождения ребенка с заболеванием в периоде новорожденности.

По результатам корреляционного анализа выявлены взаимосвязи между показателями методики ТОБ (р) и шкалами методики семантический дифференциал жизненной ситуации. Средний уровень личностной включенности,

понимание ситуации и веры в положительное разрешение ситуации, связанной с заболеванием новорожденного коррелирует с тревожным отношением к новорожденному. Данные характеристики нами описаны у женщин основной группы. У представительниц контрольной группы описаны иные отличительные признаки. Чем чаще женщины демонстрируют эйфорическое отношение к себе как к матери и к новорожденному, тем выше их личная включенность ($r = 0,53, p < 0,01$). Мы допускаем, что данный критерий, отличительный для «эйфорических» женщин может быть направлен в положительном ключе, однако чрезмерная эйфория снижает личностный ресурс. При условии эйфорического эмоционального фона, взаимодействие матерей с ребенком с заболеванием в периоде новорожденности обладает специфической особенностью, не является ориентированным на потребности младенца, акцент направлен на сам факт «присутствия новорожденного в состоянии болезни» в жизни женщины.

Выявлены значимые корреляционные взаимосвязи между показателями методики ТООБ (р) и методики семантический дифференциал жизненной ситуации по шкале «уровень эмоционального переживания ситуации». Чем выше уровень эмоционального переживания ситуации ($r = 0,42, p < 0,05$), тем чаще женщины транслируют эйфорическое отношение к новорожденному. Чем менее эмоционально переживается сложившаяся ситуация, тем чаще женщины демонстрируют гипогестогнозическое отношение к новорожденному ($r = -0,49, p < 0,05$). Средний уровень эмоционального переживания ситуации коррелирует с оптимальным отношением к новорожденному, как у женщин с опытом, так и без опыта перинатальных потерь в анамнезе. Эмоциональный личностный ресурс в ситуации «отягощенного материнства» рационально расходуется и позволяет ориентироваться на истинные потребности ребенка.

Также выявлена корреляция между показателем отношения к своему ребенку, шкалой методики семантический дифференциал «энергетический заряд ситуации» и шкалой «астения» клинического опросника невротических состояний. Чем чаще женщины демонстрируют депрессивное отношение к своему ребенку, тем выше энергетический заряд ситуации ($r = 0,39, p < 0,05$). Депрессивное отношение сопровождается истощением физических и психологических ресурсов женщины и проявляется астеническим состоянием ($r = 0,47, p < 0,05$). Эйфорическое отношение к ребенку, соотносится с наличием обсессивно-фобических нарушений ($r = 0,41, p < 0,05$). Чем чаще женщины демонстрируют эйфорическое отношение к своему ребенку, тем выше шкала обсессивно-фобических нарушений.

В результате исследования с помощью точного критерия Фишера были выявлены достоверные различия по выраженности уровня невротической депрессии у женщин, беременность которых завершилась рождением

ребенка с заболеванием в периоде новорожденности без опыта перинатальных потерь в анамнезе ($\varphi^* = 1,818$, $p \leq 0,035$), и значимые различия по шкале вегетативных нарушений ($\varphi^* = 1,688$, $p \leq 0,046$) у женщин, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности с опытом перинатальных потерь в анамнезе. При этом высокий уровень корреляции выявлен между шкалой методики семантический дифференциал «обыденность и повседневность ситуации» и шкалой «вегетативные нарушения» клинического опросника невротических состояний у женщин с опытом перинатальных потерь, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности ($r = 0,51$, $p < 0,001$) и шкалой «невротической депрессии» у женщин без аналогичного опыта ($r = 0,42$, $p < 0,01$). Особенности невротического статуса с вегетативными проявлениями и пребывание в состоянии невротической депрессии, мы рассматриваем как крайне низкий личностный ресурс. Мы можем предполагать формирование психологической защиты – рационализации по отношению к психотравмирующему фактору – рождению ребенка с заболеванием в периоде новорожденности. Что позволяет женщине рассматривать данную ситуацию с позиции врачебной тактики «для врачей – эта ситуация обыденная и разрешимая», и благодаря этому экономить имеющиеся ресурсы (Золотова, 2022).

Обсуждение результатов. Рождение ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, как для женщин с опытом перинатальных потерь, так и для женщин без аналогичного опыта, требует высокого уровня ресурсов. Оптимальное отношение к новорожденному, стабильное эмоциональное состояние без признаков невротических компонентов в виде, симптомов невротической депрессии, астении, истерического типа реагирования, obsессивно-фобических нарушений и вегетативных нарушений, а также оптимальный уровень когнитивных и эмоциональных компонентов субъективного восприятия человеком своей жизненной ситуации, мы рассматриваем как личностный ресурс женщины.

В результате проведенного нами исследования были выявлены следующие критерии сниженного личностного ресурса.

1. С помощью непараметрического критерий U Манна-Уитни были получены статистические достоверные данные о трансляции неоптимального отношения к новорожденному: тревожного – у представительниц основной группы, и эйфорического – у женщин контрольной группы. При этом низкий уровень эмоционального переживания ситуации отрицательно коррелирует с депрессивным отношением к новорожденному ($r = -0,49$, $p < 0,05$) и высоким уровнем эмоционального переживания ситуации рождения ребенка с заболеванием новорожденности положительно коррелирует с эйфорическим отношением к ребенку ($r = 0,42$, $p < 0,05$). Результаты ранних исследований позволяют нам говорить о долговременном влиянии

тревожности и депрессивного состояния матери на разные стороны психического развития ребенка, а именно, на когнитивное развитие, темпераментные особенности и особенности поведения (Huizink, 2002, Савеньшева, 2019). Результаты данного исследования расширяют теоретическую базу в изучении личностных ресурсов женщины в условиях «отягощенного» материнства. Таким образом, крайние варианты выраженности эмоциональных реакций (высокий и низкий уровень) у представительниц основной и контрольной групп с тревожным, депрессивным и эйфорическим отношением к новорожденному мы относим к критериям снижения личностного ресурса.

2. Выявлены положительные корреляции между депрессивным отношением к своему ребенку и шкалой «астения» опросника невротических состояний ($r = 0,47$, $p < 0,05$), а также эйфорическим отношением к ребенку и шкалой обсессивно-фобических нарушений ($r = 0,41$, $p < 0,05$) у женщин, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности без опыта перинатальных потерь в анамнезе. Ресурс осознанной саморегуляции в состоянии астенизации и при наличии обсессивно-фобических нарушений затруднителен. И, как крайний вариант, не возможен. Астенизация или истощение физических и психологических ресурсов человека наступает вследствие длительного напряженного периода или сильного эмоционального потрясения, при которых происходит сильный выброс психической энергии. После этого нервная система перестает адекватно справляться с нагрузками. Женщина теряет интерес к происходящему, сторонится людей, ощущая постоянную усталость от действий и мыслей. Обсессивно-фобические нарушения – это пребывание под постоянным контролем страхов. Личностные ресурсы у женщин с описанными особенностями эмоционального статуса не могут обеспечивать оптимальное функциональное состояние в условиях «отягощенного материнства». Что согласуется с результатами, отраженными в исследовании Полуэктовой, утверждающей, что «конфликт между собственной личностью и формированием концепции материнства, приобретением новой социальной роли также может влиять на состояние женщины» (Полуэктова, 2013).

3. У женщин, беременность которых завершилась рождением ребенка с заболеванием в периоде новорожденности, с опытом перинатальных потерь в анамнезе описан высокий уровень невротических состояний по шкале «вегетативные нарушения» ($\varphi^* = 1,688$, $p \leq 0,046$). Что говорит о длительности пребывания женщин в ситуации стресса и позволяет относить их в группу риска реализации соматических осложнений и дальнейшего развития невротических состояний. Личностный ресурс женщины является ограниченным для восстановления ее эмоционального состояния и, безусловно, недостаточным для новорожденного с заболеванием в периоде новорожденности.

Выводы. Результаты исследования подтверждают важную роль личностных ресурсов у женщин в ситуации рождения ребенка с заболеванием в периоде новорожденности. Диагностированные особенности отношения к новорожденному и эмоциональных состояний у женщин, имеющие тревожную, депрессивную, астеническую, фобическую и истерическую направленность, а также, выявление неоптимального уровня когнитивных и эмоциональных компонентов субъективного восприятия ситуации рождения ребенка с заболеванием в периоде новорожденности являются критериями дефицитарности личностных и регуляторных ресурсов и обуславливают необходимость предоставления психологической помощи женщинам в послеродовом периоде.

Библиографический список

1. Александрова О.В., Дерманова И.Б. Семантический дифференциал жизненной ситуации // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26, № 3. С. 127-145.
2. Добряков И.В. Клинико-психологические методы определения типа психологического компонента гестационной доминанты // Перинатальная психология и нервно-психическое развитие детей: сб. матер. конф. СПб: НИИ акушерства и гинекологии им. Д.О. Отта, 2001. С. 39–48.
3. Золотова И.А., Арутюнова А.Н. Личная включенность в ситуацию и особенности отношения к новорожденному с заболеванием в раннем неонатальном периоде у женщин, с опытом перинатальных потерь в анамнезе // Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности: материалы VI Международной научной конференции (г. Кострома, 22–24 сентября 2022 г), С.349-353.
4. Ланцбург М.Е. Роль психологической подготовки и поддержки в реализации родительских функций // Психологическая наука и образование. 2011. № 1. С. 15-26.
5. Лохина Е.В. Особенности психоэмоционального состояния беременных и формирование психологического компонента гестационной доминанты в третьем триместре беременности // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 2. С. 104–105.
6. Полуэктова О.Г. Психологические особенности послеродового состояния женщин // Вестник новых медицинских технологий. 2013. № 1. <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-poslerodovogo-sostoyaniya-zhenschin-obzor-literaturny-kratkiy>
7. Рабовалюк Л.Н., Кравцова Н.А. Возраст как один из факторов, определяющих психологический компонент гестационной доминанты // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. № 4. http://mprj.ru/archiv_global/2012_4/15/nomer/nomer06.php
8. Савеньшева С.С. Влияние состояния и отношения к ребенку в период беременности на последующее психическое развитие ребенка: анализ зарубежных исследований // Мир науки. Педагогика и психология. 2018. Т. 6, №1. <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN118.pdf>
9. Яхин К. К., Менделевич Д. М. Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний // Клиническая и медицинская психология: Практическое руководство. М., 1998. С. 545-552.

10. Huizink A.C. Psychological measures of prenatal stress as predictor of infant temperament // Journal Of The American Academy Of Child And Adolescent Psychiatry. 2002. Vol. 41, № 9. P. 1078-1085. <https://doi.org/10.1097/00004583-200209000-00008>

11. Dijk W. van, de Moor M.H.M., Oosterman M., Huizink A.C., Matvienko-Sikar K. Longitudinal relations between parenting stress and child internalizing and externalizing behaviors: Testing within-person changes, bidirectionality and mediating mechanisms // Frontiers in Behavioral Neuroscience. 2022. Vol. 16. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.942363>

ЛИЧНОСТНАЯ АВТОНОМИЯ КАК НЕОБХОДИМОЕ ТРЕБОВАНИЕ К ПСИХОЛОГУ-ПРОФЕССИОНАЛУ И РЕСУРС СПЕЦИАЛИСТА ПОМОГАЮЩЕЙ ПРОФЕССИИ

Ю.А. Кубатина

*Луганский государственный педагогический университет, г. Луганск,
Луганская Народная Республика, Россия*

Аннотация. Стремительный темп жизни, цифровизация общества с упразднением актуальности живой коммуникации между людьми и нарастанием отчуждения между ними, социально-экономическая нестабильность и ситуация неопределенности, сопровождающая современного человека во многих сферах его жизни – все эти вызовы современности негативно сказываются на человеке, выбивая те жизненные опоры, которые еще недавно давали ему чувство стабильности и защищенности. И профессиональную помощь людям сейчас должен оказывать специалист-психолог, сам успешно справляющийся с этими вызовами, обладающий той внутренней опорой, которую называют «личностная автономия». *Цель.* Целью исследования было выявление содержания понятия «личностная автономия» и определение уровня личностной автономии у психологов на разных этапах профессионального развития. *Описание хода исследования.* Эксперимент проводился в течение 2022–2023 гг. *Методы исследования.* Методики «Опросник каузальных ориентаций Деси-Райана в адаптации Д.А. Леонтьева, О.Е. Дергачевой»; «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова»; эссе «Личностная автономия и ее место в структуре личности психолога». *Описание выборки.* Выборку составили студенты-психологи выпускных курсов и психологи системы образования г. Луганска. *Результаты исследования.* Испытуемые обеих групп продемонстрировали понимание содержания данного феномена, схожие результаты по выраженности сформированности личностной автономии в целом. Однако было выявлено, что уровень развития отдельных ее составляющих лучше развит у работающих (статистически значимы различия результатов по анализу противоречий, оценке качества и принятию решения).

Выводы. Полученные данные позволяют говорить о необходимости формирования в процессе профессионального обучения личностной автономии через осмысление студентами ее содержания и создание условий для развития ее компонентов (самодетерминация, самоуправление и пр.).

Ключевые слова: требования к личности психолога, личностная автономия, самодетерминация, самоуправление.

PERSONAL AUTONOMY AS A NECESSARY REQUIREMENT FOR A PROFESSIONAL PSYCHOLOGIST AND A RESOURCE FOR A SPECIALIST IN THE HELPING PROFESSION

U.A. Kubatina

Lugansk State Pedagogical University, Lugansk, Lugansk People's Republic, Russia

Annotation. The rapid pace of life, the digitalization of society with the abolition of the relevance of live communication between people and the growing alienation, socio-economic instability and the situation of uncertainty that accompanies a modern person in many areas of his life - all these challenges of modernity have a negative impact on a person, knocking out those life supports, which until recently gave him a sense of stability and security. Professional assistance to people now should be provided by a specialist psychologist, who himself successfully copes with these challenges, possessing that internal support, which is called "personal autonomy". *Objective.* The aim of the study was to identify the content of the concept of "personal autonomy" and to determine the level of personal autonomy among psychologists at different stages of professional development. *Design.* The experiment was carried out during 2022-2023. *Research methods.* Methods "Questionnaire of causal orientations of Deci-Ryan adaptation by D.A. Leontiev, O.E. Dergacheva"; "The ability of self-government N.M. Peisakhov"; essay "Personal autonomy and its place in the structure of the personality of a psychologist." *Design.* The sample consisted of graduate psychology students and psychologists of the Luhansk education system. *Results.* The subjects of both groups demonstrated an understanding of the content of this phenomenon, similar results in terms of the severity of the formation of personal autonomy in general. However, it was found that the level of development of its individual components is better developed among employees (statistically significant differences in the results of the analysis of contradictions, quality assessment and decision-making). *Conclusion.* The data obtained allow us to speak about the need to form personal autonomy in the process of vocational training through students' understanding of its content and creating conditions for the development of its components (self-determination, self-management, etc.).

Keywords: requirements for the personality of a psychologist, personal autonomy, self-determination, self-management.

Введение. Современные реалии жизни требуют от человека определенных личностных качеств. К таким качествам можно отнести и личностную автономию, которая позволит человеку при любой деформации социокультурного вектора оставаться устойчивым.

Личностная автономия, по Э. Фромму, это отделение человека от других, приводящее к принципиально новой близости и активной солидарности с другими путем развития в себе творческой активности, вновь соединяющей человека с миром как истинно свободного (Фромм, 2006). Такая автономия является одним из основных маркеров психического здоровья (Дергачева, 2005; Леонтьев, Дергачева, 2011), когда человек «проявляет уверенную позицию, несет ответственность, контролирует свои решения и

активно взаимодействует с окружающими людьми и событиями» (Доронцова, 2019). Логично, что автономность становится одним из основных требований к личности практического психолога.

Исследование проводилось в 2022-2023 гг. на базе кафедры психологии и учебных заведений г. Луганска.

Методы исследования. Для изучения особенностей сформированности личностной автономии у психологов на разных этапах профессионального развития использовались «Опросник каузальных ориентаций Деси-Райана в адаптации Д.А. Леонтьева, О.Е. Дергачевой» и методика «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова», а также эссе «Личностная автономия и ее место в структуре личности психолога».

В эксперименте участвовали студенты-психологи выпускных курсов направления подготовки 37.03.01 «Психология» ФГБОУ ВО ЛНР «ЛГПИУ» (42 чел.), а также практические психологи системы образования г. Луганска (33 чел., стаж до 5 лет).

Результаты исследования и обсуждение. Обобщая результаты качественного анализа эссе «Личностная автономия и ее место в структуре личности психолога», можно сказать, что большинство испытуемых обеих групп под личностной автономией, в первую очередь, понимают способность личности мыслить и действовать согласно собственной системе ценностей и потребностей, самостоятельность в суждениях и поступках (так отвечали 87,5% психологов-практиков и 78,1% студентов), при этом данная свобода, по их мнению, напрямую связана с принятием ответственности за сделанный выбор (об ответственности как качестве автономной личности сказали 90,6% работающих психологов и 73,8% студентов-психологов). В целом же можно говорить, что сущность понятия «личностная автономия» и студентами-психологами, и психологами-практиками трактуется через соответствующие ее составляющие довольно содержательно.

Далее эксперимент был нацелен на выявление такого компонента личностной автономии как самодетерминация (каузальная ориентация по Деси-Райану), результаты испытуемых, полученные при помощи методики «Опросник каузальных ориентаций», показаны на рис. 1.

Результаты обеих выборок говорят о том, что у большей части испытуемых сформирован внутренний локус каузальной ориентации, т.е. по две трети опрошенных обеих групп чаще всего склонны видеть причины различных ситуаций своей жизненной истории в своих же действиях и поступках, ориентироваться при решении различных вопросов на собственные цели и ценности, опираться в первую очередь на собственные силы и ресурсы (статистически значимой разницы по Т-критерию Стьюдента не выявлено: $t_{эмп} = 0,27$ при $t_{крит} = 1,999$). При этом доминирование внешнего локуса было выявлено только у небольшого процента выборки студентов

(3,8%), что позволяет предполагать, что в процессе активного вхождения в профессию личностная автономия растет.

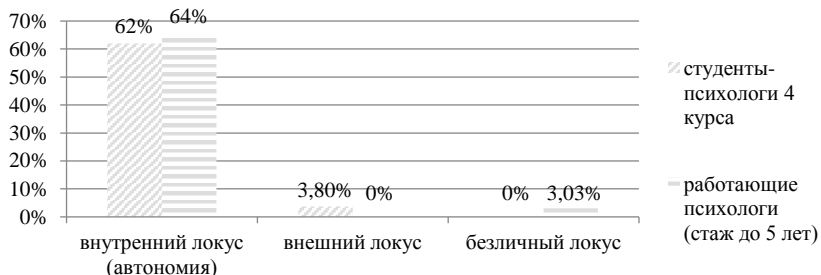


Рис. 1. Выраженность локуса каузальной ориентации

При этом разница результатов испытуемых была выявлена при изучении выраженности отдельных компонентов самоуправления (методика «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова», что отражено на рис. 2.

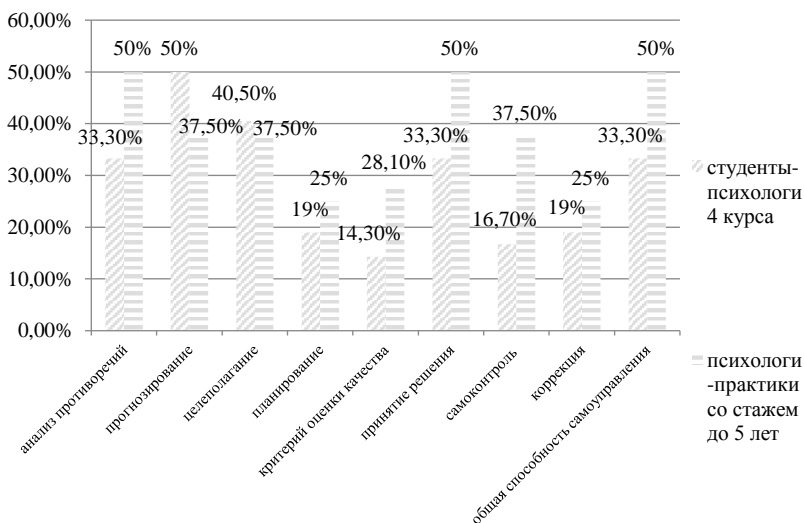


Рис. 2. Выраженность сформированности отдельных компонентов самоуправления (% респондентов с показателями выше среднего и высокими).

Показатели работающих психологов существенно выше практически по всем шкалам методики, т.е. психологи со стажем до 5 лет более склонны к четкому планированию своих действий (высокие показатели по данной

шкале выявлены у 25% психологов-практиков, тогда как среди студентов таких испытуемых только 19%); половина из них самостоятельны в принятии решений (у студентов 33,3%), столько же способны к анализу противоречий в своей деятельности (у студентов – те же 33,3%), треть работающих психологов имеют четкие критерии оценки своей работы (студентов – 14,3%); также практически в два раза выше % респондентов-психологов с достаточно хорошим самоконтролем именно в группе работающих (37,5% против 16,75% испытуемых-студентов).

Проведенный по Т-критерию Стьюдента корреляционный анализ показал, что существует статистически значимая разница результатов выборок испытуемых по шкалам: анализ противоречий ($t_{\text{эмп}} = 2,084$ при $t_{\text{крит}} = 1,993$), критерий оценки качества ($t_{\text{эмп}} = 2,226$ при $t_{\text{крит}} = 1,993$), принятие решения ($t_{\text{эмп}} = 2,951$ при $t_{\text{крит}} = 1,993$). О разнице общего показателя самоуправления, выявленной при помощи описательной статистики, можем говорить только на уровне тенденции (т.к. $t_{\text{эмп}} = 1,687$ при $t_{\text{крит}} = 1,993$).

Анализ результатов испытуемых подтверждает наше предположение, что у работающих психологов показатели самоуправления выше, что мы связываем с тем, что в процессе профессионального развития, обретения профессиональной идентичности у специалистов развиваются профессионально необходимые качества и навыки.

Практическое применение. Полученные данные могут быть использованы в рамках создания психолого-педагогических условий формирования будущего специалиста-психолога в процессе профессионального обучения в вузе.

Выводы. Исследование показало: несмотря на то, что содержание феномена «личностная автономия» респонденты обеих выборок раскрывают через схожие понятия (самостоятельность в суждениях и принимаемых решениях, независимость, и пр.) и в целом уровень личностной автономии у практикующих психологов с небольшим стажем работы выше несущественно, однако были выявлены статистически значимые различия уровней развития отдельных ее компонентов у студентов и практикующих психологов.

Библиографический список

1. Дергачева О.Е. Личностная автономия как предмет психологического исследования: дисс... канд. психол. наук. Москва, 2005.
2. Дергачева О.Е., Леонтьев Д.А. Личностная автономия как составляющая личностного потенциала. В сборнике Личностный потенциал: структура и диагностика. М.: Смысл, 2011. С. 210-240.
3. Доронцова О. Психолого-педагогические детерминанты развития автономии подростков в образовательном процессе: дисс... канд. псих. наук. Брянск, 2019. [Электронный ресурс] // URL: https://www.sgu.ru/sites/default/files/dissertation/2019/03/02/dissertaciya_doroncovoy_o.a.pdf
4. Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя. М.: АСТ, 2006. 571 с.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ТРЕХ ТИПОВ КРИТЕРИЕВ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ: КОГНИТИВНЫЕ, ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ И ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ

А.В. Митрофанова

Сочинский государственный университет, г. Сочи, Россия

Аннотация. Неопределенность пронизывает каждого своим беспощадным чувствительным откликом, затрагивая различные аспекты жизни. В большинстве случаев неопределенность сопровождается тревогой, страхом, апатией, беспокойством, депрессией и т.д. Сама по себе неопределенность не завершается. Изучение неопределенности имеет практическую значимость. Взаимодействие трех типов критериев неопределенности – когнитивных, эмоциональных и поведенческих – не всегда выводит из самой неопределенности. Понимание неопределенности поможет лучше понять, как она влияет на жизнь человека и его поведение. *Цель исследования.* Определение взаимодействия трех типов критериев неопределенности – когнитивных, эмоциональных и поведенческих. Методы исследования и выборка. Выборка 70 человек. Метод исследования структурированный опрос, состоящий из 4 вопросов. *Основные результаты.* Когнитивные критерии неопределенности, полученные в ходе опроса, связанные с пониманием. По полученным результатам на основе контент-анализа были сформированы 6 групп. Эмоциональные критерии неопределенности связаны с многогранностью и слабой осознанностью в чувствах и эмоциях. Здесь такие ответы как тревога, беспокойство, растерянность, неуверенность и другие. *Заключение.* Можно отметить, что нами были выделены когнитивные, эмоциональные и поведенческие критерии неопределенности, отмечены взаимосвязи каждого критерия, определены виды неопределенности, а также способы завершения неопределенности.

Ключевые слова: неопределенность, непредсказуемость, неизвестность, риски, неясность, критерии неопределенности.

INTERACTION OF THREE TYPES OF UNCERTAINTY CRITERIA - COGNITIVE, EMOTIONAL AND BEHAVIORAL

A.V. Mitrofanova

Sochi State University, Sochi, Russia

Annotation *Relevance.* Uncertainty permeates everyone with its merciless sensitivity, the presence of various aspects of life. In most cases, uncertainty was accompanied by anxiety, fear, apathy, anxiety, depression, etc. Uncertainty does not end on its own. The study of uncertainty has a practical touch. The interaction of three types of uncertainty - cognitive, emotional and behavioral, not always arising from the uncertainty itself. Understanding uncertainty will help you better understand how it perceives human life and behavior. *Purpose of the study.* Determining the interaction of three types of uncertainty criteria - cognitive, emotional and behavioral. *Research methods and sampling.* Sample of 70 people. The research method is a structured survey consisting of 4 questions. *Main results.* Cognitive measures of uncertainty derived from a survey related to comprehension. Based on the results obtained, based on content analysis, 6 groups were formed. Emotional criteria of uncertainty are associated with the versatility and low awareness in feelings and emotions. Here are an-

swers such as anxiety, anxiety, confusion, uncertainty and others. *Conclusion.* It can be noted that we have identified the criteria for cognitive, emotional and behavioral uncertainties, noted the relationship of each criterion, identified the types of uncertainty, as well as ways to complete the uncertainty.

Keywords: uncertainty, unpredictability, uncertainty, risks, ambiguity, assessment of uncertainty.

Введение. Неопределенность пронизывает каждого своим беспощадным чувствительным откликом, затрагивая различные аспекты жизни. Пройти мимо нее невозможно, ведь она может быть связана с неопределенностью окружающей среды, нашей роли и места в этой среде, нашего будущего, нашей личности, наших отношений с другими людьми и даже внутреннего мира человека.

Е.Ю. Лихачева формирует общее видение неопределенности и отмечает, что «Неопределенность — это отсутствие у субъекта ситуации ее целостного видения, ее контекста, значения и смысла, возможностей и тенденций ее дальнейшего развития. Ситуация неопределенности включает внешнюю (объективные характеристики) и внутреннюю (психологическое переживание) стороны» (Лихачева, 2010).

Как говорит Александр Григорьевич Асмолов, мы не видим, как мир меняет те или иные установки. В ситуации неопределенности одни реагируют, другие прячутся. Люди, готовые к изменению, проявляются чувствительно к изменению, другие же готовы к изменению по стратегии. Когда нет чувствительности к изменению, включаются перцептивные защиты. Из-за неопределенности возникает переживание безвыходности и безысходности (Асмолов, 2019).

Д. А. Леонтьев рассматривает проблему неопределенности в контексте изменений, происходящих в современном мире, связанных с переходом к постиндустриальному обществу и информационной культуре и выделяет основные характеристики этого перехода, такие как неопределенность, динамичность, открытость, риск и т.д. Автор подчеркивает необходимость разработки новых подходов к анализу неопределенности и перехода от рассмотрения неопределенности как угрозы к рассмотрению ее как возможности (Леонтьев, 2014). Д.А. Леонтьев утверждает, что вызов неопределенности является центральной проблемой психологии личности, так как неопределенность является неизбежной составляющей современного мира и требует особой адаптации со стороны индивида (Леонтьев, 2015).

В большинстве случаев неопределенность сопровождается тревогой, страхом, апатией, беспокойством, депрессией и т.д. Сама по себе неопределенность не завершается, вопросы ждут своих ответов, так как мы начинаем думать не тогда, когда все известно и понятно, а тогда, когда что-то еще неизвестно и непонятно. Изучение неопределенности имеет практическую значимость, особенно во время перемен и непредсказуемости, когда

бывалый контроль исчезает. Взаимодействие трех типов критериев неопределенности – когнитивных, эмоциональных и поведенческих, не всегда выводит из самой неопределенности. Понимание неопределенности поможет лучше понять, как она влияет на жизнь человека и его поведение. Ничего не проходит бесследно для психики человека, неизбежно сформируется способ реагирования. «Лучшим способом преодоления неопределенности является признание ее существования» (Зинченко, 2007).

Цель – определить взаимодействие трех типов критериев неопределенности – когнитивных, эмоциональных и поведенческих.

Методы исследования и выборка. Выборка (N = 70) сформирована случайным образом, национальность респондентов 83% - русский, 4%- армянин, 3% - татарин, 3% - метис, 1,5% - грек, 1,5% - украинец, 2% - грузин, 2% - абхаз. Доля женщин составила 87%, доля мужчин – 13%. Возраст респондентов – от 18 до 65 лет (средний возраст 34 года). Распределение респондентов по возрастам: до 20 лет – 16%, 21-30 лет – 21,4%, 31-40 лет – 38,6%, 41-50 лет – 16%, 51-65 лет – 8%. Среди демографических групп были представлены респонденты с полным высшем образованием – 63%, неполным высшим – 24%, основное общее – 8,6%, имеется ученая степень – 4,4%. Семейное положение в браке – 40%, в разводе – 12,9%, холост/не замужем – 45,7%, вдова/вдовец – 1,4%. Дети имеются у 40% респондентов.

Основное метод исследования структурированный опрос, состоящий из 4 вопросов: 1) Вопрос: что, по Вашему мнению, неопределенность? (назовите 2-3 признака); 2) Вопрос: что, по вашему мнению, чувствует человек в ситуации неопределенности? 3) Вопрос: приведите пример ситуации неопределенности; 4) Вопрос: как может себя вести человек в ситуации неопределенности?

Сбор ответов осуществлялся посредством онлайн-формы.

Основные результаты. Частотный и контент-анализ ответов респондентов показали следующие результаты.

Вопрос 1: что, по Вашему мнению, неопределенность?

Когнитивные критерии неопределенности, полученные в ходе структурированного опроса, связанные с пониманием. По полученным результатам на основе контент-анализа были сформированы 6 групп: 1 – утрата контроля над будущими событиями, 2 – нет информации (нет ответа на вопрос), 3 – затруднение выбора, 4 – наличие риска, 5 – утрата контроля над собой, 6 – отсуствие цели и плана (желания).

Вопрос 2: что по вашему мнению чувствует человек в ситуации неопределенности?

Эмоциональные критерии неопределенности связаны с многогранностью и слабой осознанностью в чувствах и эмоциях. Здесь такие ответы как тревога, беспокойство, растерянность, неуверенность и другие. Рейтинг ответов по частоте встречаемости представлен в таблице.

Таблица

Частота встречаемости ответов на вопрос: что по вашему мнению чувствует человек в ситуации неопределенности?

Чувства	Количество ответов	%
Тревога	46	37%
Страх	32	25,5%
Растерянность	14	11,2%
Неуверенность	12	9,5%
Бессилие	6	4,8%
Волнение	5	4%
Раздражение, интерес	4	3,2%
Беспокойство, опустошенность	3	2,4%
Испуг, уныние, грусть, пониженная самооценка, подавленность, апатия, рассеянность, смятение, потерянности, паника, суета	2	1,6%
Беспомощность, печаль, напряжение, дискомфорт, возбуждение, свобода, отсутствие стабильности и опоры, депрессию, вызов, непонимание, потеря безопасности, сомнения, стресс, злость, отчаяние, надежда, боязнь, разочарование, скованность, ответственность, возмущение, гнев	1	0,8%

Вопрос 3: приведите пример ситуации неопределенности.

На этом основании нами были сформированы 5 групп.

К первой группе «утрата контроля над будущими событиями» относятся примеры таких ситуаций как: «ты подал документы на поступление в вуз, и ждешь результаты конкурсного зачисления»; «политическая ситуация в стране», «сколько продлится война»; «военное положение»; «сдача экзаменов» (непонятно какой будет билет и как на него правильно ответить); «мобилизация – призовут или нет»; «ожидание результата анализа на онкоцитологию»; «окончание школы», «ожидание результатов поступления»; «потеря работы».

Ко второй группе «утрата контроля над собой» относятся такие описания ситуации как: «зависимые отношения», «как будто я не могу принять решение сама»; «принятие решения зависит от другого человека»; «после наркоза во время операции не могла сознательно включить контроль над физическими состояниями»; «утрата здоровья».

К третьей группе «нет информации (нет ответа на вопрос)» относятся такие высказывания как: «человек заблудился в незнакомом месте»; «собеседование при приёме на работу»; «после прохождения собеседования», «длительное ожидание»; «после свидания молодой человек, обещал позвонить и исчез, и девушка осталась в состоянии неопределённости, что было не так, что произошло»; «неуверенность в том, взяла ли с собой нужную

вещь или забыла»; «новая обстановка, новый коллектив»; «не знать, как себя вести, о чем говорить с новыми людьми».

К четвертой группе «затруднение выбора (связанно с наличием риска ответственность за принятия решения) относятся такие высказывания респондентов как: «в совершении покупки вещи»; «задерживают рейс на неопределённое время, не знаешь остаться в аэропорту или пойти город посмотреть»; «когда ты хочешь пойти в спортзал и не хочешь одновременно»; «выбор профессии»; «не определились, в какую школу отправить ребёнка»; «выбор партнера»; «какую книгу читать следующей»; «брать зонт или не брать».

К пятой группе «наличие риска» относятся такие высказывания как: «фондовый рынок»; «азартные игры»; «смена работы»; «чтение нового курса (или у новой группы)».

Вопрос 4: как может себя вести человек в ситуации неопределенности?

Поведенческие критерии неопределенности связаны с такими группами признаков в действиях и поведении, как: 1 – получить информацию, 2 – идти на риск, 3 – утрата контроля над собой, 4 – не делать выбора, 5 – переживать чувства.

К первой группе «получить информацию» относятся высказывания такие как: посмотреть на ситуацию с разных сторон и выбрать способ решения; искать информацию; разрабатывать варианты решения; обговаривать с другими людьми.

К второй группе «идти на риск» относятся высказывания такие как: просить о помощи; пытаться действовать несмотря на опасность потерять.

К третьей группе «утрата контроля над собой» относятся высказывания такие как: действует хаотично, не отдавая отчёт своим действиям; панике совершать необдуманные поступки; совершить не правильный поступок на эмоциях.

К четвертой группе «не делать выбора» относятся высказывания такие как: избегать принятия решения; может метаться в поиске ответов и компромиссов; не определяться; сомневаться.

К пятой группе «переживать чувства» относятся высказывания такие как: нервничать; замирать; тревожиться; испытывать стресс; быть неуверенным; испытывать апатию; паниковать; волноваться и т.д.

Обсуждение результатов. В результате нашего исследования в текстовом формате описывается результат анализа ответов на вопросы о ситуациях, вызывающих неопределенность. На основании этого были выделены 5 групп ситуаций, которые вызывают у людей утрату контроля над будущими событиями, утрату контроля над собой, отсутствие информации, затруднение выбора и наличие риска. Каждая группа содержит примеры ситуаций, которые вызывают у людей неопределенность. Скорость и эффективность реакций человека на различные ситуации или сигналы напрямую

зависят от того, насколько хорошо он был предварительно подготовлен к этим реакциям еще до того, как ситуация возникла (Иванников, 2021).

Когнитивные критерии неопределенности, полученные в ходе структурированного опроса, нами были выделены в 6 групп. К первой группе относятся высказывания о утрате контроля над будущими событиями, ко второй – об утрате контроля над собой, к третьей – о недостатке информации, к четвертой – о затруднении выбора и ответственности за принятие решения, к пятой – об отсутствии цели и плана. В вопросе, связанном с примером ситуации неопределенности и поведением в ситуации неопределенности ответов с содержанием сути данной группы обнаружено не было. Это позволяет предположить, что эта группа относится к людям с внутренней неопределенностью, которая не проявляется как в ситуациях, так и в поведении. Кроме того, ответы, связанные с поведением человека в ситуации неопределенности, часто сопровождаются страхом и защитными механизмами, такими как замирание, бегство, паника, потеря ориентации и т.д.

Состояние неопределенности активизирует работу психических механизмов человека. В работах М. Эптера, Дж. Кагана, З. Баумана, Е.Г. Луковицкой и др. акцент делается на когнитивном компоненте неопределенности. Механизм когнитивного оценивания, по мнению Л.И. Анцыферовой, имеет важное значение для стратегий, которые выбирает человек в условиях неопределенности, человек ориентируется на свой жизненный опыт и индивидуальные когнитивные стратегии при принятии решений в повседневной жизни (Анцыферовой, 1993).

Эмоциональный критерий неопределенности выделен нами по частоте встречаемости где тревога – 37%, страх – 25,5%, растерянность – 11,2%, неуверенность – 9,5%, бессилие – 4,8%, волнение – 4%, раздражение, интерес – 3,2%, беспокойство, опустошенность – 2,4%, испуг, уныние, грусть, пониженная самооценка, подавленность, апатия, рассеянность, смятение, потерянности, паника, суета – 1,6%, беспомощность, печаль, напряжение, дискомфорт, возбуждение, свобода, отсутствие стабильности и опоры, депрессию, вызов, непонимание, потеря безопасности, сомнения, стресс, злость, отчаяние, надежда, боязнь, разочарование, скованность, ответственность, возмущение, гнев – 0,8%.

Эмоциональные состояния, чувства имеют значение в том, чтобы указать и предупредить о чем либо, таким образом, привлекая к чему-то внимание (Лэнгле, 2017). Из полученных ответов выделяются два доминирующих чувства – тревога и страха. Главной сложностью на пути преодоления проявленной неопределенности является страх, подаренный нам эволюцией механизм, показывающий, что есть чувствительность. Помимо страха можно отметить тревогу как индикатор соприкосновения с неопределенностью. Состояние тревоги возникает в ситуациях неопределенности, когда

характер или время возникновения угрозы не поддается предсказанию (Карвасарский, 2020). Е.Т. Соколова пишет, что «известная толерантность к неопределенности и переносимость амбивалентности могут свидетельствовать о достижении индивидуальной зрелости, константности и целостности Я, способного справляться с сепарационными и анаклитическими тревогами» (Соколова, 2015).

Поведенческие критерии неопределенности. Полученные результаты свидетельствуют о том, что поведение человека в ситуации неопределенности связано с несколькими группами признаков: получение информации, идти на риск, утрата контроля над собой, не делать выбора. При этом наибольшее количество ответов было связано с последней группой «переживание чувств». Можно отметить, что вопрос был направлен на то, как может себя вести человек в ситуации неопределенности, то есть на поведение, а ответов в большом количестве было представлено на переживание чувств и проявление защитных механизмов. Что, в свою очередь, обращает наше внимание на определенный механизм взаимодействия с неопределенностью.

Выводы. Приведенные данные частотного и контент-анализа ответов респондентов на вопросы структурированного интервью позволили обозначить когнитивные, эмоциональные и поведенческие критерии неопределенности. Взаимодействия трех типов критериев неопределенности – когнитивных, эмоциональных и поведенческих – проявляются в виде продолжения развития неопределенной ситуации, где человек сталкивается с нехваткой информации или непредсказуемыми событиями. Когнитивные критерии включают в себя стремление к получению дополнительной информации и поиску путей решения проблемы. Эмоциональные критерии связаны с переживанием тревоги, страха, растерянности, неуверенности, которые могут приводить к защитным механизмам и повышению уровня стресса. Поведенческие критерии, в свою очередь, определяют способы реагирования человека на ситуации неопределенности, такие как идти на риск, терять контроль над собой или не принимать решение вовсе.

Взаимодействие этих трех типов критериев может привести к различным результатам в ситуациях неопределенности. Например, если когнитивные критерии доминируют, то человек может продолжать поиск информации, не принимая решения. Если эмоциональные критерии доминируют, то повышенный уровень тревоги может привести к защитным механизмам, которые могут мешать решению проблемы. Если поведенческие критерии доминируют, то человек может рискнуть, принять неправильное решение или вообще не принимать решения, совершить импульсивное действие.

Поэтому важно понимать, что взаимодействие этих трех типов критериев неопределенности может иметь как положительные, так и отрицательные последствия для личности в данных условиях.. Чтобы успешно

справляться с ситуациями неопределенности, необходимо развивать баланс между когнитивными, эмоциональными и поведенческими критериями, формировать их комплекс и уметь выбирать правильные стратегии для решения проблем.

Если переводить на психологический язык, то это познание. Г.Лефрансу отмечает, что познание включает приобретение новых знаний, понимание, решение задач и связанные с ними интеллектуальные процессы. Познание принято называть высшей формой адаптации. Познание может быть профессиональной деятельностью человека или быть составной частью его разнотранспортной жизнедеятельности. Осознание того, что каждый человек познает окружающий его мир и самого себя, выступая в качестве эксперта (при наличии знаний и компетенций) и наивного наблюдателя (право на собственное мнение). Хорошо знать все о немногом и немногим обо всем.

Библиографический список

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. 5-е.изд., стер. М.: Смысл, 2019.
2. Анцыферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14, № 2. С. 3-16.
3. Зинченко В.П. Толерантность к неопределенности: новость или психологическая традиция? // Человек в ситуации неопределенности / Под ред. А.К. Болотовой. М.: ТЕИС. 2007.
4. Иванников В. А. Культурно-историческая психология волевого действия: От прогноза - к поступку. Избранные труды / Предисл. А. Асмолова. М.: Когито-Центр, 2021.
5. Леонтьев Д.А. Конец имманентности и перспектива возможного // Место и роль гуманизма в будущей цивилизации / Отв. ред. г.Л. Белкина. М.: ЛЕНАНД, 2014.
6. Леонтьев Д.А. Вызов неопределенности как центральная проблема психологии личности // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 40. <https://doi.org/10.54359/ps.v8i40.555>
7. Лэнгле А.. Эмоции и экзистенция. 3-е изд., испр. - X., Изд-во «Гуманитарный Центр» / Шипилова О. А., 2017.
8. Лихачева Е. Ю. Смыслообразование как механизм преодоления неопределенности (на материале имитационных игр) // Вестник Московского государственного областного университета. Сер.: Психологические науки. 2010. № 3. С. 22-32.
9. Соколова Е.Т. Клиническая психология ураты. М.: Смысл, 2015.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ И ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАНИЯ СО СЛОЖНЫМИ СИТУАЦИЯМИ ЛИЦ, СКЛОННЫХ К СУИЦИДУ

И.В. Михайлова, И.С. Вирясова

Ульяновский государственный университет, г. Ульяновск, Россия

Аннотация. Проблема суицида признается практикующими специалистами крайне серьезной, поэтому в настоящее время особое значение приобретает поиск и изучение ресурсных состояний человека. Целью настоящего исследования является изучение психологического состояния и особенностей совладания со сложными ситуациями лиц, склонных к суициду. В исследовании были использованы следующие методики: опросник суицидального риска А.Г. Шмелева, опросник «Самооценка психических состояний личности» Г. Айзенка, шкала безнадежности А.Бека и проективная методика «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько. Результаты были обработаны при помощи критерия Манна – Уитни.

По результатам исследования было установлено, что у испытуемых с суицидальным риском был выявлен инфантильный максимализм ценностных установок, который может выражаться и как в непринятии сложной структуры мира, так и в выраженном перфекционизме. У испытуемых с суицидальным риском был выявлен высокий уровень тревожности, фрустрации и невысокий уровень агрессивности. Такие субъекты часто ощущают недифференцированные отрицательные эмоции, связанные с эмоцией страха и злости, у них проявляется умеренный уровень ощущения безнадежности. Испытуемые с суицидальным риском часто не выражают агрессию вовне, не прорабатывают ее, в результате чего у таких индивидов формируется аутоагрессия, что может привести к суициду. Испытуемые с суицидальным риском отличаются повышенной впечатлительностью и мнительностью, демонстрируют стремление избежать неприятных ситуаций. Можно предположить наличие внутреннего конфликта у таких испытуемых: с одной стороны, они испытывают потребность в общении и доверительных отношениях, но одновременно с этим они уклоняются от тесного взаимодействия с окружающими, избегают контактов, в результате чего испытывают недостаток в общении.

Ключевые слова: суицид, суицидальный риск, психологическое состояние, совладание со сложными ситуациями.

PSYCHOLOGICAL STATES AND PECULIARITIES OF COOPING WITH DIFFICULT SITUATIONS OF SUICIDABLE PERSONS

I.V. Mikhailova, I.S. Viryasova

Ulyanovsk State University, Ulyanovsk, Russia

Abstract. The problem of suicide is recognized by practitioners as extremely serious, therefore, at present, the search and study of human resource states is of particular importance. This article presents the main results of our own empirical research on the study of the psychological state and characteristics of coping with difficult situations of persons prone to suicide. The following methods were used in the study: A.G. Shmeleva, the questionnaire "Self-assessment of the mental states of the individual" by G. Eysenck,

the scale of hopelessness by A. Beck and the projective technique "Man in the rain" by E. Romanova and T. Sytko. The results were processed using the Mann-Whitney test.

According to the results of the study, it was found that the subjects with suicidal risk revealed infantile maximalism of value attitudes, which can be expressed both in the rejection of the complex structure of the world, and in pronounced perfectionism. The subjects with suicidal risk had a high level of anxiety, frustration and a low level of aggressiveness. Such subjects often experience undifferentiated negative emotions associated with the emotion of fear and anger, they show a moderate level of hopelessness. Subjects with suicidal risk often do not express aggression outside, do not work it out, as a result of which auto-aggression is formed in such individuals, which can lead to suicide. Subjects with suicidal risk are characterized by increased sensibility and suspiciousness, demonstrate a desire to avoid unpleasant situations. It can be assumed that such subjects have an internal conflict: on the one hand, they feel the need for communication and trusting relationships, but at the same time they avoid close interaction with others, avoid contacts, as a result of which they lack communication.

Keywords: suicide, suicidal risk, psychological state, coping with difficult situations.

Введение. Проблема суицидального поведения остро стоит перед населением многих стран мира. По статистике Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), около 700 тысяч человек в год добровольно уходят из жизни, еще большее количество регистрируются суицидальных попыток [1]. Каждое самоубийство, которое затрагивает семьи, сообщества и целые страны, заканчивается огромной трагедией. Поэтому крайне важно выявить и изучить всевозможные личностные и регуляторные ресурсы индивида, которые помогают справляться со сложными жизненными ситуациями.

Методы исследования. В рамках психодиагностического метода в исследовании использовались следующие методики: опросник суицидального риска (ОСР) А.Г. Шмелева в модификации Т.Н. Разуваевой; опросник «Самооценка психических состояний личности» Г.Айзенка; шкала безнадёжности А.Бека; проективная методика «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько.

Полученные результаты обрабатывались математическим методом – в исследовании был применен статистический критерий Манна – Уитни.

Всего в исследовании приняло участие 20 человек, мужчин и женщин в возрасте от 36 до 60 лет, работающих в различных организациях Ульяновской области (консалтинговая компания «Полос управления», ООО «Сеть», «Агентство кадастровых работ»).

Результаты и обсуждение. Используя «Опросник суицидального риска (ОСР) А. Г. Шмелева» (модификация Разуваевой Т.Н.) были выявлены две группы испытуемых – испытуемые с высоким уровнем суицидального риска (1 группа) и испытуемые с низким уровнем суицидального риска (2 группа). В таблице 1 представлены результаты, полученные по опроснику суицидального риска А. Г. Шмелева

Таблица 1

Выявление особенностей индивидуального стиля и содержания суицидальных намерений испытуемых двух групп при помощи критерия Манна-Уитни

Шкала	1 группа испытуемых	2 группа испытуемых	U эмп
Демонстративность	2,4	1,8	38.5*
Аффективность	3,2	1,8	25.5
Уникальность	2,5	1,4	31*
Несостоятельность	4,2	2,5	27
Социальный пессимизм	4,0	3,6	39.5*
Слом культурных барьеров	2,3	1,7	42.5*
Максимализм	4,5	1,8	15**
Временная перспектива	2,6	1,4	32*
Атисуицидальный фактор	3,5	1,3	24

Примечание: * - значимо при $p=0,05$. ** - значимо при $p=0,01$

Данные результатов нам показали, что значимые различия в группах испытуемых выявились по шкале: «Максимализм».

Анализируя наши результаты, мы можем предположить, что испытуемым первой группы (испытуемые с суицидальным риском) свойственен инфантильный (юношеский) максимализм. Даже, возможно, что этот юношеский максимализм перешел в хронический, а вместе с ним – неумение выслушать и понять чужую точку зрения, принять множественность мира. Часто такие люди упрямы и неуживчивы, что осложняет их социализацию и снижает возможность поддержки близких людей.

Более того, в отдельных случаях максимализм может вырастать в перфекционизм, который заключается в предъявлении завышенных требований к себе. Такие люди склонны занижать ценность собственных достижений, завышая при этом оценку собственных неудач и потерь. Эти люди тщетно пытаются довести все, что они делают, до предполагаемого идеала, забывая, что идеал недостижим, а потому их стремления не могут достичь своей цели, которая, в конечном счете, не может быть достигнута. Эту стратегию они переносят во все сферы своей жизни, обрекая, таким образом, себя на программируемое разочарование в жизни и неудачи в каждой своей сфере, что логично приводит к разочарованию в жизни и низкой самооценке.

Испытуемые 2 группы (испытуемые без суицидального риска), возможно, принимают идею разнообразия мира, которая не сводится только к экстремумам, они допускают существование полутонов и чужих точек зрения, что облегчает их социализацию, делает более открытыми для общения и привлекает других людей, которые потенциально могут смягчить последствия неудач утешением и участием. Люди этой группы, возможно, могут компенсировать неудачи одной сферы жизни успехами в другой. Как

успехи, так и неудачи они склонны относить на свой счет, полностью беря ответственность за них, не приписывая ни те, ни другие воздействиям внешних или непреодолимых сил. Неудачи воспринимаются испытуемыми как часть опыта жизненного пути, которые фиксируются, но не принимают формы аффективного закрепления.

По итогам обработки результатов исследования по опроснику «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка, получены значимые различия по шкалам: «Тревожность», «Фрустрация» и «Агрессивность». Показатели результатов представлены в таблице 2.

Таблица 2

Выявление различий в самооценке психических состояний испытуемых двух групп при помощи критерия Манна-Уитни

Шкала	1 группа испытуемых	2 группа испытуемых	U эмп
Тревожность	13,1	5,4	2.5**
Фрустрация	12,7	5	3**
Агрессивность	5,5	9,5	14.5**
Ригидность	10,5	8,8	34.5*

Примечание: * - значимо при $p=0,05$. ** - значимо при $p=0,01$

Анализ полученных результатов, может свидетельствовать о том, что испытуемые с суицидальным риском имеют высокий уровень тревожности, фрустрации и невысокий уровень агрессивности. Это может быть связано с тем, что человек переживает даже объективно простые жизненные ситуации как сложные. Мы можем предположить, что испытуемые первой группы как бы предчувствуют беду, неопределенный страх за жизнь и здоровье, имеют подавленное настроение. Причем у испытуемых данной группы был выявлен невысокий уровень агрессивности. Это свидетельствует о том, что лица с суицидальным риском не выражают агрессию вовне, не переживают, не прорабатывают ее, а накапливают ее, что в итоге приводит к формированию аутоагрессии.

Испытуемые второй группы имеют низкий уровень тревожности, фрустрации и высокий уровень агрессивности. К таким показателям можно отнести людей, которые не чувствуют напряжения или нервозности. Также это может свидетельствовать о том, что испытуемые не переживают объективно простые ситуации как сложные, что устойчивы к неудачам и не боятся трудностей. Причем внешнее выражение агрессии может способствовать выходу отрицательных эмоций, некому катарсису, который способствует устойчивости к негативным эмоциям. Мы считаем, что выражение и таким образом переживание отрицательных эмоций способствует проработке отрицательного эмоционального состояния и выработке жизнестойкости.

Анализируя результаты, полученные при помощи методики «Шкалы безнадёжности А.Бека», можно увидеть, что тяжелой степени безнадёжности у испытуемых не было выявлено даже в группе с высоким уровнем суицидального риска (см. таблицу 3).

Таблица 3

Выявление различий в уровне безнадёжности испытуемых двух групп при помощи критерия Манна-Уитни

Уровень безнадёжности	1 группа испытуемых	2 группа испытуемых	U эмп
Не выявлена	0,3	0,8	32*
Легкая	2,5	2,2	47*
Умеренная	5,5	0,0	25*
Тяжелая	0,0	0,0	50

Примечание: * - значимо при $p=0,05$. ** - значимо при $p=0,01$

Полученные результаты свидетельствуют о том, что испытуемые первой группы (испытуемые с выявленным суицидальным риском) более пессимистично настроены при оценке своего будущего. Возможно, это связано с разными сложными обстоятельствами, такими как потеря или расставание с близким человеком; тревога в принципе за будущее свое и своих близких – мужей, детей; внезапное увольнение с работы, серьезное заболевание, катастрофа, психологическая травма и другие подобные сложные и тяжелые переживания в жизненных ситуациях. Такие люди часто уверены, что впереди их ждут постоянные трудности, отчаяние, невозможность удовлетворить свои потребности и желания. Кроме того, они не предполагают успех в каком-либо своем начинании. Можно сделать вывод, что это служит косвенным индикатором выявления суицидального риска.

Используя проективную методику «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько мы выявляли способность личности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им.

Анализируя рисунки испытуемых с суицидальным риском можно сказать, что у людей присутствует высокий уровень тревожности и замкнутости (см. рисунок 1).

Некоторые персонажи под дождём нарисованы уходящими, это может свидетельствовать о стремлении избежать неприятных ситуаций. Было установлено, что испытуемые первой группы отличаются повышенной впечатлительностью и мнительностью. Причём эти качества не всегда явно выражены в привычной манере поведения (см. рисунок 1).

Рисунки испытуемых без суицидального риска несколько отличаются от рисунков испытуемых первой группы (см. рисунок 2).



Рис. 1. Рисунки испытуемых с суицидальным риском по методике «Человек под дождем».



Рис. 2. Рисунки испытуемых без суицидального риска по методике «Человек под дождем».

Данные анализа рисунков испытуемых без суицидального риска показали, что субъекты имеют способность совладать со сложными жизненными ситуациями, наличие на рисунках средства защиты от дождя говорит о защитных механизмах, светящийся символ (солнце) символизирует значимых для испытуемых людей (см. рисунок 2).

Выводы. Таким образом, по результатам исследования было выявлено, что испытуемым с суицидальным риском свойственен инфантильный максимализм, который может способствовать черно-белому восприятию мира, выявлен высокий уровень тревожности, фрустрации и невысокий

уровень агрессивности, что приводит к формированию аутоагрессии. Испытуемые с суицидальным риском пессимистично настроены при оценке своего будущего и у них низкий уровень совладания со сложными жизненными ситуациями.

Библиографический список

1. Suicide: facts and figures globally / World Health Organization [сайт]. (2022). URL: [//www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-UCN-MHE-22.03](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-MSD-UCN-MHE-22.03) (дата обращения 20.04.2023).

ДИНАМИКА СОСТОЯНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ БЕЖЕНЦЕВ И ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ ИЗ ДОНБАССА

Р.В. Осин, А.Е. Роганова

Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

Аннотация. В статье проанализировано значение боевых действий на Донбассе как гиперстрессового фактора, негативно влияющего на психическое здоровье и психологическое благополучие людей. Психологическое благополучие личности авторами понимается как интегрированное, достаточно устойчивое психологическое состояние, которое проявляется в переживании удовлетворенности от жизни и ощущении полноты собственного функционирования. Представлено сравнение результатов эмпирических исследований состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев Пензенской области проведенных в марте 2022 г. и марте 2023 г. Выявлено, что в 2023 году, по сравнению с предыдущим, уменьшилось количество беженцев, которые имеют низкий и средний уровни психологического благополучия, и увеличилось количество беженцев, диагностирующих высокий уровень проявления этого психологического состояния. Беженцы и вынужденные переселенцы, пережив стрессовые события, начали чаще испытывать положительные эмоции от обычных вещей, видеть больше причин для радости и интереса в жизни. Вероятно, произошла определенная переоценка ценностей, трансформация их ценностно-смысловой сферы. Беженцы и вынужденные переселенцы чаще начали переживать общую удовлетворенность жизнью, различными ее сферами, ощущение полноты собственного функционирования. У респондентов стало более оптимистичным представление о будущем. У беженцев и вынужденных переселенцев возросло ощущение социальной поддержки, проявляющееся в переживании близости с другими, взаимоподдержки, взаимодоверия.

Ключевые слова: психическое здоровье, психологическое благополучие, беженцы, вынужденные переселенцы, психотравмирующее событие.

THE DYNAMICS OF THE STATE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF REFUGEES AND FORCED IMMIGRANTS FROM DONBASS

R. V. Osin, A. E. Roganova

Penza State University, Penza, Russia

Abstract. The article analyzes the significance of military operations in the Donbass as a hyperstress factor that negatively affects the mental health and psychological well-being of people. The psychological well-being of the personality by the authors is understood as an integrated, sufficiently stable psychological state, which is manifested in experiencing satisfaction from life and a sense of completeness of their own functioning. A comparison of the results of empirical studies of the state of psychological well-being of refugees and forced immigrants of the Penza region conducted in March 2022 and March 2023 was presented that in 2023, compared with the previous one, the number of refugees, which have low and average levels of psychological well-being, decreased. It was revealed that in 2023, in comparison with the previous one, the number of refugees that have low and average levels of psychological well-being decreased, and the number of refugees that diagnose a high level of manifestation of this psychological state increased. Refugees and forced immigrants, having survived stressful events, began to more often experience positive emotions from ordinary things, see more reasons for joy and interest in life. Probably, there was a certain reevaluation of values, the transformation of their value-semantic sphere. Refugees and forced immigrants more often began to experience general satisfaction with life, its various spheres, a sense of completeness of their own functioning. The respondents have become more optimistic about the future. Refugees and forced immigrants increased a sense of social support, manifested in the experience of intimacy with others, mutual support, complementarity.

Keywords: mental health, psychological well-being, refugees, forced immigrants, a psycho-traumatic event.

Введение. С 24 февраля 2022 года мир оказался в новой реальности – реальности специальной военной операции Российской Федерации по «демилитаризации» и «денацификации» Украины. Данное событие для многих стало болезненным, травмирующим. Прежде всего для населения, проживающего рядом с линией соприкосновения. Люди подвергаются таким гиперстрессовым событиям, как бомбардировки, обстрелы, телесные повреждения, вынужденная миграция и т.п. (Осин, 2022). За последний год в связи со специальной военной операцией на Украине Российская Федерация приняла огромный поток беженцев. На сегодняшний день более 30 тысяч уроженцев Донбасса поставлено на миграционный учёт в Пензенской области.

Естественно, боевые действия негативно влияют на психическое здоровье людей, понимаемое как состояние благополучия, благодаря которому человек может реализовывать свой потенциал, преодолевать жизненные стрессы, продуктивно, плодотворно работать и вносить вклад в свою жизнь.

Субъективная удовлетворенность жизнью, полнота функционирования личности, ощущение счастья нашли свое воплощение в научном понятии – «психологическое благополучие личности». К вопросу его изучения обращались как отечественные, так и зарубежные психологи: М. Аргайл, Н. Брэдберн, Э. Динер, Н.Н. Лепешинский, К. Рифф, М. Селигман, П.П. Фесенко, Р.М. Шамионов и др.

На наш взгляд, психологическое благополучие личности можно понимать как интегрированное, достаточно устойчивое психологическое состояние, которое проявляется в переживании удовлетворенности от жизни и ощущении полноты собственного функционирования. Считаем, что в структуре психологического благополучия личности значительное место занимает субъективное отношение, то есть отношение самой личности к себе, другим людям, собственной жизни, будущему.

Опираясь на исследования М. Аргайл (2003), Е.Е. Бочаровой (2012), Р.М. Шамионова (2014), выделим две основные группы факторов благополучия: объективные и субъективные. Объективные факторы подразделяются на социальные, материальные и физические. Для психологического решения данной проблемы именно субъективные факторы имеют большую значимость, т.к. уровень благополучия складывается из субъективных оценок индивида, его эмоционального состояния, жизненного опыта, ценностей и стремлений личности. Мы можем говорить, что боевые действия являются значительным фактором, влияющим на состояние психологического благополучия различных категорий населения.

Цель статьи: проанализировать динамику состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев.

Методы. Для изучения динамики состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев нами было проведено эмпирическое исследование. Оно реализовывалось в два этапа: I этап (март 2022 года); II этап (март 2023 года). Целевой группой исследуемых выбраны беженцы и вынужденные переселенцы из Донбасса в Пензенскую область. Всего продиагностировано 305 человек в возрасте от 20 до 70 лет. В первом этапе исследования приняли участие 120 человек, во втором этапе – 185 человек.

Методом научного исследования выбран письменный опрос, который проводился с помощью методики Удовлетворенность жизнью (УДЖ) на определение психологического благополучия личности (Мельникова, 2015).

Результаты. В ходе первого этапа исследования (март 2022 года) было выявлено, что 36% исследуемых низкий уровень психологического благополучия, у 43% – средний уровень и 21% – высокий уровень.

В ходе второго этапа исследования (март 2023 года) получены несколько иные результаты: низкий уровень психологического благополучия личности диагностирован у 13% опрошенных (что на 8% меньше чем на

предыдущем этапе), средний уровень – у 22% (на 13% меньше), высокий уровень – у 65% (на 44% больше).

С целью дифференцированного анализа динамики состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев было осуществлено сравнение средних показателей по всем шкалам методики УДЖ на разных этапах изучения. Для определения сравнения результатов двух диагностических срезов воспользуемся диаграммой (рис.).

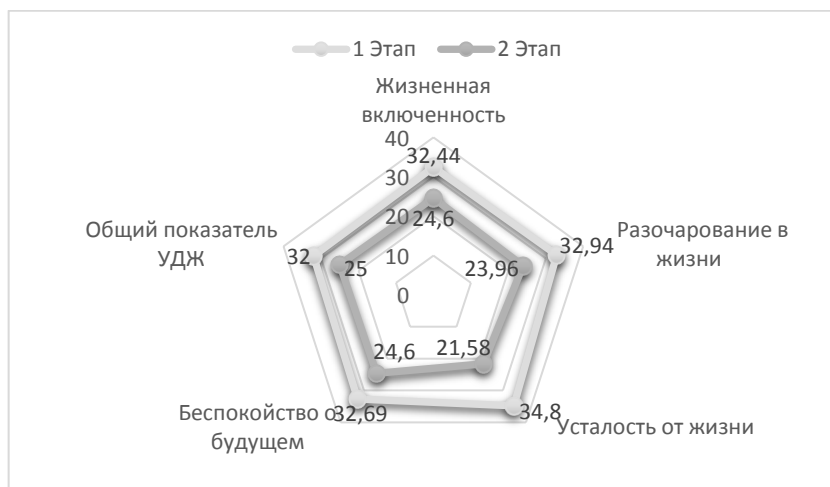


Рис. Средние баллы по выборке по шкалам методики в I и II этапах исследования

Сравнение результатов двух этапов исследования указывает на то, что уровень УДЖ на I этапе намного выше, чем на II этапе исследования. В ходе проверки надежности определена критериальная (эмпирическая) валидность, которая свидетельствует о существовании достоверных различий между I этапом и II этапом исследования по факторам: «Разочарование в жизни» (средний ранг = 32,44, $p < 0,05$), «Усталость от жизни» (средний ранг = 32,94, $p < 0,05$), «Беспокойство о будущем» (средний ранг = 32,69, $p < 0,05$), а также различие по общему УДЖ (средний ранг = 32,44, $p < 0,05$). По фактору «Жизненная включенность» не утвердилось достоверного значимого различия (средний ранг = 32,44, $p > 0,05$).

Обсуждение. Сравнение полученных данных на I и II этапах исследования указывают на общую положительную динамику состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев. Возросло количество беженцев, которые испытывают положительные эмоции в своей ежедневной жизни, положительно относятся к себе, окружаю-

щим, имеют оптимистическое представление о будущем, чувствуют социальную поддержку, собственную способность к самопомощи.

Такая динамика объясняется более детальным анализом изменений по компонентам этого интегрированного психологического состояния. Так, отмечается, что беженцы и вынужденные переселенцы, пережив стрессовые события, начали чаще испытывать положительные эмоции от обычных вещей, видеть больше причин для радости и интереса в жизни. Вероятно, произошла определенная переоценка ценностей, трансформация их ценностно-смысловой сферы.

Выводы. Психологическое благополучие человека стоит понимать как интегрированное, довольно устойчивое психологическое состояние, которое проявляется в удовлетворенности жизнью и ощущении полноты собственного функционирования. Это состояние предопределяется интерпсихологическими факторами. Боевые действия как гиперстрессовое событие, значительно повлияли на состояние психологического самочувствия беженцев и вынужденных переселенцев, однако это влияние неоднозначно.

Выяснено, что в 2023 году, по сравнению с предыдущим, уменьшилось количество беженцев, которые имеют низкий и средний уровни психологического благополучия, и увеличилось количество беженцев, диагностирующих высокий уровень проявления этого психологического состояния. Беженцы и вынужденные переселенцы чаще начали переживать общую удовлетворенность жизнью, различными ее сферами, ощущение полноты собственного функционирования. У респондентов стало более оптимистичным представление о будущем. У беженцев и вынужденных переселенцев возросло ощущение социальной поддержки, проявляющееся в переживании близости с другими, взаимоподдержки, взаимодоверия.

Библиографический список

1. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с.
2. Бочарова Е.Е. Взаимосвязь субъективного благополучия и социальной активности личности: кросскультурный аспект // Социальная психология и общество, 2012. № 4. С. 53-63.
3. Мельникова Н.Н. Феноменология удовлетворённости жизнью и трёхфакторная структура опросника УДЖ // Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса: сборник материалов III Всероссийской конференции по психологической диагностике. Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2015. Т.1. С. 212-222.
4. Осин Р.В. Психологическое здоровье подростков в условиях военного конфликта // Педагогический институт им. В. Г. Белинского: традиции и инновации: материалы VIII Всероссийской науч.-практ. конференции, посвященной 83-летию Пед. института им. В. Г. Белинского Пензенского государственного университета. Пенза: Пензенский государственный университет, 2022. С. 219-221.
5. Шамионов Р.М. Групповые ценности и установки как предикторы психологического благополучия русских и казахов // Психологические исследования, 2014, Т.7, № 35. <https://doi.org/10.54359/ps.v7i35.626>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ БЛАГОПРИЯТНОГО И НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ТЕЧЕНИЯ БОЛЕЗНИ У ПАЦИЕНТОВ С РАКОМ ЖЕЛУДКА

Я.Н. Пахомова

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Д.А. Циринг

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

*Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации
(Уральский филиал), г. Челябинск, Россия*

Аннотация. Психологические особенности пациентов со злокачественными новообразованиями могут способствовать созданию и усилению благоприятных либо неблагоприятных условий, касающихся развития онкологического заболевания, а также его течения. В статье отражены результаты исследования психологических предикторов течения рака желудка. Исследование проводилось на базе ГБУЗ «Челябинский областной клинический центр онкологии и ядерной медицины» (Челябинск, Россия). Выборку испытуемых составили пациенты с раком желудка с благоприятным (ремиссия, стабилизация; N = 63) и неблагоприятным (генерализация, рецидив, прогрессирование, второй сопутствующий рак, летальный исход; N = 61) течением болезни. С помощью дискриминантного анализа (пошаговый метод, Лямбда Уилкса) был определен перечень дискриминантных переменных, классифицирующих выборку респондентов с благоприятным и неблагоприятным течением рака желудка, а также произведена оценка их вклада. Классифицирующими переменными благоприятного и неблагоприятного течения рака желудка выступили следующие показатели: когнитивное убеждение о справедливости окружающего мира, копинг-стратегии конфронтация и планирование решения проблемы, ролевое функционирование, обусловленное физическим состоянием, ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием и общее состояние здоровья как показатели субъективной оценки качества жизни, самооценка, эмоциональная стабильность, вовлеченность как компонент жизнестойкости. Полученный набор прогностических показателей течения онкологического заболевания может быть использован в медицинской, психосоциальной и психотерапевтической практике при работе с пациентами со злокачественными новообразованиями. Лучшее понимание психологических предикторов течения рака открывает новые возможности в персонализированном подходе к лечению заболевания, к получению положительных результатов в лечении и повышению его эффективности.

Ключевые слова: онкопсихология, рак желудка, психологические предикторы, благоприятное течение болезни.

PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF FAVORABLE AND UNFAVORABLE COURSE OF THE DISEASE IN PATIENTS WITH GASTRIC CANCER

Ya.N. Pakhomova

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

D.A. Tsiring

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

Financial University under the Government of the Russian Federation (Ural Branch), Chelyabinsk, Russia

Abstract. Psychological characteristics of patients with malignant neoplasms can contribute to the creation and strengthening of favorable or unfavorable conditions concerning the development of cancer, as well as its course. The article reflects the results of a study of psychological predictors of the course of stomach cancer. The study was conducted on the basis of the Chelyabinsk Regional Clinical Center of Oncology and Nuclear Medicine (Chelyabinsk, Russia). The sample of subjects consisted of patients with stomach cancer with favorable (remission, stabilization; N = 63) and unfavorable (generalization, relapse, progression, second concomitant cancer, fatal outcome; N = 61) course of the disease. Using discriminant analysis, a list of discriminant variables classifying a sample of respondents with a favorable and unfavorable course of stomach cancer was determined, and their contribution was assessed. The classifying variables of the favorable and unfavorable course of stomach cancer were the following indicators: cognitive conviction about the justice of the surrounding world, coping strategies, confrontation and problem-solving planning, role functioning due to physical condition, role functioning due to emotional state and general health as indicators of subjective assessment of quality of life, self-esteem, emotional stability, involvement as a component resilience. The obtained set of prognostic indicators of the course of cancer can be used in medical, psychosocial and psychotherapeutic practice when working with patients with malignant neoplasms. A better understanding of the psychological predictors of the course of cancer opens up new opportunities in a personalized approach to the treatment of the disease, to obtain positive results in treatment and to increase its effectiveness.

Keywords: oncopscychology, stomach cancer, psychological predictors, favorable course of the disease.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда 21-18-00434 «Психологические предикторы благоприятного и неблагоприятного течения онкологических заболеваний наиболее частых локализаций» (<https://rscf.ru/project/21-18-00434/>)

Введение. Статистические данные о показателях заболеваемости и смертности от рака желудка, пробелы в понимании причинных факторов риска неблагоприятного течения данного заболевания обусловили актуальность данной работы (Ferlay, 2020). Анализ релевантных научных источников указывает на отсутствие комплексных исследований психологических

предикторов течения рака желудка, связанных с особенностями течения болезни и способствующих продлению периодов ремиссии, снижению рисков рецидивов (Сарт, 2013; Чап, 2020).

Методы. Исследование проводилось на базе ГБУЗ «Челябинский областной клинический центр онкологии и ядерной медицины» (Челябинск, Россия). Выборку испытуемых составили пациенты с раком желудка с благоприятным ($N = 63$) и неблагоприятным ($N = 61$) течением болезни.

Методики исследования: шкала базисных убеждений в адаптации А.В. Котельниковой, М.А. Падун, опросник «Способы совладающего поведения» в адаптации Т.Л. Крюковой, М.С. Замышляевой, Е.В. Куфтык, опросник личностной беспомощности Д.А. Циринга, А.В. Степаненко, тест жизнестойкости в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, русскоязычная версия опросника качества жизни (SF-36), адаптированная К.Г. Гуревич, Е.Г. Фабрикант. Для определения совокупности психологических предикторов, связанных с различным течением рака желудка, использовался дискриминантный анализ.

Результаты. Благоприятное течение болезни предопределяется выраженным убеждением в справедливости окружающего мира ($p = 0,05$); редким применением стратегий совладания «Конфронтационный копинг» ($p = 0,03$), и «Планирование решения проблемы» ($p = 0,002$); высокими показателями субъективной оценки качества жизни показателей, в частности, «Ролевое функционирование, обусловленное физическим состоянием» ($p = 0,0001$), «Общее состояние здоровья» ($p = 0,0001$), «Ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием» ($p = 0,0001$); высокой самооценкой ($p = 0,05$), эмоциональной стабильностью ($p = 0,05$); выраженностью вовлеченности как компонента жизнестойкости ($p = 0,03$). Полученная дискриминантная функция, состоящая из вышеперечисленных переменных, объясняет 100% дисперсии, а также при $\lambda = 0,66$ и $p = 0,01$, указывает на то, что набор дискриминантных переменных обладает хорошей предсказательной способностью.

Обсуждение. Согласно полученным данным, убежденность пациентов в справедливости происходящих событий, в том, что жизненные события распределяются между людьми по принципу справедливости, способствует наступлению ремиссии или стабилизации заболевания. Частое использование в сложных ситуациях копинг-стратегий, предполагающих конфронтацию или планомерное решение проблемы, напротив, не способствует благоприятному течению заболевания и в большей степени выражено у респондентов с неблагоприятным течением. Так, стремление предпринимать агрессивные действия, вступать в конфликты, чтобы решить проблему с одной стороны, и аналитический подход к решению проблемы через алгоритмизацию собственного поведения – с другой, выступают пре-

дикторами неблагоприятного течения болезни. Высокие показатели качества жизни в совокупности с высокой самооценкой и эмоциональной стабильностью способствуют наступлению у онкобольных положительных результатов в лечении, благоприятному течению болезни. Чувство подавленности и отверженности, убежденность в том, что жизнь бесцельно проходит, в большей степени свойственны пациентам с неблагоприятным течением болезни. Так, низкая вовлеченность субъекта в события собственной жизни выступает предиктором неблагоприятного течения.

Выводы. Психологические особенности пациентов могут модулировать течение и исход болезни. Лучшее понимание предикторов течения рака желудка открывает новые возможности в персонализированном подходе к лечению онкозаболеваний, к получению положительных результатов в лечении и повышению его эффективности. Полученные в ходе эмпирического исследования данные могут быть применены в медицинской, психосоциальной и психотерапевтической практике для пациентов с онкологическим диагнозом.

Библиографический список

1. Ferlay J., Ervik M., Lam F. et. al. Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer, 2020. Available from: <https://gco.iarc.fr/today>

2. Carr B.I., Steel J. Psychological aspects of cancer: A guide to emotional and psychological consequences of cancer. New York: Springer, 2013. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4866-2>

3. Chan A.O., Wong B. Gastric cancer screening // UpToDate, 2020. <https://www.uptodate.com/contents/gastric-cancer-screening>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ БОЛЬНЫХ РАКОМ ЛЕГКОГО, СВЯЗАННЫЕ С РАННИМ И ПОЗДНИМ ОБРАЩЕНИЕМ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ

И.В. Пономарева, М.А. Демчук

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Д.А. Циринг

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

*Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации
(Уральский филиал), г. Челябинск, Россия*

Аннотация. В структуре онкологических заболеваний рак легкого занимает первое место. Своевременное (раннее) обращение больных за медицинской помощью, ранняя диагностика и раннее начало лечения являются факторами благополучного течения и выживаемости. Цель исследования: выявить психологические предикторы у больных раком легкого, связанные с ранним и поздним обращением за медицинской помощью. В исследовании использовались опросные методы, в частности, психодиагностические методики: методика Уровня субъективного контроля Е.Ф. Бажина, Е.А. Гольянкиной, Л.М. Эткинды 1984 г., опросник SF-36 «Оценка качества жизни», опросник «Способы совладающего поведения» в адаптации Т.Л. Крюковой, М.С. Замышляевой, Е.В. Куфтяк. В результате проведённого исследования выявлены психологические особенности личности мужчин с раком легких, связанные с ранним и поздним обращением за медицинской помощью: конфронтация, локус контроля в сфере межличностных отношений, интенсивность боли. В исследовании установлены психологические предикторы, которые указывают на пациентов, склонных к отсрочке обращения за медицинским лечением по поводу рака лёгких.

Ключевые слова: онкопсихология, рак легких, психологические особенности, обращение за медицинской помощью.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF LUNG CANCER PATIENTS ASSOCIATED WITH EARLY AND LATE MEDICAL TREATMENT

I.V. Ponomareva, M. A. Demchuk

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia

D.A. Tsiring

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

*Financial University under the Government of the Russian Federation (Ural Branch),
Chelyabinsk, Russia*

Abstract. Lung cancer takes the first place in the structure of oncological diseases. Timely (early) treatment of patients for medical care, early diagnosis and early initiation of treatment are factors of a successful course and survival. The aim of the study was to identify

psychological predictors in patients with lung cancer associated with early and late medical treatment. The study used survey methods, in particular, psychodiagnostic methods: the method of the Level of subjective control E. F. Bazhin, E. A. Golyunkina, L. M. Etkind, the SF-36 questionnaire "Assessment of the quality of life", the questionnaire "Methods of coping behavior" adapted by T.L. Kryukova, M.S. Zamyshlyeva, E.V. Kuftyak. As a result of the conducted research, the psychological characteristics of the personality of men with lung cancer associated with early and late seeking medical help were revealed: confrontation, locus of control in the sphere of interpersonal relations, intensity of pain. The study established psychological predictors that indicate patients who are inclined to delay seeking medical treatment for lung cancer.

Keywords: oncopychology, lung cancer, psychological characteristics, seeking medical help.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект №21-18-00434 «Психологические предикторы благоприятного и неблагоприятного течения онкологических заболеваний наиболее частых локализаций» (<https://rscf.ru/project/21-18-00434/>)

Введение. Своевременное первоначальное медицинское обследование с целью установления диагноза и начала противоопухолевого лечения обуславливает выбор методов лечения, прогноз течения болезни и выживаемость. Обращение за медицинской помощью при раке легких на поздних стадиях заболевания приводит к менее оптимистичному прогнозу течения болезни, радикальным методам лечения, последствия которых снижают качество жизни онкологических больных.

Методы. В исследовании приняли участие респонденты с раком лёгкого ($N = 41$), впервые обратившиеся к врачу, являющиеся пациентами ГБУЗ «Челябинский областной клинический центр онкологии и ядерной медицины». Среди участников исследования мужчин – 22, женщин – 19. Средний возраст – 61,1 год. По стадиям заболевания участники распределились следующим образом: ранние стадии (I, II) – 14 чел. (34,15%), поздние стадии (III, IV) – 27 чел. (65,85%).

Методики исследования: опросник «Способы совладающего поведения» в адаптации Т.Л. Крюковой, М.С. Замышляевой, Е.В. Куфтык, методика Уровня субъективного контроля Е.Ф. Бажина, Е.Л. Гольнкиной, Л.М. Эткинды, опросник SF-36 «Оценка качества жизни».

Результаты. Совокупность психологических предикторов, определяющих раннюю/позднюю диагностику рака легких определялась посредством дискриминантного анализа. Результаты дискриминантного анализа свидетельствуют, что на распределение респондентов на группы с ранней и поздней диагностикой рака легких достоверно влияют такие психологические характеристики как копинг-стратегия Конфронтация ($\lambda = 0,396$, $p = 0,001$), интенсивность боли – как показатель качества жизни ($\lambda = 0,528$, $p = 0,002$), и locus контроля в сфере межличностных отношений ($\lambda = -0,692$, $p = 0,007$). По

лученная дискриминантная функция, информативна и объясняет 100% дисперсии, а также при значении $\lambda = 0,396$ и статистической значимости $p = 0,001$, указывает на то, что набор дискриминантных переменных обладает высокой дискриминативной способностью.

Обсуждение. Многочисленными исследованиями показано, что для людей с интернальным локусом контроля характерна высокая когнитивная активность, эффективное преодоление стрессов, высокий уровень социальной адаптации (Goddard, 2012). Экстернальный локус контроля в области межличностных отношений, выражающийся в поведении неспособностью активно формировать свой круг общения, характеризующийся убеждением в том, что отношения это результат действия других людей, не позволяют пациенту выстраивать самостоятельно коммуникации со значимыми людьми, обращаться своевременно за помощью, как к своему ближайшему окружению, так и к профессионалам.

Интенсивность боли, которую испытывает онкобольной с раком легких, значительно ограничивает его активность и влияет на способность выполнять повседневную деятельность, решать текущие задачи. Рак легких является одним из наиболее распространенных видов рака, вызывающих боль (Potter, Higginson, 2004). Боль при раке влияет не только на качество жизни, но, как показали недавние исследования, боль является важным предиктором выживания, и сама по себе считается патогеном, который может способствовать прогрессированию метастатического заболевания. Также, учитывая крайне экстернальный локус контроля в сфере межличностных отношений, можно предположить, что пациенты, испытывающие хроническую боль, неспособны обратиться к близкому окружению за помощью, так как убеждены в своей непричастности к этим отношениям.

Использование определенных стратегий преодоления может повлиять на восприятие пациентами своей болезни и на решения относительно лечения, что может оказать долгосрочное влияние на исход болезни. Пациенты с раком легких на поздних стадиях чаще используют Конфронтацию. Такой стиль совладания проявляется в агрессивных усилиях субъекта по изменению ситуации, предполагает определенную степень враждебности и готовности к риску. Конфронтация является неадаптивной стратегией совладающего поведения, которая не способствует продуктивному совладанию и, как следствие, своевременному обращению за медицинской помощью.

Выводы. В связи с прогнозируемым интенсивным ростом числа заболеваний раком, в том числе раком легких, своевременное первоначальное медицинское обследование с целью установления диагноза и начала противоопухолевого лечения становится мерой, обеспечивающей благоприятное течение болезни и выживаемость. В исследовании установлены психологические характеристики, которые свойственны пациентам,

склонным к отсрочке обращения за медицинским лечением по поводу рака лёгких.

Библиографический список

1. Goddard N. Chapter 5 – Psychology // Core Psychiatry (Third Edition). Editor(s): P. Wright, Ju. Stern, M. Phelan, W.B. Saunders. 2012. P. 63-82. <https://doi.org/10.1016/B978-0-7020-3397-1.00005-7>

2. Potter, J., Higginson, I. J. Pain experienced by lung cancer patients: A review of prevalence, causes and pathophysiology // Lung cancer. 2004. Vol. 43, № 3. P. 247–257. <https://doi.org/10.1016/j.lungcan.2003.08.030>

ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ МЕЖДУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ФАКТОРАМИ И ТЕЧЕНИЕМ РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

И.В. Пономарева

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Ю.О. Гладков

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

Аннотация. В современных исследованиях продолжается оценка роли психосоциальных факторов в развитии и течении злокачественных новообразований. Постановка онкологического диагноза представляет собой экстремальную ситуацию, провоцирующую возникновение тревоги, депрессии, истощение нервной и иммунной системы, что отражается на течении болезни, эффективности лечения, выздоровлении в целом. Цель исследования – изучить связь между психологическими факторами и течением болезни у женщин с раком груди. В исследовании использовались опросные методы, в частности, психодиагностические методики: SF-36 (36-Item Short-Form Health Survey), опросник способов совладания Р. Лазарус в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, опросник «Шкала базисных убеждений» в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой, опросник уровня субъективного контроля в адаптации Е.Ф. Бажина, Е.А. Гольянкиной, Л.М. Эткинды, тест жизнестойкости в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой и тест жизненной ориентации Д.А. Циринга, К.Ю. Эвниной.

В результате проведённого исследования выявлены психологические особенности личности женщин с раком молочной железы, связанные с течением болезни: ремиссия или летальный исход.

Женщинам с летальным исходом болезни были характерны следующие особенности личности: базисное убеждение о собственной ценности и значимости, об удачливости, о возможности контролировать события своей жизни, в отличие от женщин со стойкой ремиссией. Также у женщин с летальным исходом выражены такие копинг-стратегии, как дистанцирование, самоконтроль, планирование решения проблемы и положительная переоценка. Кроме того, им в большей мере свойственна

жизнестойкость и интернальность в сфере производственных отношений. Показатели качества жизни значимо выше у женщин с ремиссией: Интенсивность боли и Жизненная активность. Для женщин с ремиссией характерна личностная беспомощность. У женщин, не выживших от рака молочной железы, также выражена интернальность в области производственных отношений и оптимизм.

Ключевые слова: онкопсихология, рак молочной железы, психологические особенности, течение болезни, ремиссия, смерть.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF LUNG CANCER PATIENTS ASSOCIATED WITH EARLY AND LATE MEDICAL TREATMENT

I.V. Ponomareva

*National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia*

Yu.O. Gladkov

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

Abstract. Modern research continues to assess the role of psychosocial factors in the development and course of malignant neoplasms. The oncological diagnosis is an extreme situation that provokes the occurrence of anxiety, depression, exhaustion of the nervous and immune system, which affects the course of the disease, the effectiveness of treatment, recovery in general. The aim of the study is to study the relationship between psychological factors and the course of the disease in women with breast cancer. The study used survey methods, in particular, psychodiagnostic methods: SF-36 (36-Item Short-Form Health Survey), a questionnaire of coping methods by R. Lazarus adaptation by T.L. Kryukova, E.V. Kuftyak, M.S. Zamyshlyeva, a questionnaire "Scale of basic beliefs" adaptation by M.A. Padun, A.V. Kotelnikova, a questionnaire of the level of subjective control adaptation by E.F. Bazhin, E.A. Golyunkina, L.M. Etkind, a test of resilience adaptation by D.A. Leontiev, E.I. Rasskazova and a test of life orientation D. A. Tsiring, K. Yu. Evnina.

As a result of the study, psychological personality traits of women with breast cancer associated with the course of the disease were revealed: remission or death.

Women with a fatal outcome of the disease were characterized by the following personality traits: a basic belief about their own worth and significance, about luck, about the ability to control the events of their lives, unlike women with persistent remission. Also, coping strategies such as distancing, self-control, problem-solving planning and positive reassessment are expressed in women with a fatal outcome. In addition, they are more characterized by resilience and internality in the field of industrial relations. Quality of life indicators are significantly higher in women with remission: Pain intensity and Vital activity. Women with remission are characterized by personal helplessness. Women who did not survive breast cancer also expressed internality in the field of industrial relations and optimism

Keywords: oncopsychology, breast cancer, psychological characteristics, course of the disease, remission, death.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда (проект № 19-18-00426).

Введение. Проблема роли психологических факторов в развитии и течении злокачественных новообразований остаётся неразрешённой. Исследования психологических особенностей больных раком молочной железы (РМЖ) не теряют своей актуальности на сегодняшний день (Lee, Yeh, 2016). Постановка онкологического диагноза представляет собой экстремальную ситуацию в жизни женщины. Возникающие тревога, депрессия обуславливают истощение нервной и иммунной системы, снижают адаптивные возможности организма и психики женщины, что отражается на течении болезни, эффективности лечения, выздоровлении в целом. Цель исследования – изучить связь между психологическими факторами и течением болезни у женщин с раком груди.

Методы. Участниками исследования являлись женщины с РМЖ с различным течением болезни. В исследовании приняли участие женщины с раком груди на этапе ремиссии ($N = 142$, средний возраст $M = 57,4$) – благоприятное течение болезни. Также проведен анализ результатов опросов женщин с раком молочной железы, у которых наступил летальный исход болезни ($N = 5$, средний возраст $M = 41,4$). Методики исследования: 36-Item Short-Form Health Survey, опросник способов совладания Р. Лазарус в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, опросник «Шкала базисных убеждений» в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой, опросник уровня субъективного контроля в адаптации Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинда, тест жизнестойкости в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой и тест жизненной ориентации Д.А. Циринга, К.Ю. Эвниной.

Результаты. Женщинам, для которых наступил летальный исход болезни, были характерны следующие особенности личности: базисное убеждение о собственной ценности и значимости ($M = 34,6$), об удачливости ($M = 39$), о возможности контролировать события своей жизни ($M=32$). Также у женщин с летальным исходом РМЖ выражены такие копинг-стратегии, как дистанцирование ($M = 15$), самоконтроль ($M = 17$), планирование решения проблемы ($M = 15,4$) и положительная переоценка ($M = 17,4$). Кроме того, им в большей мере свойственна жизнестойкость ($M = 100$) и интернальность в сфере производственных отношений ($M = 13,4$). Показатели качества жизни значимо выше у женщин с ремиссией ($p < 0,05$): Интенсивность боли ($M = 57,9$) и Жизненная активность ($M = 52,3$). Для женщин с ремиссией более характерна личностная беспомощность ($M = 2,4$). У женщин, не выживших от РМЖ, также выражена интернальность в области производственных отношений ($p = 0,046$), и оптимизм ($p = 0,005$).

Обсуждение. Высокий показатель интернальности в производственных отношениях свидетельствует о том, что женщины с летальным исходом РМЖ считали свои действия важным фактором в организации своей профессиональной деятельности, карьерном росте, игнорируя ситуацию болезни. Высокие показатели жизненной ориентации у не выживших от РМЖ женщин свидетельствуют об оптимистичной установке на будущее, безосновательном ожидании благоприятного течения болезни, быстрого выздоровления. У женщин на этапе ремиссии достоверно выше показатели субъективной оценки качества жизни: интенсивность боли ($p = 0,023$) как следствие эффективности противоопухолевой терапии, жизненная активность ($p = 0,036$) как следствие облегчения симптомов болезни и эмоциональная неустойчивость ($p = 0,045$), возможно связанная со страхом рецидива болезни.

Далее выборки женщин были приведены к однородности по показателю возраста: подгруппа женщин со стойкой ремиссией ($N = 14$, средний возраст – 35,1), подгруппа женщин с летальным исходом болезни ($N = 4$ человека, средний возраст – 35,5). Женщин с летальным исходом болезни отличает убеждение в собственной удачливости, что может выступать призмой, искажающей реальные риски онкологической болезни, снижать настороженность в отношении здоровья. Для женщин с летальным исходом болезни характерны такие стратегии совладающего поведения, как дистанцирование ($p = 0,003$), самоконтроль ($p = 0,022$), положительная переоценка ($p = 0,014$). Возможно, в ситуации смертельной болезни, когда соматическая и психическая системы функционируют на грани своих возможностей, результат совладающего поведения является гипертрофированным.

Выводы. Анализ случаев летального исхода позволяет сделать выводы о гипертрофированном функционировании, на первый взгляд, ресурсных характеристик личности. Данное предположение подлежит детальному теоретическому обоснованию и верификации. Видимое психологическое благополучие привело к летальному исходу, по-видимому, в силу переоценок своих возможностей и недооценки последствий заболевания.

Библиографический список

1. Lee T.-Y., Yeh M.-L. A prospective study of the relationship between psychological factors and breast cancer. // *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*. 2016. Vol. 3, № 2. P. 170-175. <https://doi.org/10.4103/2347-5625.170223>

ЛИЧНОСТНЫЕ И СИТУАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРИНЯТИЯ РЕШЕНИЯ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ ЛИЦАМИ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

М.С. Репенко

*Донецкий государственный университет, г. Донецк,
Донецкая Народная Республика, Россия*

Аннотация. В современном обществе, характеризующимся ростом сложности, неустойчивости и непредсказуемости, от человека требуется умение принимать решения в условиях неопределенности. Значимыми предпосылками принятия решения могут быть как личностные, так и ситуационные факторы.

Цель исследования состоит в изучении личностных и ситуационных особенностей принятия решения о выборе стратегий межличностного взаимодействия в условиях неопределенности и разработке на основе проведенного исследования тренинговой программы по повышению эффективности принятия решения в условиях неопределенности. В процессе исследования нами было выдвинуто предположение, что предпосылками принятия решения в условиях неопределенности являются: уровень толерантности к неопределенности, стиль принятия решения, уровень саморегуляции, уровень эмоционального интеллекта, эмоциональное состояние, уровень тревожности. Нами было проведено эмпирическое исследование особенностей принятия решения в условиях неопределенности. Общий объем выборки составил 36 человек: 3 юноши и 33 девушки в возрасте 19-21 года. Для проведения исследования были использованы: Задача «Дилемма заключенного» и опросники на измерение личностных и ситуационных особенностей. Для осуществления качественного и количественного анализа были использованы показатели описательной статистики и корреляционный анализ. Проведенный анализ показал, что существуют различия в личностных и ситуационных особенностях принятия решения в условиях неопределенности, что подтверждает предположение исследования. На основании полученных результатов была разработана тренинговая программа, направленная на формирование толерантности (устойчивости) к неблагоприятному воздействию трудных, чрезвычайных ситуаций и выработку индивидуального стиля взаимодействия с неопределенностью.

Ключевые слова: неопределенность, принятие решения, толерантность к неопределенности, тревожность, эмоциональное состояние.

PERSONAL AND SITUATIONAL FEATURES OF DECISION- MAKING UNDER CONDITIONS OF UNCERTAINTY BY YOUTH

M.S. Repenko

Donetsk State University, Donetsk, DPR, Russia

Abstract. In today's society, characterized by increasing complexity, instability and unpredictability, a person is required to be able to make decisions under conditions of uncertainty. Significant prerequisites for making a decision can be both personal and situational factors.

The purpose of the study is to study the personal and situational features of decision-making on the choice of strategies for interpersonal interaction in conditions of uncertainty and to develop, based on the study, a training program to improve the efficiency of decision-making in conditions of uncertainty. In the course of the study, we suggested that the prerequisites for making a decision under conditions of uncertainty are: the level of tolerance for uncertainty, the style of decision-making, the level of self-regulation, the level of emotional intelligence, the emotional state, the level of anxiety. We have conducted an empirical study of the features of decision-making under conditions of uncertainty. The total sample size was 36 people: 3 boys and 33 girls aged 19-21. For the study were used: The task «Prisoner's Dilemma» and questionnaires to measure personal and situational characteristics. For qualitative and quantitative analysis, descriptive statistics and correlation analysis were used.

The analysis showed that there are differences in personal and situational features of decision-making under conditions of uncertainty, which confirms the assumption of the study. Based on the results obtained, a training program was developed aimed at developing tolerance (resilience) to the adverse effects of difficult, emergency situations and developing an individual style of interaction with uncertainty.

Keywords: uncertainty, decision making, uncertainty tolerance, anxiety, emotional state.

Введение. В современном обществе, характеризующемся ростом сложности, неустойчивости и непредсказуемости, от человека требуется умение принимать решения в условиях неопределенности, большая самостоятельность и ответственность при их принятии. Большое внимание изучению процесса принятия решения в условиях неопределенности и факторов, оказывающих на него влияние, уделяют как зарубежные, так и отечественные исследователи.

Значимыми предпосылками принятия решения могут быть как личностные, так и ситуационные факторы. Личностные особенности рассматриваются некоторыми авторами как доминирующие в процессе принятия решения указывают на то, что ситуационные факторы усложняют процесс принятия решения. Таким образом, можно признать возможным совместное влияние личностных и ситуационных особенностей на процесс принятия решения (Корнилова, 2015). Следовательно, исследование особенностей принятия решения в условиях неопределенности является актуальным вопросом современной психологии.

Методы. В процессе исследования нами было выдвинуто предположение, что предпосылками принятия решения в условиях неопределенности являются: уровень толерантности к неопределенности, стиль принятия решения, уровень саморегуляции, уровень эмоционального интеллекта, эмоциональное состояние, уровень тревожности.

Нами было проведено эмпирическое исследование особенностей принятия решения в условиях неопределенности. В исследовании приняли участие 36 студентов (33 девушки и 3 юноши) г. Донецка в возрасте 19-21 года.

Для проведения исследования нами были использованы: Задача «Дилемма заключенного»; Мельбурнский опросник принятия решения Л. Манна в адаптации Т.В. Корниловой; Шкала толерантности к неопределенности С. Баднера в адаптации Т.В. Корниловой; Тест эмоционального интеллекта Д.В. Люсина; Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой; Шкала тревожности Спилбергера-Ханина; Опросник «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» Д. Уотсона, Л. Кларк, А. Теллегена в адаптации Е.Н. Осина. Для осуществления качественного и количественного анализа были использованы показатели описательной статистики и корреляционный анализ (коэффициент корреляции Пирсона).

На первом этапе исследования была проведена диагностика уровня тревожности и эмоционального состояния испытуемых. Затем испытуемым была предъявлена задача «Дилемма заключенного», в которой им, действуя без ограничений во времени от лица первого заключенного, необходимо было выбрать один из четырех возможных исходов. После решения задачи испытуемым было предложено заполнить опросники на измерение личностных особенностей. По результатам прохождения задачи «Дилемма заключенного» выборка была разделена на две группы в зависимости от выбранной стратегии межличностного взаимодействия (сотрудничество или соперничество).

Результаты. Анализ результатов прохождения задачи «Дилемма заключенного» выявил, что 21 студент выбрал стратегию сотрудничества (вариант «хранить молчание»), при этом 16 из них считают, что второй заключенный тоже выберет эту стратегию; 15 – стратегию соперничества (вариант «дать показания»), при этом они считают, что второй заключенный тоже выберет эту стратегию. Среднее время принятия решения составило 1 минуту (Репенко, 2023). Анализ результатов шкалы тревожности Спилбергера-Ханина выявил высокий среднегрупповой уровень как личностной (49 баллов), так и ситуативной (46,5 баллов) тревожности, что свидетельствует о повышенном уровне тревожности у большинства студентов.

Анализ результатов опросника «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» Д. Уотсона, Л. Кларк, А. Теллегена, в адаптации Е.Н. Осина, выявил средний среднегрупповой уровень субъективно переживаемой вовлеченности (значение позитивного аффекта составляет 31 балл, негативного – 26 баллов) (Осин, 2012).

Анализ результатов Мельбурнского опросника принятия решения Л. Манна, в адаптации Т.В. Корниловой, выявил следующие среднегрупповые значения по шкалам: «бдительность» (15,5 баллов), «избегание» (11 баллов), «прокрастинация» (9 баллов), «сверхбдительность» (10 баллов), что может свидетельствовать о большем удельном весе продуктивного копинга в стиле принятия решения.

Анализ результатов шкалы толерантности к неопределенности С. Баднера (в адаптации Т.В. Корниловой) выявил, что среднегрупповое значение

толерантности к неопределенности (3,3 станайна) соответствует уровню немного ниже среднего, а значение интолерантности к неопределенности (6,2 станайна) – среднему уровню.

Анализ результатов теста эмоционального интеллекта Д.В. Люсина выявил, что среднегрупповые значения эмоционального интеллекта по всем шкалам соответствуют среднему уровню: значение межличностного эмоционального интеллекта составляет 3,97 станайна, значение внутриличностного эмоционального интеллекта – 3,86 станайна, значение по шкале «понимание эмоций» – 4 станайна, значение по шкале «управление эмоциями» – 3,89 станайна.

Анализ результатов опросника «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой выявил, что среднегрупповое значение общего уровня саморегуляции (30 баллов) соответствует среднему уровню.

Обсуждение. Сравнительный анализ групп студентов в зависимости от выбранной стратегии межличностного взаимодействия представлен на рисунке.

Сравнительный анализ групп студентов в зависимости от выбранной стратегии

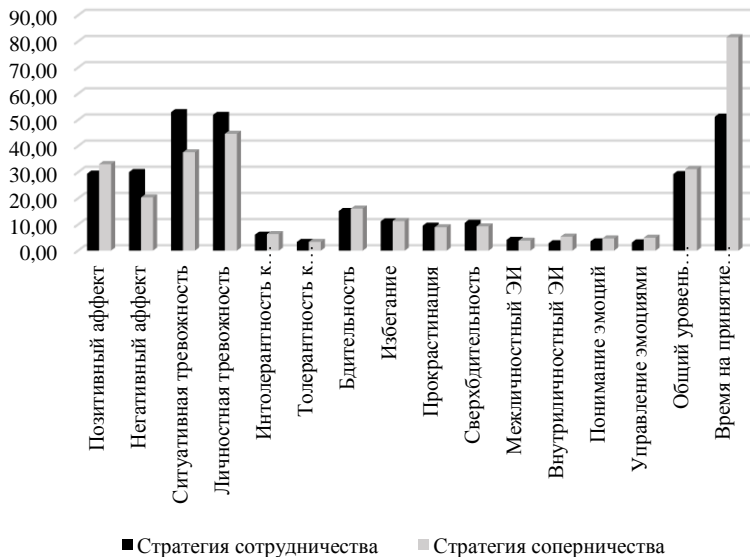


Рис. Сравнительный анализ групп студентов в зависимости от выбранной стратегии

Статистически значимые результаты анализа данных по методикам представлены в таблице ниже.

Таблица

Результаты корреляционного анализа диагностируемых показателей

	Сверхбдительность	Негативный аффект	Ситуативная тревожность	Личностная тревожность
Сверхбдительность		0,52*	0,5*	0,67*
Негативный аффект			0,76*	0,74*
Толерантность к неопределенности	0,45*			
Внутриличностный эмоциональный интеллект	-0,47*	-0,59*	-0,67*	-0,65*
Общий уровень саморегуляции	-0,37**	-0,41**		-0,47*

Примечание: * – результат значим на 1% уровне; ** – результат значим на 5 % уровне.

На основании полученных результатов была разработана тренинговая программа, направленная на развитие личностных навыков эффективного принятия решения в условиях неопределенности.

Программа предусматривает проведение цикла занятий (14 занятий с периодичностью 1-2 раза в неделю) продолжительностью по 2 часа. Численность группы – не более 12-15 человек. Каждое занятие разработанной программы содержит: вступительную часть (обозначение темы и цели занятия, разминка), основную часть (упражнения и их обсуждение) и заключительную часть (рефлексия занятия, обмен мнениями, ответы на вопросы).

Выводы. Проведенный анализ показал, что предпосылками принятия решения в условиях неопределенности являются: уровень толерантности к неопределенности, стиль принятия решения, уровень саморегуляции, уровень эмоционального интеллекта, эмоциональное состояние, уровень тревожности, что подтверждает предположение исследования.

На основании полученных результатов была разработана тренинговая программа, направленная на формирование толерантности (устойчивости) к неблагоприятному воздействию трудных, чрезвычайных ситуаций и выработку индивидуального стиля взаимодействия с неопределенностью.

Библиографический список

1. Корнилова Т.В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 40. <https://doi.org/10.54359/ps.v8i40.553>
2. Осин Е.Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал ВШЭ. 2012. Т. 9, № 4. С. 91–110.

3. Репенко М.С. Особенности принятия решения в условиях неопределенности студентами психологических специальностей // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО «ДОННУ». Донецк: ДОННУ, 2023. Вып. 15, том 2: Социально-гуманитарные науки, часть 2. С. 98-102.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ОСУЖДЕННЫХ К ЛИШЕНИЮ СВОБОДЫ В СИТУАЦИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ ПОСТПЕНИТЕНЦИАРНОГО ПЕРИОДА

И.А. Уваров

*Ставропольский филиал Краснодарского университета МВД России,
г. Ставрополь, Россия*

Аннотация. В статье рассматриваются сущностные стороны такой категории, как психологическое здоровье осужденных к лишению свободы, и его влияние на характер неопределенности постпенитенциарного периода. Исходя из того, что данное направление имеет несколько точек зрения на ее определение как самостоятельного психологического направления и различные научно-методологические подходы к его эмпирическому изучению, автором предлагается рассмотрение проблемы психологического здоровья осужденных к лишению свободы в условиях неопределенности постпенитенциарного периода с позиции социально ориентированного и кросскультурного подходов, предложенных Питером Баргером, Томасом Лукманом. Ключевой является категория «здоровье», нашедшая свое закрепление в соответствующем Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». Приводится обоснование актуальности рассматриваемой проблемы. Раскрывается суть методологического подхода по проведению эмпирического исследования в отношении осужденных к лишению свободы. В ходе сбора эмпирического материала были уточнены результаты ранее проводимых автором исследований, направленных на определение эффективности отечественной пенитенциарной системы. Ставится вопрос о необходимости рассмотрения этой проблемы и результатов ее исследования в содержании современной воспитательно-профилактической работы в отношении осужденных к лишению свободы с целью достижения закрепленных в законодательстве целей.

Ключевые слова: осужденные к лишению свободы, психологическое здоровье осужденных к лишению свободы, постпенитенциарная адаптация осужденных.

PSYCHOLOGICAL HEALTH OF PERSONS SENTENCED TO IMPRISONMENT, IN SITUATIONS OF UNCERTAINTY OF THE POST-PENITENTIARY PERIOD

I.A. Uvarov

*Stavropol Branch of Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia,
Stavropol, Russia*

Annotation. The article examines the essential aspects of such a category as the psychological health of those sentenced to imprisonment and its impact on the nature of the uncertainty of the post-penitentiary period. Proceeding from the fact that this direction has several points of view on its definition as an independent psychological direction and various scientific and methodological approaches to its empirical study, the author proposes to consider the problem of psychological health of prisoners sentenced to imprisonment in the conditions of uncertainty of the post-penitentiary period from the standpoint of socially oriented and cross-cultural approaches proposed by Peter Barger, Thomas Lukman. The key is the category "health", which has found its consolidation in the relevant Federal Law "On the basics of protecting the health of citizens in the Russian Federation". The substantiation of the relevance of the problem under consideration is given. The essence of the methodological approach to conducting empirical research in relation to those sentenced to imprisonment is revealed. During the collection of empirical material, the results of the studies previously conducted by the author aimed at determining the effectiveness of the domestic penitentiary system were clarified. The question is raised about the need to consider this problem and the results of its research in the content of modern educational and preventive work in relation to those sentenced to imprisonment in order to achieve the goals enshrined in the legislation.

Keywords: convicts to imprisonment, psychological health of convicts to imprisonment, post-penitentiary adaptation of convicts.

Введение. Здоровье человека традиционно относится к одному из приоритетных направлений исследовательской области различных научных направлений. В Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» здоровье определяется как «состояние физического, психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма». Приведенное нормативно-правовое определение включает в себя несколько самостоятельных уровней здоровья, которые являются основой социального благополучия человека. Особенно это актуально в отношении тех людей, которые находятся в экстремальных или нетипичных для нормального человека условиях. К таким специфическим условиям относятся места лишения свободы, где концентрируется большая масса людей с нетипичными для нормальных отношений социально-психологическими установками. В этой связи особую актуальность вызывают проблемы их психологического здоровья, определяющие состояние осужденных на момент нахождения в исправительном учреждении и перспективы освобождения.

Исследование направлено на выявление доминирующих факторов и условий, определяющих психологическое здоровье осужденных как социокультурную предпосылку постпенитенциарной адаптации как на индивидуальном, так и на общесоциальном уровне.

Данное исследование проводилось в содружестве с сотрудниками кафедры общей социологии и социальной работы Национального исследо-

вательского Нижегородского государственного университета имени Н.И. Лобачевского в рамках исследования общих проблем здоровья (Судьин и др. 2020). Мною в частности рассматривался вопрос социального здоровья осужденных к лишению свободы (исследование проводилось в той же референтной группе осужденных).

Методы. Исследование проводилось в четырёх регионах. В качестве респондентов были определены осужденные к лишению свободы, отбывающие наказание в исправительных колониях общего и строгого (для лиц, ранее отбывавших наказание в виде лишения свободы) видов режимов. Учитывая сложность психологической диагностики осужденных к лишению свободы, в качестве методов получения необходимой информации нами были использованы два вида опросов – анкетный (N = 774 человека) и интервью (N = 84 человека).

Опрос проводился в два этапа:

1) Осужденным предлагалось ответить на вопросы анонимной анкеты. Заранее обговаривалось, что если какие-то вопросы вызовут интерес, анкетированный может отметить их в анкете, обосновывая таким образом не только свое субъективное отношение к конкретному аспекту исследуемых проблем, но и интерес к ней.

2) Осужденным (из числа анкетированных), проявившим наибольший интерес к исследованию, предлагалось ответить на вопросы уже в ходе интервью. Это позволяло не только установить точку зрения респондента, но и определить уровень его компетентности в этой проблеме.

Результаты. Полученные результаты позволили разделить осужденных в зависимости от готовности к постпенитенциарной адаптации на три типа: традиционный, современный, инновационный (Уваров, 2020). В качестве индикатора был предложен перечень ценностей, которые, по мнению респондентов, оказывают влияние на уровень их психологического здоровья и определяют уверенность в адаптации к «свободной жизни» в постпенитенциарный период.

По результатам опроса были установлены социальные ценности, определяющие уровень психологического здоровья осужденных, позволяющие им успешно преодолевать неопределённость как пенитенциарного, так и постпенитенциарного периода:

1. Сохранение собственного достоинства (24,1 %).
2. Актуализация нематериальных потребностей (23,4 %).
3. Реализация личностного потенциала (23,2 %).
4. Уважение окружающих (22,3 %).

Среди представленных ценностей (базовая часть ранжира) опрос показал, что преобладают, прежде всего, эмоционально-волевые ценности, влияющие на динамику психологического здоровья осужденного.

Эмпирическая диагностика психологического здоровья осужденного к лишению свободы в условиях неопределенности постпенитенциарного периода выявила три характерных типа:

Традиционный (его еще можно определять, как – «базовый») тип (17% – от общего числа опрошенных) – осужденный стремится к высокому уровню жизни в связке с уверенностью в себе, которая, в свою очередь, трансформируется в желание занять более высокое социальное положение в пенитенциарном социуме (актуализированы базовые уровни потребностей – физиологические и потребность в безопасности). Осужденные этой категории разделяют установки и правила поведения пенитенциарного сообщества, что осложняет пенитенциарную профилактику и негативно сказывается на уровне психологического здоровья.

Современный тип (48% – от общего числа опрошенных) – осужденный стремится сохранить собственное достоинство, неся ответственность перед социальным окружением (прежде всего, в пенитенциарном социуме), но в то же время старается приобрести новые профессиональные навыки, которые сможет реализовать уже после освобождения из исправительного учреждения, что повышает шансы на успешность применяемого к нему профилактического воздействия (актуализированы потребности в групповой принадлежности и позитивной идентичности). Уровень психологического здоровья более стабилен по сравнению с другими типологическими группами.

Инновационный тип (35% – от общего числа опрошенных) – осужденный стремится к более высокому уровню жизни не только в системе пенитенциарных отношений, но и в постпенитенциарный период, формируется готовность нести социальную ответственность перед обществом (не отождествляя себя при этом с пенитенциарным социумом), социальные устремления направлены на поиск новых возможностей самореализации после освобождения из мест лишения свободы (актуализирована потребность в познании и саморазвитии). Этот тип является наиболее перспективным с точки зрения успешности применяемого к нему профилактического воздействия, однако и наименее распространенным в общей структуре представлений о социальных типах, основанных на психологическом здоровье осужденных.

Наиболее распространенным в исправительных учреждениях общего и строгого вида режимов является традиционный тип, что свидетельствует о наличии определенных сдерживающих факторов в динамике психологического здоровья осужденных (Уваров, 2020). Существующая в специальной литературе тенденция к представлению о том, что в условиях закрытого пенитенциарного социума превалирует условно «традиционный» тип осужденных, представляет собой весьма поверхностную

оценку лиц, изолированных от общества по приговору суда (Дементий, Ашрапова, 2015).

Обсуждение. Исследование психологического здоровья как самостоятельного направления в социальной психологии является предметом научных дискуссий, что позволяет говорить о ее актуальности. Различие научных подходов к определению «психологического здоровья» предполагает и разницу в определении его содержания как элемента социального благополучия индивида. Исходя из предмета нашего исследования, наиболее приемлемым, на наш взгляд, здесь будет «социально ориентированный и кросскультурный подход», предложенный Питером Баргером, Томасом Лукманом (Berger, Lukman 1995).

Такого рода подход позволяет определить психологическое здоровье осужденного как относительно (условно) нестабильное состояние индивида, которое полностью детерминировано совокупностью социокультурных факторов (формального и неформального характера), существующих в пенитенциарном социуме. Здесь необходимо сделать некоторое уточнение. Акторами могут выступать не все осужденные, входящие в пенитенциарный социум. Их два. Они полярны по своим функциям и механизмам воздействия на осужденных – пенитенциарное сообщество и администрация исправительного учреждения. Так, согласно «социально ориентированному подходу», такие явления, как социокультурные особенности и традиции, существующие в конкретном социальном образовании, а также образ жизни его членов существенно влияет на характер и динамику психологического здоровья. О.С. Васильева (Васильева, Филатов, 2001) и Л.Г. Доржиева (Доржиева, 2013) утверждают, что поддержание нормального психологического здоровья любого индивида полностью зависит от тех культурно-исторических и бытовых условий, в которых он может существовать относительно длительный промежуток времени.

Принято считать, что в условиях изоляции от общества осужденные находятся в непригодных для проживания условиях, что существенно снижает качество их психологического здоровья. Тем более, что эти условия «переплетаются» и со специфическими (пенитенциарными) межличностными взаимосвязями как наиболее распространенными источниками негативных эмоций (Винокурова, Дорожкина, 2012). Авторам трудно признать, что такого рода условия могут вызывать не только негативные, но и позитивные реакции. Приведённое исследование показало, что инновационный тип наиболее склонен находить положительное в системе тех ценностей и отношений, существующих в местах лишения свободы, которые позволяют преодолевать неопределенность постпенитенциарного периода.

Выводы. 1. Психологическое здоровье осужденных к лишению свободы представляет собой динамическую совокупность качеств личности,

обеспечивающих соотношение индивидуальных потребностей отбывающего наказание и социума (закрытого и/или свободного), что выступает предпосылками актуализации в достижении своих социально значимых целей.

2. Определена субъективная составляющая необходимости сохранения и укрепления психологического здоровья осужденным в условиях исправительного учреждения. Опрос осужденных показывает главную роль психического здоровья в достижении приемлемого уровня жизнедеятельности индивида в пенитенциарной и постпенитенциарной адаптивности. Ими являются:

а) осознание осужденным ценности своего психологического здоровья в условиях закрытого (пенитенциарного) социума;

б) осознание осужденным ценности психологического здоровья как консолидирующего элемента базовых вопросов жизнедеятельности пенитенциарного социума;

в) использование конструктивных внутренних и внешних механизмов коммуникации, обеспечивающих бесконфликтное взаимодействие между членами специфических пенитенциарных отношений.

3. Осознание осужденным психологического здоровья как самостоятельной ценности в качестве руководящего принципа жизни в условиях закрытого и/или свободного социума является необходимым условием формирования способности контролировать его и нести за него ответственность.

Таким образом, проведенное исследование позволяет констатировать, что психологическое здоровье осужденных к лишению свободы выступает в качестве своеобразного фундамента (основы), повышения уровня постпенитенциарной адаптивности. Находясь в условиях закрытого социума, осужденный находится под воздействием двух систем отношений (формальных и неформальных), такого рода противопоставления приводят к серьезным нагрузкам на его психику. Как следствие, серьезному испытанию подвергается его психологическое здоровье. Именно оно является тем условием, которое может трезво оценивать ситуацию и разрешать проблемы неопределенности в предполагаемый после освобождения постпенитенциарный период.

Библиографический список

1. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. М.: Из-во «Медиум», 1995. 232 с.

2. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека. М.: Академия, 2001. 352 с.

3. Винокурова Г.А., Дорожкина Н.Р. Психологическое здоровье юношей и девушек, находящихся в пенитенциарных учреждениях // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. 2012. № 2. С. 50-55.

4. Дементий Л.И. Ашрапова Р.Р. Личностные особенности и волевой субъективный контроль осужденных с различной направленностью волевой активности // Личностный ресурс субъекта труда изменяющейся России: материалы IV международной научно-практической конференции (08-10 октября 2015 г.) // Ч. I: Симпозиум «Субъект и личность в психологии саморегуляции / под общ. ред. А.В. Бурмистровой-Савенковой, В.И. Моросановой и др. Кисловодск-Москва: ООО Издательский Дом «ТЭСЭРА», 2015. С. 24-27.

5. Доржиева Л.Г. Кросскультурный подход к формированию современного взгляда на здоровье // Вестник Бурятского государственного университета. Филология. 2013. № 5. С. 121-126.

6. Социальные контексты здоровья: монография / С.А. Судьин, А.М. Бекарев, Г.С. Пак [и др.]; Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского. Нижний Новгород: ООО «Научно-исследовательский социологический центр», 2020. 263 с.

7. Уваров И.А. Концептуальные основы исследования адаптационного потенциала осужденных, освобождающихся из мест лишения свободы, к новым социальным условиям (социологическая оценка пенитенциарной профилактики) // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2020. № 6. С. 49-52.

8. Уваров И.А. Эмпирическое измерение социальных качеств личности осужденных, реализуемых в процессе пенитенциарной профилактики (на материалах исправительных учреждений Ставропольского края) // Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3, № 4. С. 220-225.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ ПОДРОСТКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ: СУБЪЕКТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПЕРЕЖИВАНИЯ

А.М. Федосеева, Н.В. Бабкина

Институт коррекционной педагогики, г. Москва, Россия

Аннотация. Обсуждается проблема развития эмоциональной саморегуляции как процесса становления самостоятельности переживания субъекта в его культурном знаково-символическом опосредствовании. Переживание понимается как высшая психическая функция и самостоятельность переживания предполагает способность осознавать процессы переживания субъектом, что обеспечивает его полноту и способность выбирать индивидуально доступный и культурно адекватный способ выражения его содержания во взаимодействии со значимыми Другими. Цель исследования состояла в изучении особенностей субъектных характеристик переживания у подростков как базового психологического механизма становления личностной саморегуляции.

В статье представлены результаты исследования процесса становления самостоятельности переживания у подростков с задержкой психического развития (ЗПР). Выборку составили 25 подростков с ЗПР и 42 нормотипичных подростка

(14–15 лет). Методы исследования: рисунок «Мое эмоциональное состояние», авторская анкета, сочинение «Значение музыки в моей жизни». Анализ эмпирических данных осуществлялся с помощью метода обоснованной теории, контент-анализа, статистических критериев.

Выделяются такие субъектные характеристики переживания как полнота, осознанность, рефлексивность и знаково-символическая опосредствованность. Делается обобщающий вывод о том, что субъектные характеристики в переживании подростка с ЗПР оказываются в значительной степени не проявлены: переживание остается неполным, не осознается, оказывается слабо опосредствованным. Становление самостоятельности переживания подростка с задержкой психического развития в значительной степени нарушено и требует посреднического действия Взрослого.

Ключевые слова: эмоциональная саморегуляция, субъект, переживание, подростки с задержкой психического развития.

EMOTIONAL SELF-REGULATION OF ADOLESCENTS WITH DEVELOPMENTAL DELAY: SUBJECTIVE CHARACTERISTICS OF THE EXPERIENCING

A.M. Fedoseeva, N.V. Babkina

Institute of Special Education, Moscow, Russia

Abstract. The problem of the development of emotional self-regulation as a process of the formation of the independence of the subject's experiencing in its cultural sign-symbolic mediation is discussed. Experiencing is understood as the highest mental function and the independence of experiencing presupposes the ability to be aware of the processes of experiencing by the subject, which ensures its completeness and the ability to choose an individually accessible and culturally adequate way of expressing its content in interaction with significant Others. The purpose of the study was to study the features of the subjective characteristics of experiencing in adolescents as a basic psychological mechanism for the formation of personal self-regulation.

The article presents the results of a study of the process of becoming an independent experiencing in adolescents with developmental delay. The sample consisted of 25 adolescents with developmental delay and 42 normotypic adolescents (14-15 years old). Research methods: drawing "My emotional state", author's questionnaire, composition "The meaning of music in my life". The analysis of empirical data was carried out using the method of grounded theory, content analysis, statistical criteria.

There are such subjective characteristics of experiencing as completeness, awareness, reflexivity and symbolic mediation. A generalizing conclusion is made that the subjective characteristics in the experiencing of a teenager with developmental delay are largely not manifested: the experiencing remains incomplete, is not realized, is weakly mediated. The formation of the independence of the experiencing of a teenager with developmental delay is largely disrupted and requires the mediation of an Adult.

Keywords: emotional self-regulation, subject, experiencing, teenagers, inner experience, children with developmental disabilities, adolescents with developmental delay.

Исследование выполнено в рамках Государственного задания Министерства просвещения РФ № 073-00063-23-01.

Введение. Проблема становления эмоциональной саморегуляции как фактора социализации подростков с задержкой психического развития является одной из наиболее остро стоящих перед системой общего образования. Саморегуляция – эмоциональная и, шире, личностная – во многом определяет способность управлять своим поведением, совершать поступки, основанные на культурных ценностях общества, становиться успешным участником общественных процессов.

Мы рассматриваем развитие эмоциональной саморегуляции как процесс становления самостоятельности переживания, где переживание понимается как деятельность по осмыслению критической ситуации в методологии культурно-деятельностного подхода. Самостоятельность переживания предполагает способность осознавать процессы переживания его субъектом, что обеспечивает полноту деятельности переживания, способность выбирать культурный способ выражения во взаимодействии со значимыми Другими. Психические предпосылки становления самостоятельности переживания складываются только к подростковому возрасту; но с возникновением личностной рефлексии подростка деятельность переживания только начинает приобретать новые субъектные характеристики, невозможные в более ранних возрастах.

Понимая эмоциональную саморегуляцию как эффект процесса переживания, необходимо сконцентрироваться на нескольких моментах:

- 1) использование когнитивных знаков-стимулов в опосредствовании натуральных процессов переживания;
- 2) собственно регуляция – обнаружение внутренней личностной (субъектной) позиции переживающего, в которой можно обнаружить личное отношение к собственным эмоциональным состояниям.

Исследования эмоциональной саморегуляции детей и подростков с ЗПР доказывает недостаточное развитие самоконтроля эмоций и поведения, а также недостаточный уровень стрессоустойчивости (Бабкина, 2016, Федосеева, 2022); низкий уровень сформированности нравственных представлений и нравственного самосознания, внутренняя пассивность – недостаточная потребность в самопознании и саморазвитии; более слабое развитие рефлексии (Коробейников, 2002, Инденбаум, 2014).

Цель данного исследования состояла в изучении субъектных характеристик переживания у нормотипичных подростков и подростков с ЗПР. Ключевой вопрос, на который нам было важно ответить: какие характеристики субъектности переживания, отражающие становление его самостоятельности, можно обнаружить у подростков с ЗПР?

Методы. Исследование проводилось в феврале–октябре 2022 г. на базе общеобразовательных школ г. Омска (№ 33, № 12), Школа № 657 г. Москвы и Коррекционной общеобразовательной школы №522 г. Санкт-Петербурга. В нем приняли участие 67 подростков: 42 нормотипичных подростка и 25 подросток с задержкой психического развития в возрасте 14-15 лет.

Для исследования опосредствования переживании как фактора эмоциональной саморегуляции у подростков был организован эксперимент: (1) подросткам предлагалось нарисовать свое актуальное эмоциональное состояние в виде образа (Рисунок «Мое эмоциональное состояние») и заполнить первую часть авторской анкеты; (2) на следующем этапе подростки выбирали музыкальную композицию и прослушивали ее; (3) на последнем этапе подростки снова рисовали свое эмоциональное состояние и заполняли вторую часть анкеты. (4) После завершения заполнения анкеты подросткам с нормотипичным развитием предлагалось написать сочинение на тему «Значение музыки в моей жизни»; у подростков с задержкой психического развития проводилось полуструктурированное интервью с целью уточнить их осознание своих эмоциональных состояний во время эксперимента и в жизни в целом.

Анализ эмпирических данных осуществлялся с помощью метода обоснованной теории, контент-анализа, статистических критериев: частотный анализ, критерий – угловое преобразование Фишера.

Результаты. В таблице представлены результаты изменения эмоциональной «тональности» состояния подростков. Если в группе нормотипичных подростков после прослушивания музыкальной композиции снизилось количество участников, находящихся в нейтральном состоянии ($\varphi^* = 3,400$, $p < 0,01$) и увеличилось количество подростков испытывающих положительные эмоции ($\varphi^* = 5,582$, $p < 0,01$), то в группе подростков с ЗПР, несмотря на некоторое увеличение подростков с положительными эмоциональным состоянием, статистически существенных изменений не произошло. Также важно заметить, что 35,3% подростков с ЗПР находились в негативном состоянии на момент исследования и это состояние у них практически не изменилось (негативное эмоциональное состояние сохранилось у 7 из 8 подростков).

В результате интерпретативного анализа высказываний подростков как с задержкой психического развития, так и нормотипичных, был определен ряд категорий.

Категория 1. Качество изменения состояния

В группе подростков с ЗПР – 48,0% участников указали, что их состояние не изменилось в процессе слушания музыки. То есть музыка не выступила средством эмоциональной регуляции, не опосредствовала их переживание. Также важно выделить подкатегорию «Провал в непровольное переживание»: у 4 (16%) подростков с ЗПР слушание музыки привело к нереле-

ксивному вовлекающему переживанию актуального эмоционального состояния. То есть музыкальное интонирование вызывает почти гипнотическое – измененное состояние сознания, когда «музыка уносит».

Таблица

Изменение эмоционального состояния подростков
в ходе прослушивания музыкальной композиции

Эмоциональное состояние	Группа	До прослушивания музыкальной композиции, %	После прослушивания музыкальной композиции, %	Стат. различия (Ф*- критерий угловое преобразование Фишера)
Положительное	Подростки нормотипичные	21,4	78,6	5,582**
	Подростки с ЗПР	17,6	35,3	1.184
Нейтральное	Подростки нормотипичные	35,7	7,1	3,400**
	Подростки с ЗПР	29,4	23,5	0.391
Негативное	Подростки нормотипичные	28,6	14,3	1,618
	Подростки с ЗПР	35,3	35,3	0,0
Не настроение, а отношение	Подростки нормотипичные	14,3	0,0	–
	Подростки с ЗПР	17,6	5,9	1.093

Примечание. ** — $p < 0,01$

Категория 2. Полнота переживания

В высказываниях нормотипичных подростков можно обнаружить содержание трех уровней переживания: уровень непосредственного переживания, уровень сознания и рефлексии (Васильюк, 1984). В отличие от подростков с ЗПР, в высказываниях которых встречается содержание, только намечен уровень сознания. Примеры высказываний: «настроение такое, что хочется танцевать», «нет желания что-либо делать...», «музыка ассоциируется с моим будущим...», «появилось предвкушение чего-то хорошего...». Подростки только обозначают содержание переживания, не разворачивая его. Была обнаружена только одна анкета, где подросток развернул жизненный мир переживания: «Я как будто попала на сеанс йоги. Этот голос, который пытается успокоить пациента, не хватает только мантры и свечей». Но и в этом высказывании подросток только обозначает жизненный мир, сразу «просыпаясь» в реальность и фиксируя то, чего не хватает в ощущениях прямо сейчас – «...не хватает мантры и свечей...».

Категория 3. Описание процесса опосредствования

В высказываниях нормотипичных подростков мы обнаружили разные варианты описания процесса опосредствования: музыка как средство вовлечения в непосредственное переживание, как средство осмысления опыта

(пример: «музыка должна нести какую-нибудь суть...»), как средство переживания удовлетворенности фрустрированных потребностей и как средство «сдвига мотива на цель». Но в высказываниях подростков с ЗПР был обнаружен только один из обнаруженных на выборке нормотипичных подростков способ опосредствования: вовлечение в непосредственное переживание. Пример: «Когда я слушаю музыку – она уносит меня вдаль».

Обсуждение. Результаты исследования позволяют констатировать тот факт, что музыкальные композиции не являются естественно складывающимся орудием опосредствования переживания у подростка с ЗПР. Можно предположить, что это следствие недостаточности когнитивных средств осознания себя у подростков; также это может быть следствием того, что подросток не обнаруживает в себе того содержания, которое можно опосредствовать – недостаточно рефлексивных способностей, которые еще не возникли как новообразование возраста.

Выводы. Таким образом, исследование позволило выделить такие субъектные характеристики переживания как полнота, осознанность, рефлексивность и знаково-символическая опосредствованность. Субъектные характеристики в переживании подростка с ЗПР оказываются в значительной степени не проявлены: переживание остается неполным, не осознается, оказывается слабо опосредствованным. Поскольку у подростков с ЗПР становление субъектных характеристик переживания затруднено, недостаточно ресурсов для опосредствования переживания – это напрямую отражается в трудностях эмоциональной саморегуляции.

Отсюда вывод: становление самостоятельности переживания подростка с задержкой психического развития как условия развития эмоциональной саморегуляции в значительной степени затруднено и требует посреднического действия Взрослого в системе коррекционно-развивающей работы.

Библиографический список

1. Бабкина Н.В. Роль осознанной саморегуляции в реализации когнитивных и личностных ресурсов ребенка с задержкой психического развития [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2016. Т. 5, № 3. С. 40–55. <https://doi.org/10.17759/cpse.2016050303>
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200 с.
3. Инденбаум Е.Л. Характеристики коммуникативной компетентности подростков с разными формами интеллектуальной недостаточности в условиях инклюзивного и специального образования // Психологическая наука и образование. 2014. № 1. С. 42–49.
4. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. М.: Perse, 2002. 191 с.
5. Федосеева, А.М. Кичигина А.А., Удалова Т.Ю. Прослушивание музыки подростком как процесс опосредствования переживания // Теоретическая и экспериментальная психология. 2022. Т. 15, № 4. С. 90–106. <https://cyberleninka.ru/article/n/proslushivanie-muzyki-podrostkom-kak-protsess-oposedstovaniya-perezhivaniya>

ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ ОСОБЕННОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ВОСПРИЯТИЯ ИСКУССТВА

Л.А. Шаяхметова

*Центр психолого-педагогической помощи детям и молодёжи «Доверие»,
г. Казань, Россия*

Аннотация. Согласно ряду концепций, отрицательные эмоции являются одним из ключевых элементов в искусстве. Возникновение отрицательных эмоций запускает в психике механизм саморегуляции, от особенностей которой может зависеть восприятие искусства. Целью исследования является выявление связи особенностей саморегуляции с эстетической реакцией на художественное произведение. Для исследования данного вопроса были использованы методики, направленные на выявление преобладающей стратегии саморегуляции (когнитивная переоценка или подавление экспрессии), ценности саморегуляции, а также просмотр художественного произведения с его последующей рефлексией. В результате исследования было выявлено, что стратегия подавления экспрессии вызывает негативные физиологические реакции при восприятии грустного мультфильма, а стратегия когнитивной переоценки связана с более высокой оценкой художественного произведения и более высокой оценкой комфортности состояния грусти, возникшего во время просмотра художественного произведения.

Ключевые слова: отрицательные эмоциональные состояния, саморегуляция, искусство, когнитивная переоценка, эмоциональное подавление, ценность искусства.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FEATURES OF SELF-REGULATION AND THE PERCEPTION OF ART

L.A. Shayakhmetov

*Center of psychological and pedagogical assistance to children and youth "Trust",
Kazan, Russia*

Abstract. According to a number of concepts, negative emotions are one of the key elements in art. The emergence of negative emotions triggers a mechanism of self-regulation in the psyche, on the characteristics of which the perception of art may depend. The purpose of the study is to identify the relationship between the features of self-regulation and the aesthetic reaction to a work of art. To study this issue, methods were used aimed at identifying the predominant strategy of self-regulation (cognitive reassessment or suppression of expression), the value of self-regulation, as well as viewing a work of art with its subsequent reflection. As a result of the study, it was found that the expression suppression strategy causes negative physiological reactions when perceiving a sad cartoon, and the cognitive reassessment strategy is associated with a higher appreciation of a work of art and a higher assessment of the comfort of the state of sadness that arose while watching a work of art.

Keywords: negative emotional states, self-regulation, art, cognitive reappraisal, emotional suppression, value of art.

Введение. Согласно ряду концепций, отрицательные эмоции являются одним из ключевых элементов в искусстве. Их значимость для возникновения эстетических переживаний описывается в модели дистанцирования-включения В. Миннингхауса, теории арт-схемы В. Вагнера, теории эстетических эмоций Д. Зиллмана.

Возникновение отрицательных эмоций запускает в психике механизм саморегуляции, от особенностей которой может зависеть восприятие искусства. В соответствии с концепцией саморегуляции психических состояний А.О. Прохорова, саморегуляция представляет собой цепь последовательных переходов от исходного состояния к желаемому достижению. Количество переходных состояний может быть разным, но, как правило, это несколько состояний; достижение целевого состояния без промежуточных переходов случается крайне редко (Прохоров, 2017). Основными факторами, фасилитирующими процесс саморегуляции, являются приёмы и способы саморегуляции, сформированные в опыте человека и выработанные для определённой ситуации и конкретных состояний. Рефлексивный компонент играет роль обратной связи, которая даёт сигнал, насколько близко человек приблизился к желаемому состоянию (Прохоров, 2020).

По Дж. Гроссу, эмоциональная регуляция – это все осознаваемые и неосознаваемые стратегии, которые человек может использовать для увеличения, поддержания или уменьшения одного или нескольких компонентов эмоциональной реакции (Gross, 2003).

Автор выделяет две наиболее распространённые стратегии регуляции эмоций:

- эмоциональное подавление – стратегия саморегуляции, направленная на подавление выражения эмоций;
- когнитивная переоценка – осознаваемый механизм саморегуляции, основанный на переоценке ситуации.

Изменение может касаться мыслей, вызванных эмоцией, отношения к ней или оценки потенциальной возможности совладания. В результате, при успешной регуляции возможно увеличение или усиление интенсивности эмоции, а также смена эмоции на другую (Gross, 2007).

Также следует отметить, что искусство является наглядным материалом для исследования саморегуляции, так как оно вызывает негативные переживания такого уровня, который не приводит к дистрессу. Однако вопрос эмоциональной реакции на художественные произведения в контексте рассмотрения особенностей саморегуляции человека изучен не был.

Таким образом, представляет интерес выяснить, как регуляторные стратегии и ценностные аспекты саморегуляции соотносятся с восприятием искусства, а также рассмотреть механизмы, возникающие во время саморегуляции, которые могут потенциально обуславливать эстетическую реакцию.

Целью исследования является выявление связи особенностей саморегуляции с эмоциональной реакцией на художественное произведение.

Методы. Участникам исследования было предложено ответить на вопросы методик, посмотреть видео и заполнить анкету. В качестве диагностических методик были выбраны опросники, выявляющие особенности саморегуляции человека и методика, направленная на исследование отношения к искусству:

– «Опросник эмоциональной регуляции» (ERQ) Дж. Гросса в адаптации А.А. Панкратовой, Д.С. Корниенко.

– «Опросник ценности эмоционального контроля» (ECV) А. Мауса в адаптации А.А. Панкратовой.

– Методика отношения к литературе «Опросник читателя» Логиновой Н.А., Коченовой А.И., дополненная вопросами об отношении к кинематографическому и театральному искусству.

После ответов на вопросы данных методик участникам исследования было предложено посмотреть отрывок из мультфильма «Отец и дочь» (2000), индуцирующий эмоцию грусти. Затем участникам исследования было необходимо оценить изменения эмоциональных состояний с помощью следующих опросников: методика «Рельеф эмоционального состояния» А.О. Прохорова; анкета, направленная на выявление особенностей эмоциональных состояний: валентность, ясность, интенсивность, сопутствующие эмоции.

В качестве методов статистического анализа данных были использованы непараметрические критерии U-Манна-Уитни, χ^2 Пирсона, частотный анализ, корреляционный анализ и критерий Краскала-Уоллеса.

В качестве метода статистической обработки данных был использован пакет статистического анализа SPSS 21.

В исследовании приняли участие 175 русскоязычных испытуемых в возрасте от 18 до 35 лет. Среди респондентов были представители различных профессий и уровней образования.

Результаты. На первом этапе анализа данных были изучены корреляции между различными свойствами саморегуляции. В результате корреляционного анализа методом Спирмена были выявлены слабые связи склонности к переоценке с самоэффективностью и подавлением экспрессии. Подавление экспрессии также связано с ценностью контроля.

Таблица

Корреляции особенностей саморегуляции

	Склонность к переоценке	Подавление экспрессии	Ценность контроля	Самоэффективность
Склонность к переоценке	-	0,164*	0,115	0,296**
Подавление экспрессии		-	0,383**	0,061
Ценность контроля			-	0,044
Самоэффективность				-

Далее путём ранжирования были выделены группы с низкими и высокими показателями ценностных аспектов саморегуляции: «ценность контроля» и «самоэффективность» и регуляторных стратегий: «когнитивная переоценка», «подавление экспрессии».

Были проанализированы связи регуляторных стратегий особенности эмоциональных состояний во время просмотра мультфильма. Было выявлено, что в группе с преобладанием стратегии подавления экспрессии были чаще отмечены положительные эмоции во время просмотра фильма ($p = 0,017$). Для стратегии когнитивной переоценки связана с когнитивными и физиологическими показателями. Так, люди, склонные к сданной стратегии, сообщали о более ярких образах воображения во время просмотра на уровне значимости $p = 0,029$ (рисунок 1). Для людей, чаще использующих стратегию когнитивной переоценки, также свойственно менее выраженное изменение температуры тела ($p = 0,024$). Кроме того, респонденты, отнесённые к группе с преобладанием данной стратегии, оценивали состояние грусти, индуцированное мультфильмом как более приятное по сравнению с группой участников, не склонных к использованию стратегии когнитивной переоценки ($p = 0,042$).

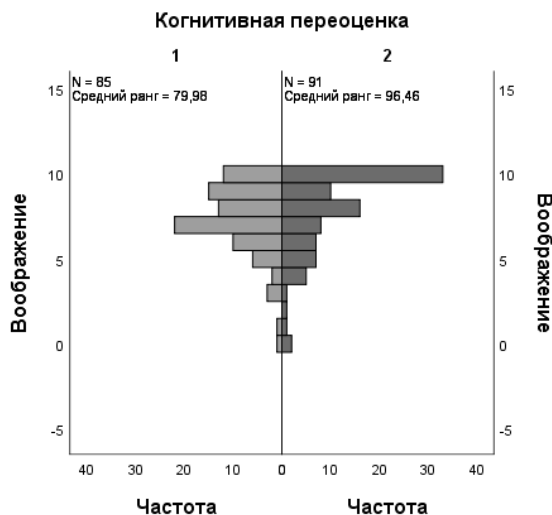


Рис. 1. Связь склонности к когнитивной переоценке и показателей воображения

На следующем этапе анализа данных была проанализирована связь особенностей индуцированного мультфильмом состояния грусти с ценностными аспектами саморегуляции. Респонденты с более высокой ценнос-

тью самоконтроля переживали менее ясные и осознанные эмоции, чем респонденты с более низким показателем данного признака на уровне значимости $p = 0,033$ (рисунок 2).

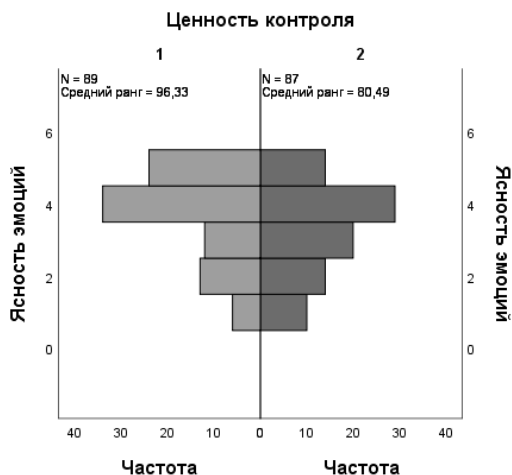


Рис. 2. Связь ценности контроля и ясности эмоций

Кроме того, участники исследования из группы высокой ценности самоконтроля в целом хуже оценивали фильм ($p = 0,029$). Распределение оценок проиллюстрировано на рисунке 3.

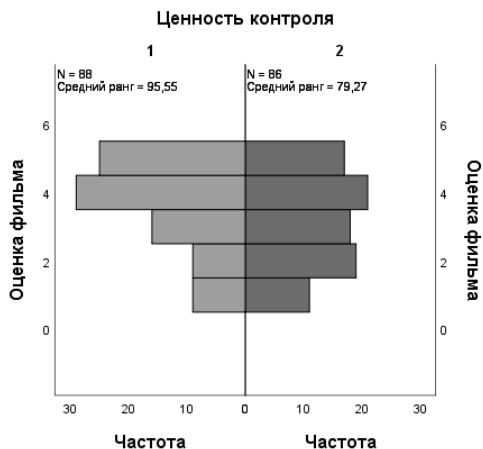


Рис. 3. Связь ценности контроля и оценки фильма.

В результате анализа связи эмоциональных переживаний с отношением к искусству было выявлено, что в состоянии грусти физиологические показатели у людей, которые относятся к искусству с большим интересом, выражены сильнее. В частности, расчёт с помощью критерия У-Манна-Уитни показал статистически значимую зависимость ощущений со стороны желудочно-кишечного тракта от уровня заинтересованности в искусстве у испытуемых во время просмотра мультфильма (тошнота, боль со стороны желудка, потеря аппетита) на уровне значимости $p = 0,035$.

Также были проанализированы связи между отношением к искусству с выраженностью различных показателей саморегуляции. Значимых связей между уровнем увлечённости искусством и регуляторными свойствами личности обнаружено не было.

Обсуждение. Результаты исследования выявили влияние разнообразия переживаемых отрицательных эмоций при восприятии художественного произведения с его привлекательностью, что согласуется с предыдущими исследованиями значимости отрицательных эмоций искусстве.

Была выявлена положительная связь стратегии когнитивной переоценки с восприятием искусства. Данная связь, рассмотренная в контексте концепции саморегуляции А.О. Прохорова, доказывает её более высокую эффективность в сравнении со стратегией подавления экспрессии: когнитивная переоценка позволяет переживать больше разнообразных отрицательных эмоций и приводит к достижению целевого состояния комфорта.

Респонденты, склонные к подавлению экспрессии, отмечали больше положительных эмоций при восприятии мультфильма, что выявляет рассогласование между эмоциональными проявлениями данной группы и эмоциональной задачей художественного произведения – вызвать эмоцию грусти. При этом, несмотря на частое возникновение отдельных положительных эмоций, общее состояние участников данной группы было менее комфортным и вызывало более низкую оценку фильма, как и у людей с выраженной ценностью подавления экспрессии.

Изучение физиологических реакций подтвердило гипотезу о соматизации эмоциональных проявлений у лиц, чаще пользующихся стратегией подавления экспрессии.

Выводы. Таким образом, в результате исследования была доказана более высокая эффективность стратегии когнитивной переоценки в сравнении со стратегией подавления экспрессии. Выявлена значимость разнообразия эмоциональных реакций во время восприятия художественного произведения для его положительной оценки. В дальнейшем интерес представляет изучение эмоциональной реакции и её связи со стратегиями саморегуляции при восприятии нехудожественных произведений.

Библиографический список

1. Панкратова А.А., Корниенко Д.С. Русскоязычная адаптация опросника ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) Дж. Гросса // Вопросы психологии. 2017. № 5. С. 139-149.
2. Прохоров А.О. Структурно-функциональная модель ментальной регуляции психических состояний субъекта // Психологический журнал. 2020. Т. 41, №1. С.5-18.
3. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний в повседневной, обыденной жизнедеятельности человека // Психологические исследования. 2017. Т. 10, № 56. С. 7.
4. Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 85, № 2. P. 348-362.
5. Gross J.J., Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundations // J.J. Gross (Ed.). Handbook of Emotion Regulation. New York: Guilford Press, 2007. P. 3-24.
6. Mauss I. B., Butler E.A., Roberts N.A., Chu A. (2010). Emotion control values and responding to an anger provocation in Asian-American and European-American individuals // Cognition & Emotion. 2010. Vol. 24, № 6. P. 1026–1043.
7. Menninghaus W., Wagner V., Hanich J., Wassiliwizky E., Jacobsen T., Koelsch S. The Distancing-Embracing model of the enjoyment of negative emotions in art reception // Behavioral and Brain Sciences. 2017. Vol. 40. e347. <https://doi.org/10.1017/S0140525X17000309>
8. Nohl W. Sustainable landscape use and aesthetic perception – preliminary reflections on future landscape aesthetics // Landscape and Urban Planning. 2001. Vol. 54, № 1-4. P. 223-237. [https://doi.org/10.1016/S0169-2046\(01\)00138-4](https://doi.org/10.1016/S0169-2046(01)00138-4)
9. Nowlis H.H., Nowlis V. The description and analysis of mood // Annals of the New York Academy of Science. 1956. Vol. 65, № 4. P. 345–355. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1956.tb49644.x>
10. Wagner V., Klein J, Hanich J, Shah M, Menninghaus W, Jacobsen T. Anger framed: A field study on emotion, pleasure, and art // Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts. 2016. Vol. 10, № 2. P. 134-146. <https://doi.org/10.1037/aca0000029>

ВОЛЕВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ В УСЛОВИЯХ ТРАНСФОРМАЦИИ ТРАДИЦИОННОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ТУВИНЦЕВ

В.Н. Шляпников

Московский институт психоанализа, г. Москва, Россия

Аннотация. В работе приводятся результаты исследования особенностей волевой регуляции у тувинцев, проживающих в сельских районах и городах республики. Проверялось предположение о связи воли с трансформацией образа жизни тувинцев.

Использовались следующие методики: «Шкала контроля за действием», «Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении», тест СЖО, а также авторская анкета для изучения особенностей образа жизни.

Сравнивались тувинцы, проживающие в Эрзине (185 чел.), в Мугур-Аксы (265 чел.), в Кызыле (172 чел.) и в Москве (105 чел.). Всего в исследовании приняло участие 727 человека в возрасте от 18 до 79 лет, 466 женщин и 261 мужчин.

MANOVA показал наличие значимых различий между сравниваемыми группами по всем показателям волевой регуляции. У жителей сельских регионов преобладала ориентация на действие и высокие показатели самоконтроля, а у городских – ориентация на состояние и средние показатели самоконтроля.

Результаты ковариационного анализа показали, что эти различия могут быть обусловлены особенностями образа жизни, а также состояния смысловой сферы респондентов. У тувинцев, проживающих в сельских районах, важную роль в регуляции деятельности играют национальные традиции и обычаи, которые могут наполнять повседневные действия дополнительными смыслами, связывая их с общегрупповой системой ценностей. В процессе урбанизации роль традиций в жизни общества уменьшается, поэтому городским жителям чаще приходится обращаться к сознательной волевой регуляции деятельности и поведения.

Ключевые слова: волевая регуляция, образ жизни, смысложизненные ориентации, тувинцы, самоконтроль.

VOLITIONAL REGULATION IN THE CONTEXT OF THE TRANSFORMATION OF THE TRADITIONAL WAY OF LIFE AMONG TUVANS

V.N. Shlyapnikov

Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia

Abstract. The paper presents the results of a study of the features of volitional regulation among Tuvans living in rural areas and cities of the republic. The assumption about the connection of the volition with the transformation of the way of life of the Tuvans was tested.

The following methods were used: “Action control scale”, “Questionnaire for identifying the severity of self-control in the emotional sphere, activity and behavior”, LSS test, as well as an author's questionnaire for studying lifestyle characteristics.

Tuvans living in Erzin (185 people), in Mugur-Aksy (265 people), in Kyzyl (172 people) and in Moscow (105 people) were compared. In total, the study involved 727 people aged 18 to 79 years, 466 women and 261 men.

MANOVA showed significant differences between the compared groups in all indicators of volitional regulation. Residents of rural regions were dominated by an action-orientation and high levels of self-control, while among urban residents, a state-orientation and average indicators of self-control prevailed.

The results of the covariance analysis showed that these differences may be due to the characteristics of the lifestyle, as well as the state of the semantic sphere of the respondents. For Tuvans living in rural areas, an important role in the regulation of activities is played by national traditions and customs, which can fill everyday actions with additional meanings, linking them with the group-wide system of values. In the process of urbanization, the role of traditions in the life of society decreases, so urban residents often have to turn to conscious volitional regulation of activities and behavior.

Keywords: volitional regulation, lifestyle, Tuvans, self-control.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 21-18-00597, <https://rscf.ru/project/21-18-00597/>.

Введение. Современное тувинское общество претерпевает значительные изменения. Жители сельских районов едут в города, получают образование, начинают работать в сфере производства и оказания услуг. Наряду с этим наблюдается обратный процесс: городские жители возвращаются в деревню и начинают заниматься традиционными видами деятельности, возрождают элементы традиционного образа жизни (Ламажаа, 2021).

С точки зрения психологии трансформация общественных отношений всегда ведет к изменению психики, что подтверждается результатами эмпирических исследований. В частности, это имеет отношение к волевой регуляции. У тувинцев, проживающих в сельских районах республики, преобладает ориентация на действие (по Ю. Кулю), а также наблюдаются высокие показатели самоконтроля. По сравнению с ними, у тувинцев, проживающих в столице республики, преобладает ориентация на состояние, и более низкие показатели самоконтроля (Шляпников, 2023).

Встает вопрос: чем обусловлены эти различия? Мы предполагаем, что они могут быть связаны с трансформацией образа жизни как устойчивой формы деятельности и социального взаимодействия, типичного для данной этнической группы.

Методы. Чтобы проверить это предположение было проведено исследование особенностей волевой регуляции у тувинцев, проживающих в сельских районах Тувы (Эрзин – 185 чел. и Мугур-Аксы – 265 чел.), в Кызыле (172 чел.) и в Москве (105 чел.). Всего в исследовании приняло участие 727 человека в возрасте от 18 до 79 лет, 466 женщин и 261 мужчин, средний возраст 36,48+/-14,2 года. Выборки были сбалансированы по возрасту и полу. Исследование проводилось в 2021-2022 гг.

Для оценки состояния волевой регуляции использовались «Шкала контроля за действием Ю. Куль» (далее – ШКД), «Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении Г.С. Никифорова и соавт.» (далее: эмоциональный самоконтроль – ЭСК, поведенческий самоконтроль – ПСК, социальный самоконтроль – ССК). Для оценки образа жизни респондентов использовалась авторская анкета. Поскольку исследования показывают наличие значимых связей между волевой и смысловой сферой личности, также использовался тест СЖО Д.А. Леонтьева (Шляпников, 2023).

Результаты. Чтобы понизить размерность данных, ответы на вопросы анкеты факторизовались (метод главных компонент с последующим

Варимакс-вращением). В результате было получено три фактора, объясняющие 54% дисперсии.

Фактор №1 был интерпретирован как «формы социального взаимодействия» (семейный уклад, полученное воспитание, образ жизни в целом, знакомство с национальной литературой) – 34,45% дисперсии.

Фактор №2 был интерпретирован как «традиции в повседневной жизнедеятельности и быту» (национальный язык, кухня, традиции, традиционная религия) – 10,45% дисперсии.

Фактор №3 был интерпретирован как «интерес к традиционной культуре» (интерес к традиционной культуре и национальная политика) – 9,65% дисперсии.

Далее, чтобы оценить влияние образа жизни на волевую регуляцию использовался MANOVA. В качестве зависимых переменных выступали показатели волевой регуляции. Проверялись четыре факторные модели. В первой модели была только одна независимая переменная: район проживания. Во второй модели в качестве ковариат выступали факторные оценки, рассчитанные с помощью метода линейной регрессии. Во третьей модели в качестве ковариаты выступали показатели теста СЖО. В четвертой модели в качестве ковариат выступали и факторные оценки, и показатели теста СЖО.

В первой модели было показано значимое влияние переменной «Район» на все четыре независимые переменные (ШКД – 9,512**, ЭСК – 2,795*, ПСК – 7,960**, ССК – 2,561*).

Во второй модели значимое влияние переменной «Район» сохраняется для переменных «Шкала контроля за действием» и поведенческий самоконтроль (ШКД – 4,105**, ЭСК – 1,846, ПСК – 4,480**, ССК – 0,772). Наряду с этим показана значимая связь факторных оценок, рассчитанных по фактору №2, со всеми независимыми переменными (ШКД – 11,963**, ЭСК – 19,130**, ПСК – 22,750**, ССК – 41,283**).

В третьей модели влияние переменной «Район» сохраняется для переменной «Шкала контроля за действием» (ШКД – 3,482**, ЭСК – 0,953, ПСК – 0,722, ССК – 0,531). Наряду с этим показана значимая связь показателей теста СЖО со всеми независимыми переменными (ШКД – 39,935**, ЭСК – 34,105**, ПСК – 92,674**, ССК – 58,898**).

В четвертой модели влияние переменной «Район» оказалось незначимым для всех независимых переменных (ШКД – 2,083, ЭСК – 0,748, ПСК – 0,261, ССК – 0,253). Наряду с этим показана значимая связь показателей теста СЖО (ШКД – 32,051**, ЭСК – 25,165**, ПСК – 75,165**, ССК – 42,405**) и факторных оценок, рассчитанных по фактору №2 (ШКД – 2,755*, ЭСК – 10,562**, ПСК – 8,993**, ССК – 20,057**), со всеми независимыми переменными.

Таким образом, полученные результаты подтверждают предположение, что различия показателей воли у сельских и городских жителей могут быть связаны с особенностями образа жизни, а также указывают на связь особенностей образа жизни и особенностей смысловой сферы респондентов.

Обсуждение. Итак, различия волевой регуляции у сельских и городских жителей может быть обусловлено особенностями образа жизни, а именно ролью традиций в регуляции повседневной жизнедеятельности. Хотя около 70% тувинцев как в городе, так и в селе отмечают, что их образ жизни меняется и приобретает современные черты, значительная их часть придерживается традиций и обычаев своего народа (51% – в Эрзине, 42% – в Мугур-Аксы, 34% – в Кызыле, 27% – в Москве), говорят на тувинском языке, исповедуют традиционную религию, готовят блюда традиционной кухни.

Жители сельских районов строже придерживаются национальных традиций и обычаев, чем жители городов. Соответственно, можно предположить, что особенности волевой регуляции сельских жителей (ориентация на действие и высокий волевой самоконтроль) связаны с важной ролью традиций в регуляции жизнедеятельности сельского общества. Для человека традиция может выступать внешним, социальным средством регуляции деятельности и отдельных действий, начиная с процессов принятия решения и целеполагания, и заканчивая оценкой результатов действий. Более того, традиции могут наполнять обычные повседневные действия дополнительными смыслами, связывая их с системой общегрупповых ценностей, на что может указывать связь между особенностями образа жизни и показателями теста СЖО. Действие по традиции не требует обращения к волевой регуляции как личностной форме произвольной регуляции. Вероятно, поэтому у сельских жителей значимо преобладает ориентация на действие.

В процессе урбанизации роль традиций в регуляции жизнедеятельности общества уменьшается. Человек лишается традиционных социальных средств регуляции деятельности, ему приходится компенсировать их за счет различных форм сознательной психической регуляции. Действия, теряя связь с традиционной культурой и системой ценностей, лишаются смысла. В результате горожанам приходится чаще обращаться к сознательному волевому контролю за повседневными действиями. Регуляция утрачивает произвольный и автоматизированный характер, снижается готовность к действию, формируется ориентация на состояние.

Выводы. В целом, полученные нами результаты указывают на связь между особенностями образа жизни и волевой регуляции у тувинцев. По всей видимости, необходимость в волевой регуляции возрастает в процессе модернизации традиционного общества. Когда традиции утрачивают своё значение в регуляции деятельности, человеку приходится чаще

обращаться к волевому усилию, чтобы заставить себя совершить необходимые действия. Вероятно, в этих обстоятельствах сохранение отдельных обычаев и традиций в жизни горожан может стать эффективным средством волевой регуляции.

Библиографический список

1. Ламажаа Ч.К. Тува как лимитрофная зона: язык, религия и идентификация тувинцев // Новые исследования Тувы. 2021. № 3. С. 178-194. <https://www.doi.org/10.25178/nit.2021.3.14>
2. Шляпников В.Н. Особенности волевой регуляции у тувинцев в условиях урбанизации общества // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16, № 1. С. 152–166. https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2023_n1/Shlyapnikov

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 1. ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

<i>Алигаева Н.Н.</i> Влияние детско-родительских отношений на особенности саморегуляции психических состояний обучающихся высшей школы	3
<i>Виленская Г.А.</i> Контроль поведения и социальная компетентность у младших школьников	7
<i>Емельяненко А.В., Марушкина П.В.</i> Результативность деятельности при разных типах целеполагания и уровнях притязаний у студентов	12
<i>Жукова Е.С., Богоявленская Д.Б.</i> Опыт исследования саморегуляции подростков в экспериментальной ситуации «креативного поля»	15
<i>Кабаева В.М., Меццерская-Робустова Е.В., Барабанова В.В.</i> Саморегуляция как ресурс коммуникативных компетенций и самоэффективности учителя	19
<i>Соколовский М.Л., Приходько Д.С.</i> Факторный анализ структуры предикторов субъективного благополучия молодежи южных регионов России	23
<i>Филиппова Е.В.</i> Применение ресурсного подхода к осознанной саморегуляции в практике психологического сопровождения проектно-исследовательской деятельности обучающихся	31
<i>Фомина Е.А., Соломонов В.А.</i> Динамика жизненных ценностей студентов в пределах одного исторического поколения	37
<i>Цыганов И.Ю.</i> Взаимосвязь волевых качеств подростков с особенностями осознанной саморегуляции	43

СЕКЦИЯ 2. ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ

<i>Абдуллаева М.М.</i> Психосемантическая оценка юмора как способ диагностики выгорания у врачей	49
<i>Алдашева А.А., Первачева О.А.</i> Взаимосвязь ценностно-смысловых регуляторов с индивидуально-личностными характеристиками специалистов-операторов «Системы 112»	54
<i>Антипина Е.А.</i> Психологическая готовность людей зрелого возраста к переходу в пожилой возраст	61
<i>Блинникова И.В., Кузнецова А.С.</i> Осознанность как ресурс саморегуляции функционального состояния	65

Бондарева Е.В. Психологическое благополучие как фактор динамики жизненной перспективы студентов	69
Ганузин В.М., Ковалева Е.А. Насилие, направленное против учителей, в современных условиях социальных вызовов	75
Горькая Ж.В. Отношение к времени как фактор выбора стратегии совладающего поведения	85
Горькая Ж.В., Букреева Д.Б. Ценностно-смысловые особенности регуляции социально-политической активности у представителей разных поколений	89
Гуськова С.К. Навыки soft-skills педагога как ресурс его профессиональной и личностной эффективности	93
Джалалов У.Д., Абидова З.А. Особенности саморегуляции клинического мышления молодых врачей в зависимости от педагогических технологий	100
Забайрачная А.Е. Эмоциональный интеллект педагога как регуляторный ресурс жизнестойкости	106
Захарова Л.Н., Заладина А.С., Махалин А.И., Руденко А.В. Субъективное благополучие учителей как эмоциональный регулятор профессионального роста	111
Кисляков П.А., Шмелева Е.А., Силаева О.А., Кольчугина Н.И., Меерсон А.-Л.С. Профессиональная жизнестойкость в психологической безопасности специалистов социномического профиля	117
Кузнецова А.С. Целевая саморегуляция функционального состояния: ситуационные возможности и эффективность применения	122
Купченко В.Е. Предикторы переживания стресса у медиков в условиях Covid-19	126
Осницкий А.К., Моргаева Н.Ю. Индивидуально-психологические особенности проявления субъектных свойств студенчества	130
Плугина М.И., Копанев А.Н. Способность к самопозиционированию как фактор личностного благополучия студентов	134
Сапоровская М.В., Тихомирова Е.В., Самохвалова А.Г., Конжгин С.И. Личностные регуляторы построения образа будущего на разных этапах профессионализации	141
Семенова Н.А. Метаресурс жизненной успешности личности сотрудников органов Внутренних дел	146
Сокольская М.В., Богомолова О.Ю. Формирование профессиональной идентичности студентов в условиях неопределенности	151
Усова Н.В., Кленова М.А. Социальная активность и политические позиции студенческой молодежи	156
Цымбалюк А.Э., Виноградова В.О. Саморегуляция как ресурс карьерной адаптивности	163

<i>Шингаев С.М.</i> Ценностно-смысловая сфера как фактор профессионального здоровья представителей социономических профессий	166
<i>Широкая М.Ю.</i> Острый стресс и временная перспектива в деятельности менеджеров	170
<i>Шумакова С.В., Маглакелидзе К.Г.</i> Изучение взаимосвязи коэффициента интеллекта с предпочитаемой социальной сетью у современного студента-психолога	175

СЕКЦИЯ 3. ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА В СИТУАЦИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

<i>Абидова З.А.</i> Уровень толерантности личности как регуляторный фактор рационального совладающего поведения	180
<i>Адеева Т.Н.</i> Самоотношение и индивидуально-типологические качества взрослых людей с ОВЗ в аспекте адаптации	184
<i>Атаманова И.В., Левицкая Т.Е., Филенко И.А., Богомаз С.А.</i> Психологическое здоровье и базисные убеждения молодежи как отражение взаимосвязей в системе «человек-мир»	190
<i>Банщикова Т.Н., Петренко А.В.</i> Регуляторные ресурсы молодых людей с разными типами субъективного благополучия	194
<i>Барышева Е.И.</i> Особенности содержательных характеристик картины мира военнослужащих, находящихся в условиях боевых действий	200
<i>Борискина А.А.</i> Формирование совладающего поведения суицидентов в рефлексивной психологии	204
<i>Брагина Н.В.</i> Взаимосвязь раннего опыта отношений со значимыми взрослыми и субъектной жизненной позиции взрослого	209
<i>Буравлева Н.А., Богомаз С.А.</i> Личностные ресурсы готовности к деятельности студенческой молодежи в условиях современных вызовов	212
<i>Важенин А.В., Пахомова Я.Н.</i> Психологические особенности пациентов со злокачественными новообразованиями разных локализаций	217
<i>Золотова И.А.</i> Личностные и регуляторные ресурсы женщины в ситуации рождения ребенка с заболеванием в период новорожденности	221
<i>Кубатина Ю.А.</i> Личностная автономия как необходимое требование к психологу-профессионалу и ресурс специалиста помогающей профессии	230
<i>Митрофанова А.В.</i> Взаимодействие трех типов критериев неопределенности: когнитивные, эмоциональные и поведенческие ...	235

Михайлова И.В., Вирясова И.С. Психологические состояния и особенности совладания со сложными ситуациями лиц, склонных к суициду	243
Осин Р.В., Роганова А.Е. Динамика состояния психологического благополучия беженцев и вынужденных переселенцев из Донбасса	249
Пахомова Я.Н., Циринг Д.А. Психологические предикторы благоприятного и неблагоприятного течения болезни у пациентов с раком желудка	254
Пономарева И.В., Демчук М.А., Циринг Д.А. Психологические особенности больных раком легкого, связанные с ранним и поздним обращением за медицинской помощью	258
Пономарева И.В., Гладков Ю.О. Исследование связи между психологическими факторами и течением рака молочной железы	261
Репенко М.С. Личностные и ситуационные особенности принятия решения в условиях неопределенности лицами юношеского возраста	265
Уваров И.А. Психологическое здоровье осужденных к лишению свободы в ситуациях неопределенности постпенитенциарного периода	270
Федосеева А.М., Бабкина Н.В. Эмоциональная саморегуляция подростков с задержкой психического развития: субъектные характеристики переживания	276
Шахметова Л.А. Исследование связи особенностей саморегуляции и восприятия искусства	282
Шляпников В.Н. Волевая регуляция в условиях трансформации традиционного образа жизни у тувинцев	288

Научное издание

ЛИЧНОСТНЫЕ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ РЕСУРСЫ
ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ

Материалы
VII Международной научно-практической конференции
(15 - 16 июня 2023 г.)

*Издатель не несет ответственности за достоверность
информации и научные результаты, представленные в работе*

Технический редактор, компьютерная верстка М.И. Толмачев

Подписано в печать 29.08.2023

Формат 60x84 1/16

Усл. печ. л. 17,44

Уч.-изд. л. 16,69

Бумага офсетная

Заказ 39

Тираж 500 экз.

Отпечатано в дизайн-бюро Школы креативных индустрий
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»
355029, г. Ставрополь, пр-т Кулакова, 2