

12+

ВЕСТНИК
ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА



Серия № 1
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Выпуск 1/2025

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»

12 +

**ВЕСТНИК
ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА**

Серия № 1
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Выпуск 1 / 2025

Электронный научный журнал

Пермь
ПГГПУ
2025

Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки : электронный научный журнал / главный редактор : Б.А. Крузе ; редколлегия выпуска : Л.Л. Баландина (ответственный редактор выпуска), Н.В. Коптева, О.С. Самбикина ; учредитель и издатель : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Пермь, 2025. – Выпуск 1. – ISSN 2308-717X. – URL: <http://www.vestnik1.pspu.ru>. – Текст (визуальный) : электронный.

Предлагаемый выпуск «Вестника ПГГПУ» (серия «Психологические и педагогические науки») посвящен психологическим исследованиям, проводимым преподавателями, аспирантами, магистрантами и студентами ПГГПУ и ПГНИУ. Теоретико-эмпирические исследования сгруппированы по разделам психологии: психология личности и психология профессиональной деятельности; психология образования; психология развития и возрастная психология; клиническая и специальная психология; психотерапия и консультирование.

Издание адресовано ученым в области психологии, аспирантам, магистрантам, студентам и всем тем, кто интересуется предложенной проблематикой.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ВЕСТНИКА ПГГПУ:

Б.А. КРУЗЕ – д-р пед. наук, профессор ПГГПУ

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ СЕРИИ «Психологические и педагогические науки»:

С.И. ШУМИНСКАЯ – канд. пед. наук, доц. кафедры философии и общественных наук ПГГПУ

Л.А. КОСОЛАПОВА – д-р пед. наук, проф., зав. кафедрой педагогики ПГНИУ

Н.А. ГАНГНУС – канд. пед. наук, доц. кафедры педагогики и психологии ПГГПУ

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ ВЫПУСКА (Психология):

Л.Л. БАЛАНДИНА – канд. психол. наук, доц. кафедры педагогики и психологии ПГГПУ (отв. ред. вып.)

Н.В. КОПТЕВА – д-р психол. наук, проф. кафедры практической психологии ПГГПУ

О.С. САМБИКИНА – канд. психол. наук, доц. кафедры теоретической и прикладной психологии ПГГПУ

Электронный журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Реестровая запись Роскомнадзора серии ЭЛ № ФС 77-78183 от 27.03.2020 г.

Журнал размещен в НЭБ eLibrary, договор № 270-04/2014 от 28.04.2014 г.

Журнал зарегистрирован как сериальное сетевое издание в международном регистрационном каталоге (ISSN International Centre), ему присвоен международный стандартный сериальный номер ISSN 2308-717X

Сайт журнала Вестник ПГГПУ. Серия № 1 «Психологические и педагогические науки»:

URL: <http://www.vestnik1.pspu.ru>

Префикс DOI: 10.24412/2308-717X

Электронная почта журнала: lbalandina2017@yandex.ru – Баландиной Людмиле Леонидовне

Тел. (342) 215-18-76, доб. 419, 435

Издается по решению редакционно-издательского совета
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета

СОДЕРЖАНИЕ

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

ВСЕРОССИЙСКАЯ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ В ОБРАЗОВАНИИ: ОБУЧЕНИЕ, ВОСПИТАНИЕ, РАЗВИТИЕ» (XL МЕРЛИНСКИЕ ЧТЕНИЯ).....	6
--	---

Раздел 1. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Мерзляков Д.Е., Моисеевских А.Н. СВЯЗЬ ЧЕРТ ТЕМНОЙ ТЕТРАДЫ И СИМПТОМОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СОТРУДНИКОВ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗАНИЙ	11
Серов Г.Ю., Иванченко Е.О., Деменева А.Д., Боталова А.С. ВЛИЯНИЕ ЭМОДЗИ НА ВОСПРИЯТИЕ ТЕКСТОВ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ.....	23
Смирнова И.В. РОЛЬ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ФСИН	34

Раздел 2. ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

Балдова Д.В., Игнатова Е.С., Кушева Е.В. ЛИЧНОСТНЫЙ ПРОФИЛЬ СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ АКАДЕМИЧЕСКИЕ ЗАДОЛЖЕННОСТИ	49
Ротманова Н.В., Дьякова Н.А. ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СТУДЕНТОВ В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ В СВЯЗИ С ВОВЛЕЧЕННОСТЬЮ ВО ВНЕУЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	63
Скорынин А.А. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, СТРЕСС И ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА И УЧИТЕЛЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ	69
Харламова Т.М., Климова А.А. СВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕВРОТИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ НА ГРАНИЦЕ И ВНЕ ЗОНЫ СВО	81

Раздел 3. ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Баландина Л.Л., Панкова Н.В.

САМОУТВЕРЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ И ЕГО ВЗАИМОСВЯЗЬ
С КОПИНГ-СТРАТЕГИЯМИ И СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЙ
КОМПЕТЕНТНОСТЬЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ..... 96

Вихман А.А., Гончаренко В.В., Клещева Е.Ю., Смирнов Д.О.

МЕДИАПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ
ПОДРОСТКОВ 109

Мишкевич А.М., Попова Т.А., Шпангель М.В.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ, СТИЛЕЙ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
В КОНФЛИКТЕ И СПОСОБОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ
В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ..... 118

Попова Т.А., Вештемова Л.И.

ОСОБЕННОСТИ ГЕСТАЦИОННОЙ ДОМИНАНТЫ,
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И УРОВНЯ
ТРЕВОЖНОСТИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН 138

Раздел 4. КЛИНИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Краснов А.В., Любомирова К.П.

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ
С ВИННОЙ, СТЫДОМ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИЕЙ..... 152

Кушева Е.В.

ПОЗИТИВНЫЙ ОБРАЗ ТЕЛА КАК ЗАЩИТНЫЙ ФАКТОР
ПРИ НАРУШЕНИЯХ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВУШЕК..... 160

Продовикова А.Г., Галиуллина А.Р.

СВЯЗЬ РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ..... 172

Ротманова Н.В., Ильина Е.А.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО
СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА У УЧАСТНИКОВ СВО
В ЗАВИСИМОСТИ ОТ БОЕВОГО ОПЫТА 189

Харламова Т.М., Перцева Е.Е.

СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ, РОДИТЕЛЬСКОГО
ВЫГОРАНИЯ И ДОМИНИРУЮЩЕГО СОСТОЯНИЯ У МАТЕРЕЙ
ДЕТЕЙ С ОНКОГЕМАТОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ
В УСЛОВИЯХ СТАЦИОНАРА..... 194

Раздел 5. ПСИХОТЕРАПИЯ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Самбикина О.С., Сумцова В.О.

ГОЛОСОВАЯ ТЕРАПИЯ КАК ВАЖНЫЙ ИНСТРУМЕНТ

ДЛЯ РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ ПО ВОКАЛУ 210

Фрейманис И.Ф., Ермак А.Д.

ЧАТ-БОТЫ НА ОСНОВЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ: ОБЗОР АПРОБИРОВАННЫХ

СИСТЕМ И НЕАПРОБИРОВАННЫХ АЛЬТЕРНАТИВ 221

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

ВСЕРОССИЙСКАЯ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ В ОБРАЗОВАНИИ: ОБУЧЕНИЕ, ВОСПИТАНИЕ, РАЗВИТИЕ» (XL МЕРЛИНСКИЕ ЧТЕНИЯ)

8–9 октября 2025 года на базе Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета в рамках Международного научно-методического форума «Образовательные и воспитательные технологии суверенной системы образования» прошла Всероссийская с международным участием научно-практическая конференция «Индивидуальность в образовании: обучение, воспитание, развитие» (XL Мерлинские чтения). В 2025 году Мерлинские чтения прошли в сороковой раз. Каждый год конференция собирает на своих площадках ученых, преподавателей и студентов вокруг основной темы – интегральной индивидуальности. В этом году тема индивидуальности рассматривалась в разрезе обучения, воспитания и развития учащегося в современной школе. Мероприятие собрало более 130 участников из 10 городов России и 3 стран (Российская Федерация, Республика Казахстан, Республика Беларусь).

Пленарное заседание открыл доклад доктора психологических наук, профессора Веры Юрьевны Хотинец «Когнитивная регуляция и креативность в контексте многоязычия». Доклад был посвящен тому, что знание нескольких языков влияет на мышление и творческие способности человека. Люди, владеющие двумя или более языками, часто лучше концентрируются, быстрее переключаются между задачами и проявляют больше гибкости в решении проблем, чем те, кто говорит только на одном языке. Также есть данные, что многоязычные люди нередко показывают более высокие результаты в тестах на креативность. Связь многоязычия с креативностью и когнитивной регуляцией пока мало изучена и, вероятно, требует объединения знаний из разных областей науки (нейронауки, психологии, лингвистики и педагогики). Вера Юрьевна указала на явный практический эффект от изучения данной темы: по результатам исследований возможна разработка «эффективных нейрообразовательных технологий, стимулирующих развитие когнитивных функций у обучающихся с разным языковым статусом, обеспечивающих развитие творческих способностей в образовательном процессе».

Доклад доктора психологических наук, профессора Леонида Яковлевича Дорфмана «К вопросу о деструктивном мире» касался сложной проблемы – природы деструктивности. Ученый вводит понятие «деструктивного мира» (ДМ) как негативной альтернативы «метаиндивидуального мира» (МИМ). ДМ возникает как искаженная форма МИМ под влиянием негативных факторов и проявляется в четырех основных доменах: недовольство собой, стремление к власти над людьми, нетерпимость и обособление от людей. Домены могут складываться в системы из нескольких доменов. Таким образом, выделяются



домены, системы и ДМ в целом. Предложенная модель пытается преодолеть разрозненные представления о деструктивности и создает основу для разработки диагностических инструментов (например, четырехфакторного опросника деструктивности).

Доктор психологических наук, профессор Светлана Юрьевна Жданова представила доклад на тему «Психологическая служба в системе высшего образования», в котором поделилась опытом организации системы психологической помощи в Пермском государственном национальном исследовательском университете. Одно из основных направлений работы психологической службы вуза – социально-психологическая адаптация студентов к новым условиям образовательного пространства ПГНИУ, данное направление работы касается не только студентов-первокурсников, но и студентов, приехавших из других городов, иностранных студентов и т.д. В докладе была показана интегрирующая функция психологической службы ПГНИУ, объединяющая усилия различных структурных подразделений вуза, направленная на обеспечение адаптации студентов и развитие их адаптационного потенциала личности.

Логичным продолжением доклада Светланы Юрьевны стал доклад заместителя директора МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Перми, педагога-психолога высшей квалификационной категории Ольги Андреевны Митиной «Актуальное состояние и развитие психологической службы Пермского края», которая рассказала о трехуровневой модели обеспечения психологической помощи несовершеннолетним в системе образования Пермского края. Были представлены задачи каждого уровня, кадровый ресурс и меры поддержки психологической службы и педагогов-психологов в Пермском крае.

В докладе заведующего кафедрой психологии и коррекционной работы Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова кандидата психологических наук, доцента Арсения Зурабовича Джанашиа обсуждалась проблема неоднозначности взаимодействия подростка с цифровой средой («К вопросу о развитии субъектности подростков в условиях цифровой среды, оснащенной искусственным интеллектом»). В условиях цифровой жизни одним из уникальных оплотов индивидуальности остается способность ребенка к самовоспитанию и саморазвитию. В докладе обосновывался тезис о том, что человек должен оставаться активным участником в построении своей идентичности, а не пассивным объектом, на которого воздействуют внешние цифровые факторы. Арсений Зурабович отмечал, что общество должно осознать важность сохранения человеческого взаимодействия в стремящемся к алгоритмизации мире, и найти баланс между использованием технологий и поддержанием качественных межличностных отношений.

В рамках доклада доктора психологических наук, профессора, члена-корреспондента РАО Бронислава Александровича Вяткина и кандидата психологических наук, доцента Алексея Юрьевича Калугина «Интегральное исследование индивидуальности в образовании: альянс фундаментальной науки и психологической практики» прошла презентация монографии, подготовленной Б.А. Вяткиным «Психология интегральной индивидуальности школьника».

В книге были подробно проанализированы проведенные в Пермской научной психологической школе исследования индивидуальности школьника и метаиндивидуальных характеристик учителя. Последняя глава была посвящена изучению целостной индивидуальности школьника. Кроме того, был представлен психодиагностический инструментарий, позволяющий измерить разноуровневые свойства индивидуальности человека.

Не менее продуктивно прошла и работа круглого стола «Кинопедагогика и медиапсихология в современном образовании как метод развития традиционных духовно-нравственных ценностей обучающихся». Дискуссионная площадка собрала единомышленников – ученых и практиков – представителей различных наук (педагоги, психологи, филологи, социологи, культурологи, историки, кинематографисты). Участниками был обобщен 25-летний опыт плодотворной совместной работы по развитию кинообразования и медиапсихологии в Пермском крае, позволяющий говорить о собственном научно-практическом подходе в этой сфере общественной практики.

Затем работа конференции продолжилась по трем тематическим секциям, где выступили 39 докладчиков.

На второй день состоялась проблемная площадка «Проблемы профессиональной подготовки и профессионального развития педагогов-психологов», на которой прошла дискуссия экспертов системы психологического сопровождения образования, руководителей учебных программ высшего образования, преподавателей, практикующих психологов и студентов. Ведущим спикером площадки была заместитель директора ГБУ Пермского края «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», кандидат психологических наук, доцент Юлия Сергеевна Шведчикова. Со стороны высшего образования экспертами выступили декан факультета психологии ПГТГУ Денис Олегович Смирнов, заведующий кафедрой практической психологии ПГТГУ Александр Александрович Вихман, доцент кафедры практической психологии Елена Аркадьевна Крюкова.

В ходе дискуссии были систематизированы наиболее актуальные трудности в работе психолога в образовании, которые в большей степени снижают качество психологического сопровождения школьников и способствуют уходу молодых специалистов из системы образования. На основе рефлексии трудностей участники проблемной площадки сформулировали ключевые рекомендации в улучшении подготовки психологических кадров в высшем образовании.

Во-первых, актуальна проблема неустойчивости профессиональной позиции педагога-психолога. Нередки ситуации, когда в целях повышения заработной платы, психолог в школе берет дополнительную работу, которая приводит к конфликту интересов. Наиболее частные смешения: психолог и классный руководитель, психолог и социальный педагог, психолог и учитель, психолог и куратор групп (в СПО). Такого рода совмещения приводят к размыванию профессиональной позиции педагога-психолога, профессиональному стрессу и эмоциональному выгоранию. Возникают сложности с поддержанием терапевтического альянса при психологическом консультировании субъектов образования, смешению директивной и не директивной позиции. В результате



происходит разрыв ролевой позиции психолога. В ходе дискуссии было предложено усилить образовательные программы бакалавриата и магистратуры психолого-педагогического направления курсами и практикумами следующей тематики: «Формирование навыков отстаивания своих профессиональных границ», «Планирование деятельности педагога-психолога в реальных условиях образовательного учреждения», «Навык распределения приоритетных задач и ресурсов для их достижения». Будущих специалистов необходимо учить выбирать и сохранять адекватную профессиональную роль, развивать в себе адаптивность, гибкость и переключаемость в ситуации реальных задач и условий психологического сопровождения образования. Так как основной причиной смещения ролей является стремление к увеличению заработной платы, необходимо расширить варианты укрепления финансовой самостоятельности психолога через альтернативные психологические деятельности, не приводящие к угрозе нарушения ролевой позиции психолога. Например, дополнительные формы психологической работы, платные курсы, частная практика, психологическое консультирование.

Во-вторых, ощущается компетентностное опаздывание и устаревание психологических знаний выпускников психологических факультетов. Нормативно-правовая база меняется и дополняется стремительно и психологические факультеты не успевают за этими актуальными изменениями. В данной ситуации продуктивно не транслировать нормативно-правовую базу, а учить будущих специалистов пользоваться цифровыми ресурсами федеральных психологических центров, федерации психологов образования России, профильных министерств (Министерство просвещения) и университетов (например, МГППУ). Учебные планы бакалавров необходимо оперативно актуализировать, учитывая вызовы времени, например, вводить дисциплины, связанные с сопровождением детей участников СВО, психологической работой в высших учебных заведениях и т.д. Необходимо обеспечить гибкость учебных планов образовательных программ.

В-третьих, необходимо модернизировать систему практик на факультетах психологии. Важно в процессе обучения отдавать предпочтение продуктивным формам обучения, таким как игровое моделирование, дискуссионные методы, кейс-метод. Практики должны подстраиваться под реальную логику психологического сопровождения школьников. Например, при составлении календарных учебных графиков практики необходимо ставить на время проведения социально-психологического тестирования в школах (октябрь). Необходимо иметь рекомендованный список баз практики, в которых психологическая работа осуществляется системно и на высоком профессиональном уровне. Усилия организаторов обучения бакалавров должны быть направлены на обеспечение системности и преемственности производственных и учебных практик с учетом возможностей и запросов работодателей. Также было высказано предложение приглашать студентов в качестве слушателей на методические совещания педагогов-психологов.

Дневное время второго дня конференции занял круглый стол, продлившийся более 5 часов, «Феномены интеграции в процессе психотерапии». Предметом обсуждения стали психологические феномены интеграции индивидуальности



в системе отношений «клиент-психотерапевт». Площадка собрала психологов-мастеров, объединяющих в своей профессиональной деятельности, позицию ученого-исследователя и практика-психотерапевта. В рамках круглого стола состоялось 6 докладов ученых из трех стран (Беларусь, Казахстан, Россия), которые вызвали интерес и активное обсуждение.

Завершающим мероприятием конференции стала фокус-группа «Потенциал гуманной педагогики в раскрытии традиционных духовно-нравственных ценностей в семье и школе», где участникам были предложены игровые и коммуникативные практики от ведущих специалистов Пермского центра гуманной педагогики. В отзывах участники фокус-группы отмечали, что им удалось погрузиться в «ценностно-смысловое пространство глубокой человечности в отношениях между Родителем и Ребенком».

Факультет психологии ПГПГУ

Раздел 1. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК 343.8:159.98

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-11-22

СВЯЗЬ ЧЕРТ ТЕМНОЙ ТЕТРАДЫ И СИМПТОМОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СОТРУДНИКОВ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ИСПОЛНЕНИЯ НАКАЗАНИЙ

Дмитрий Евгеньевич Мерзляков, Анастасия Николаевна Моисеевских

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Цель настоящего исследования – изучение взаимосвязей между чертами Темной тетрады и симптомами эмоционального выгорания у сотрудников ФСИН. В исследовании приняли участие 50 сотрудников. Для оценки выраженности черт Темной тетрады использовался опросник «Короткий опросник Темной тетрады», для диагностики симптомов эмоционального выгорания – «Тест оценки выгорания». В качестве статистических методов применялись критерий Шапиро – Уилка, непараметрический критерий Манна – Уитни для независимых выборок, корреляционный анализ Спирмена и линейный регрессионный анализ. Установлено, что психопатия и садизм положительно связаны с общим уровнем эмоционального выгорания, а также с когнитивными и эмоциональными затруднениями, тогда как макиавеллизм и нарциссизм не демонстрируют значимых корреляций. Результаты регрессионного анализа показали, что психопатия является единственным значимым предиктором эмоционального выгорания, объясняя 15,7 % его дисперсии. Полученные данные подчеркивают значимую роль личностных свойств, в частности психопатии, в развитии эмоционального истощения и могут быть использованы при разработке программ профилактики эмоционального выгорания в подведомственных организациях.

Ключевые слова: Темная тетрада, нарциссизм, макиавеллизм, психопатия, садизм, эмоциональное выгорание, ФСИН

Для цитирования: Мерзляков Д.Е., Моисеевских А.Н. Связь черт Темной тетрады и симптомов эмоционального выгорания у сотрудников Федеральной системы исполнения наказаний // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 11–22. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-11-22.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FEATURES OF THE DARK TETRAD AND THE SYMPTOMS OF EMOTIONAL BURNOUT AMONG EMPLOYEES OF THE FEDERAL PENITENTIARY SYSTEM

Dmitry E. Merzlyakov, Anastasia N. Moiseevskikh
Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. The aim of the present study was to examine the relationships between Dark Tetrad personality traits and symptoms of emotional burnout among employees of the Federal Penitentiary Service. The study involved 50 participants. To assess the intensity of Dark Tetrad traits, the Short Dark Tetrad Questionnaire was used, while symptoms of emotional burnout were measured using the Burnout Assessment Test. Statistical analyses included the Shapiro – Wilk test, the nonparametric Mann – Whitney U-test for independent samples, Spearman’s rank correlation analysis, and linear regression analysis. The results showed that psychopathy and sadism were positively associated with the overall level of emotional burnout, as well as with cognitive and emotional difficulties, whereas Machiavellianism and narcissism did not demonstrate significant correlations. Regression analysis revealed that psychopathy was the only significant predictor of emotional burnout, explaining 15,7 % of its variance. The findings highlight the important role of personality traits – particularly psychopathy – in the manifestation of emotional exhaustion and may inform the development of preventive programs for occupational burnout in subordinate institutions.

Keywords: Dark Tetrad, narcissism, Machiavellianism, psychopathy, sadism, emotional burnout, Federal penitentiary system

For citation: Merzlyakov D.E., Moiseevskikh A.N. The relationship between the features of the Dark tetrad and the symptoms of emotional burnout among employees of the Federal penitentiary system // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 11–22. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-11-22.

Введение

Изучение эмоционального выгорания в деятельности сотрудников пенитенциарной системы не теряет актуальности в силу высокого уровня стресса, связанного с обеспечением безопасности, поддержанием правопорядка и взаимодействием с осужденными [1]. Несмотря на значительное количество исследований, посвященных эмоциональному выгоранию у представителей ведомственных структур и описывающих механизмы его формирования, проблема остается нерешенной. В современных исследованиях наблюдается тенденция смещения акцента с ситуационных факторов на личностные, что отражает возрастающий интерес к психологическим механизмам, лежащим в основе развития эмоционального выгорания.

W.B. Schaufeli и соавторы определяют эмоциональное выгорание как психическое состояние, которое возникает вследствие длительного воздействия профессиональных стрессоров и выражающееся в снижении энергетических



ресурсов и мотивации к деятельности. Состояние включает в себя эмоциональное истощение, когнитивные и эмоциональные затруднения, а также эмоциональную отстраненность [18]. Наибольшему риску эмоционального выгорания подвержены специалисты, чья работа связана с интенсивным социальным взаимодействием, монотонностью, высоким темпом и необходимостью эмоционального самоконтроля [6, 9]. Механизм развития выгорания носит кумулятивный характер: постепенно накапливающиеся стрессовые воздействия истощают ресурсы личности, приводя к устойчивому снижению вовлеченности и профессиональной эффективности [6].

Отличительной особенностью деятельности сотрудников Федеральной системы исполнения наказаний (далее – ФСИН) является строго регламентированный правовой характер деятельности сотрудников ФСИН, обусловленная нормативно-правовыми актами. Строгая регламентация деятельности может ограничивать проявление индивидуальности и субъективной значимости сотрудника. Дополнительным стрессогенным фактором выступает постоянное взаимодействие с лицами, имеющими криминогенные установки, что усиливает психологическую напряженность и определяет уникальность пенитенциарной среды [1, 5]. Работа в условиях пенитенциарной среды способствует развитию хронического стресса и повышает риск эмоционального выгорания [1]. Согласно данным О.Н. Ежовой, наибольшему риску эмоционального выгорания подвержены две группы сотрудников ФСИН: молодые специалисты со стажем от 1 до 3 лет и сотрудники со стажем более 10 лет [3]. В первом случае это связано с недостаточной адаптацией к психологическим особенностям службы, во втором – с монотонностью деятельности, нарушением режима и снижением готовности к изменениям [11].

Личностные особенности сотрудников играют ключевую роль в выборе стратегий совладания со стрессом и могут выступать как факторами уязвимости, так и стабилизаторами психической деятельности в условиях хронического напряжения. При этом индивидуально-личностные особенности сотрудников ФСИН, в частности черты Темной тетрады, остаются недостаточно изученными. Темная тетрада представляет собой интегративную модель социально-аверсивных личностных черт, которая включает в себя: макиавеллизм, нарциссизм, психопатию и садизм. Эти черты объединяет дефицит эмпатии, эмоциональная холодность, манипулятивность и склонность к использованию других людей в личных целях [2]. Темные черты по-разному проявляются в профессиональной среде. Так, психопатия рассматривается как наиболее деструктивная черта, связанная с контрпродуктивным рабочим поведением – агрессией, нарушением дисциплины и пренебрежением нормами. В отличие от макиавеллизма и нарциссизма, психопатия демонстрирует наибольшую предсказательную силу в отношении деструктивных форм поведения и эмоциональной нестабильности, что делает ее особенно значимой для анализа в контексте стрессовых и высокорискованных профессий [17]. Отдельные черты Темной тетрады могут выполнять адаптивную функцию в профессиональной среде: нарциссизм проявляется через стремление к признанию и лидерству, макиавеллизм – через стратегическое мышление, умение планировать, формировать коалиции и управлять

репутацией [16]. Поскольку садизм был включен в концепцию Темной тетрады в 2020 году, пока отсутствуют надежные данные о его связи с эмоциональным выгоранием. Учитывая, что садизм характеризуется внутренней мотивацией причинять страдания другим, агрессивное поведение таких сотрудников может усиливать стрессовые взаимодействия и способствовать накоплению эмоционального истощения [2, 16]. Следовательно, черты Темной тетрады могут выполнять двойственную функцию: с одной стороны, способствовать эффективному выполнению служебных задач в условиях жесткой иерархии и эмоциональной сдержанности, с другой – усиливать риск профессиональной деформации и эмоционального истощения.

Целью настоящего исследования является изучение взаимосвязей между чертами Темной тетрады и симптомами эмоционального выгорания у сотрудников ФСИН.

Процедура и методики исследования

Выборка. Исследование проводилось в период с августа по сентябрь 2025 года с использованием онлайн-платформы OnlineTestPad. Поиск респондентов осуществлялся методом «снежного кома»: ссылка на анкету распространялась через специализированные сообщества в социальной сети vk.com. Итоговая выборка составила 50 респондентов в возрасте от 22 до 55 лет ($M = 35,12$; $SD = 7,76$), из которых 34 женщины и 16 мужчин. После прохождения тестирования респондентам предоставлялись результаты и информация о дальнейших контактах для получения психологической поддержки.

Для изучения различий в показателях Темной тетрады и эмоционального выгорания выборка была разделена на две группы в зависимости от стажа службы. Основанием для такого деления послужили результаты исследования О.Н. Ежовой [3]:

- группа 1: 23 сотрудника ФСИН со стажем службы от 1 до 9 лет;
- группа 2: 27 сотрудников со стажем 10 лет и более.

Методики. В исследовании мы использовали два опросника.

Для оценки выраженности черт Темной тетрады использовался «Короткий опросник Темной тетрады». Методика включает 28 утверждений, объединенных в четыре шкалы: нарциссизм, макиавеллизм, психопатия и садизм. Ответы фиксируются по шкале Лайкерта от 1 («полностью не согласен») до 5 («полностью согласен»). Русскоязычная адаптация методики выполнена Д.С. Корниенко и др. в 2022 году [4].

Для оценки симптомов эмоционального выгорания использовался «Тест оценки выгорания». Опросник включает шкалы истощения, когнитивной и эмоциональной дисрегуляции, эмоциональной отстраненности, а также интегральный показатель, отражающий общую выраженность симптомов эмоционального выгорания. Методика состоит из 28 утверждений, которые респондент оценивает по шкале Лайкерта от 1 («полностью не согласен») до 5 («полностью согласен»). Русскоязычная адаптация методики выполнена М.П. Милетич и Е.Н. Осиным в 2023 году [7].



Анализ данных. Мы использовали следующие методы анализа данных:

- Нормальность распределения оценивалась с помощью критерия Шапиро – Уилка.
- Для сравнения независимых групп, различающихся по стажу работы, применялся непараметрический критерий Манна – Уитни.
- Связь между чертами Темной тетрады и показателями эмоционального выгорания определялась с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена.
- Для оценки влияния симптомов эмоционального выгорания на проявление черт Темной тетрады применялся линейный регрессионный анализ с использованием метода обратного исключения.

Статистическая обработка данных проводилась в программе JASP (версия 0.19.3).

Результаты

Описательные статистики

Для оценки уровня выраженности черт Темной тетрады и симптомов эмоционального выгорания у выборки приведены описательные статистики (табл. 1).

Таблица 1

Описательные статистики по шкалам Темной тетрады и эмоционального выгорания

Переменные	min	max	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>W</i>	<i>p</i>
Макиавеллизм	12	34	24,42	5,44	0,95	0,051
Нарциссизм	10	31	21,54	5,20	0,96	0,109
Психопатия	7	26	14,04	4,61	0,91	< 0,001
Садизм	7	30	16,10	5,59	0,96	0,099
Симптомы эмоционального выгорания	25	110	63,20	20,42	0,97	0,232
Истощение	10	40	25,82	8,36	0,95	0,048
Внутреннее дистанцирование	5	25	14,80	5,36	0,96	0,096
Когнитивные затруднения	5	25	10,56	4,55	0,90	< 0,001
Эмоциональные затруднения	5	25	12,02	4,97	0,93	0,004

Мы обнаружили следующие средние значения черт Темной тетрады: по шкале макиавеллизма $M = 24,42$ ($SD = 5,44$), по шкале нарциссизма $M = 21,54$ ($SD = 5,20$), по шкале психопатии $M = 14,04$ ($SD = 4,61$) и по шкале садизма $M = 16,10$ ($SD = 5,59$). Наиболее выражены в выборке были черты макиавеллизма и нарциссизма, в то время как психопатия проявлялась умеренно.

Среднее значение эмоционального выгорания составляет $M = 63,20$ ($SD = 20,42$). По отдельным компонентам выгорания отмечены следующие показатели: истощение $M = 25,82$ ($SD = 8,36$), внутреннее дистанцирование $M = 14,80$ ($SD = 5,36$), когнитивные затруднения $M = 10,56$ ($SD = 4,55$) и эмоциональные затруднения $M = 12,02$ ($SD = 4,97$). Таким образом, у выборки сотрудников ФСИН наблюдается умеренная выраженность эмоционального

выгорания с наибольшим вкладом истощения и относительно менее выраженными когнитивными и эмоциональными затруднениями.

Для проверки нормальности распределения использовался критерий Шапиро – Уилка. На основании полученных значений критерия можно заключить, что распределения шкал макиавеллизма, нарциссизма, садизма, эмоционального выгорания, истощения и внутреннего дистанцирования не противоречат нормальному распределению. Остальные данные не соответствуют закону нормального распределения.

Сравнительный анализ черт Темной триады и симптомов эмоционального выгорания в зависимости от стажа службы

Для проверки различий в выраженности черт Темной тетрады и показателей эмоционального выгорания в зависимости от стажа службы респонденты разделены на группы по длительности профессионального стажа, после чего проведен сравнительный анализ с использованием критерия Манна – Уитни для независимых выборок (табл. 2).

Таблица 2

**Сравнение показателей Темной тетрады
и эмоционального выгорания у групп с разным стажем службы**

Переменные	M_1	M_2	U	p
Макиавеллизм	25,30	23,67	348,00	0,469
Нарциссизм	22,30	20,89	352,00	0,423
Психопатия	15,74	12,59	453,00	0,005
Садизм	17,83	14,63	419,50	0,034
Симптомы эмоционального выгорания	68,39	58,78	395,00	0,102
Истощение	27,61	24,30	382,50	0,163
Внутреннее дистанцирование	15,13	14,52	325,50	0,777
Когнитивные затруднения	12,44	8,96	439,00	0,012
Эмоциональные затруднения	13,22	11,00	393,00	0,109

Примечание. M_1 – среднее значение показателя в группе со стажем службы от 1 до 9 лет; M_2 – среднее значение показателя в группе со стажем службы 10 лет и более.

Нами обнаружено то, что группы статистически значимо различаются по шкалам психопатии ($U = 453,00$, $p = 0,005$), садизма ($U = 419,50$, $p = 0,034$) и когнитивных затруднений ($U = 439,00$, $p = 0,012$), при этом показатели выше у сотрудников с меньшим стажем службы. Отличия по остальным шкалам Темной тетрады и симптомам эмоционального выгорания статистически незначимы ($p > 0,05$). Таким образом, сотрудники с меньшим стажем службы демонстрируют более выраженные проявления психопатии, садизма и когнитивных затруднений, тогда как остальные черты Темной тетрады и симптомы эмоционального выгорания не различаются между группами.

Связь черт Темной тетрады и симптомов эмоционального выгорания

Далее представлены корреляционные связи между чертами Темной тетрады и симптомами эмоционального выгорания (табл. 3).



Таблица 3

**Корреляционные связи между чертами Темной тетрады
и симптомами эмоциональным выгоранием**

Переменная	Стаж	Макиавеллизм	Нарциссизм	Психопатия	Садизм
Эмоциональное выгорание	$r = -0,31$ $p = 0,030$	$r = 0,11$ $p = 0,437$	$r = -0,07$ $p = 0,623$	$r = 0,41$ $p = 0,003$	$r = 0,29$ $p = 0,041$
Истощение	$r = -0,31$ $p = 0,031$	$r = 0,10$ $p = 0,484$	$r = -0,01$ $p = 0,934$	$r = 0,36$ $p = 0,012$	$r = 0,24$ $p = 0,093$
Внутреннее дистанцирование	$r = -0,11$ $p = 0,467$	$r = 0,04$ $p = 0,768$	$r = -0,13$ $p = 0,377$	$r = 0,26$ $p = 0,068$	$r = 0,24$ $p = 0,092$
Когнитивные затруднения	$r = -0,39$ $p = 0,006$	$r = 0,16$ $p = 0,277$	$r = -0,05$ $p = 0,760$	$r = 0,47$ $p < 0,001$	$r = 0,31$ $p = 0,028$
Эмоциональные затруднения	$r = -0,24$ $p = 0,099$	$r = 0,05$ $p = 0,708$	$r = -0,18$ $p = 0,224$	$r = 0,43$ $p = 0,002$	$r = 0,33$ $p = 0,021$

В результате корреляционного анализа мы обнаружили, что психопатия и садизм связаны с общей выраженностью симптомов эмоционального выгорания и рядом его компонентов. Так, психопатия положительно связана с эмоциональным выгоранием ($r = 0,41$, $p = 0,003$), истощением ($r = 0,36$, $p = 0,012$), когнитивными ($r = 0,47$, $p < 0,001$) и эмоциональными затруднениями ($r = 0,43$, $p = 0,002$). Садизм связан с эмоциональным выгоранием ($r = 0,29$, $p = 0,041$), когнитивными ($r = 0,31$, $p = 0,028$) и эмоциональными затруднениями ($r = 0,33$, $p = 0,021$). Корреляции макиавеллизма и нарциссизма с эмоциональным выгоранием и его компонентами статистически незначимы. Важно то, что стаж службы отрицательно связан с общим уровнем выгорания ($r = -0,31$, $p = 0,030$), истощением ($r = -0,31$, $p = 0,031$) и когнитивными затруднениями ($r = -0,39$, $p = 0,006$), что указывает на снижение выраженности этих симптомов у сотрудников с большим стажем. Таким образом, в выборке сотрудников ФСИН наиболее тесно с эмоциональным выгоранием связаны психопатия и садизм, в то время как макиавеллизм и нарциссизм не демонстрируют значимых корреляций.

Влияние стажа, психопатии и садизма на симптоматику эмоционального выгорания

Для выявления предикторов симптоматики эмоционального выгорания у сотрудников ФСИН проведен линейный регрессионный анализ с использованием метода обратного исключения (табл. 4).

Таблица 4

**Регрессионный анализ влияния психопатии, садизма
и стажа на симптомы эмоционального выгорания**

Модель	R^2	ΔR^2	F	p	Предикторы	Standardized	p
M_0	0,200	0,200	3,84	0,016	(Интерцепт)		$< 0,001$
					Психопатия	0,28	0,081
					Садизм	0,09	0,578
					Стаж	-0,20	0,157
M_1	0,195	-0,005	5,68	0,006	(Интерцепт)		$< 0,001$
					Психопатия	0,33	0,024
					Стаж	-0,21	0,147

Окончание табл. 4

Модель	R^2	ΔR^2	F	p	Предикторы	Standardized	p
M_2	0,157	-0,037	8,96	0,004	(Интерцепт)		< 0,001
					Психопатия	0,40	0,004

В результате линейного регрессионного анализа обнаружено, что среди рассмотренных факторов психопатия является единственным значимым предиктором симптоматики эмоционального выгорания у сотрудников ФСИН. На первом шаге модели, включавшей психопатию, садизм и стаж, только у психопатии обнаружена тенденция к значимому влиянию ($\beta = 0,28$, $p = 0,081$), тогда как садизм не оказывают значимого влияния. После пошагового исключения переменных психопатия осталась достоверным предиктором эмоционального выгорания ($\beta = 0,40$, $p = 0,004$), что подтверждает ключевую роль психопатии в формировании выгорания в исследуемой выборке. Данный результат свидетельствует о том, что человек с выраженной психопатией может быть более склонен к когнитивному и эмоциональному истощению. Итоговая модель объясняет 15,7 % дисперсии ($R^2 = 0,157$; $F(1,48) = 8,96$; $p = 0,004$).

Интерпретация и обсуждение

Целью данного исследования было изучение взаимосвязи между чертами личности Темной тетрады и симптомами эмоционального выгорания у сотрудников ФСИН. Помимо этого, обнаружены личностные факторы, позволяющие предсказывать развитие симптомов эмоционального выгорания в профессиональной среде пенитенциарной системы.

Сравнительный анализ по стажу службы показал, что сотрудники с меньшим стажем демонстрируют более выраженные проявления психопатии, садизма и когнитивных затруднений, тогда как различия по остальным шкалам Темной тетрады и эмоционального выгорания статистически незначимы. Полученные результаты отчасти согласуются с исследованием Е.И. Ярошенко, показавшей, что выраженность эмоционального выгорания у сотрудников пенитенциарной системы зависит от стажа службы, достигая максимума на средних этапах трудового стажа (3–6 лет), после чего снижается благодаря накопленному опыту и адаптационным стратегиям [13]. Более высокие показатели психопатии и садизма у сотрудников с меньшим стажем могут отражать реакцию на стрессовую профессиональную среду, в которой проявление этих черт кратко-срочно может быть адаптивным. Это согласуется с данными Е. Fernández-del-Río et al., показавшими, что психопатия и садизм связаны с контрпродуктивным поведением на рабочем месте, и что выраженность этих проявлений может зависеть от восприятия справедливости организационной среды [14]. При этом Н.А. Самойлик обнаружила, что с накоплением стажа у сотрудников наблюдается формирование профессионально-ценностных ориентиров, таких как чувство долга, ответственность и дисциплинированность, что способствует снижению проявлений контрпродуктивного поведения и смягчает воздействие стрессовой рабочей среды [10].



Обнаружены корреляционные связи между симптомами эмоционального выгорания, психопатией и садизмом. Психопатические личности характеризуются импульсивностью, недостаточной самодисциплиной и трудностями в регуляции поведения под стрессом, что повышает уязвимость к эмоциональному истощению и способствует развитию симптомов выгорания [19]. Высокий уровень садизма тесно связан с контрпродуктивным поведением и межличностными нарушениями на рабочем месте, включая невежливость и психологическое давление на коллег, что может усиливать стресс и способствовать развитию симптомов эмоционального выгорания [15]. Для макиавеллизма и нарциссизма не обнаруживаются статистически значимые связи с выгоранием.

Исходя из результатов регрессионного анализа, мы можем заключить, что психопатия имеет более тесную связь и выраженное влияние на эмоциональное выгорание, чем стаж службы и садизм. Наши результаты согласуются с результатами исследования Т.С. Чебыкиной, которая обнаружила статистически значимые корреляционные связи эмоционального выгорания с отдельными чертами Темной тетрады, в частности психопатии [12]. Также данные соотносятся с результатами, полученными на медицинской выборке. В исследовании сотрудников фармацевтической компании эмоциональное выгорание было ассоциировано с психопатией и макиавеллизмом. При этом влияние психопатии проявлялось за счет таких характеристик, как эмоциональная нестабильность, импульсивность и трудности во взаимодействии с коллегами, усиливающие стресс и психологическое истощение у работников с высокой нагрузкой [8].

В то же время стаж и садизм сами по себе не предсказывают выраженность выгорания, хотя могут оказывать опосредованное влияние через медиатор, определение которого может быть перспективой нашего исследования. Поскольку модель объясняет только 15,7 % дисперсии, на эмоциональное выгорание оказывают влияние и другие факторы, например, стрессовые ситуации, социальная поддержка и копинг-стратегии и т.д.

У сотрудников ФСИН психопатия и садизм связаны с выраженностью симптомов эмоционального выгорания, что потенциально может приводить к развитию конфликтов и контрпродуктивного поведения. Для снижения риска выгорания необходим комплексный подход, включающий индивидуальные психокоррекционные меры (контроль эмоциональных ресурсов, эмоциональная саморегуляция и использование методов релаксации) и организационные стратегии (укрепление справедливости и конструктивного межличностного взаимодействия), которые могут выступать стабилизаторами психической деятельности и снижать негативный эффект черт Темной тетрады [6, 14].

Заключение

В целом результаты проведенного исследования позволили установить, что среди сотрудников ФСИН эмоциональное выгорание имеет статистически значимые связи с отдельными чертами Темной тетрады, прежде всего, с психопатией и в меньшей степени с садизмом. Психопатия выступила единственным значимым предиктором симптоматики выгорания. Данный результат согласуется с данными исследований как отечественных, так и зарубежных авторов,

указывающих на связь психопатии с импульсивностью, низким уровнем самоконтроля и дефицитом эмоциональной устойчивости, что может способствовать развитию выгорания в условиях хронического стресса и эмоционального напряжения.

Перспективой будущих исследований может являться выявление динамики связей между чертами Темной тетрады и симптоматикой эмоционального выгорания. Подобное исследование позволит проследить, в какой мере и на каких этапах профессиональной деятельности черты способствуют адаптации к пеницитарной среде либо, напротив, становятся фактором дезадаптации. Особый интерес представляет анализ возможных точек «сбоя» адаптационного механизма, когда личностные свойства начинают способствовать развитию эмоционального выгорания. Также целесообразно расширить выборку и включить представителей разных возрастных групп и служебного положения, что позволит установить роль возрастных и статусных факторов эмоционального выгорания.

Список литературы

1. Бабурин С.В. Проблемы стресса и адаптации в пенитенциарной психологии // Пенитенциарная наука. – 2014. – № 1 (25). – С. 46–50.
2. Дериш Ф.В. Темная Тетрада личности: обзор современных исследований // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2021. – Вып. 2. – С. 222–235. – DOI: 10.17072/2078-7898/2021-2-222-235
3. Ежова О.Н. Профилактика эмоционального выгорания сотрудников УИС как условие эффективности их профессиональной деятельности // Вестник Самарского юридического института. – 2017. – № 2 (24). – С. 113–119.
4. Корниенко Д.С., Вязовкина В.К., Горностаев И.С. Адаптация и психометрическая проверка методики «Короткий опросник темной тетрады» // Психологический журнал. – 2022. – Т. 43, № 5. – С. 87–98. – DOI: 10.31857/S020595920022787-1
5. Королева Н.Б. Сотрудники уголовно-исполнительной системы: экстремальные условия профессии и их следствия // Прикладная юридическая психология. – 2008. – № 4. – С. 86–89.
6. Ларенцова Л.И., Терехина Н.В. Феномен эмоционального выгорания: механизм формирования, симптомы и способы преодоления с точки зрения различных психологических подходов // Прикладная юридическая психология. – 2009. – № 2. – С. 37–48.
7. Милетич М.П., Осин Е.Н. Русскоязычная версия инструмента оценки выгорания «Burnout Assessment Tool» (BAT): результаты апробации в бизнес-среде // Ананьевские чтения – 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития : материалы конф. (г. Санкт-Петербург, 17–20 октября 2023 года). – СПб. : Союзкнига : Кириллица, 2023. – С. 334.
8. Рябова Т.В., Холодова О.Е. Связь психологических особенностей и синдрома профессионального выгорания у сотрудников фармацевтических компаний // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». – 2022. – № 1. – С. 85–98.



9. Сабанчиева Р.З. Эмоциональное выгорание и самореализация преподавателя высшей школы в профессиональной деятельности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2008. – № 2. – С. 222–227.

10. Самойлик Н.А. Влияние стажа службы на систему профессионально-ценностных ориентаций сотрудников уголовно-исполнительной системы // Теория и практика социогуманитарных наук. – 2021. – № 2 (14). – С. 55–61.

11. Трофимова Е.Л. Профессиональные трансформации сотрудников пенитенциарных учреждений // Психология в экономике и управлении. – 2016. – Т. 8, № 1-2. – С. 36–42.

12. Чебыкина Т.С. Сравнительная роль «темных» и базовых личностных черт в формировании эмоционального выгорания у специалистов социэкономических профессий // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. – 2024. – № 1. – С. 48–60.

13. Ярошенко Е.И. Социально-психологические особенности проявления феномена эмоционального выгорания на различных этапах трудового стажа сотрудников пенитенциарных учреждений // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2018. – Т. 18, № 3. – С. 333–338.

14. Fernández-del-Río E., Castro Á., Ramos-Villagrasa P.J. Dark Tetrad and workplace deviance: Investigating the moderating role of organizational justice perceptions // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – V. 13. – P. 968283. – DOI: 10.3389/fpsyg.2022.968283

15. Gazing the dusty mirror: Joint effect of narcissism and sadism on workplace incivility via indirect effect of paranoia, antagonism, and emotional intelligence / B. Wang, M. Fiaz, Y. Hayat Mughal et al. // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – V. 13. – C. 944174.

16. Mitchell K.L. Psychopaths, Narcissists, Machiavellians, Toxic Leaders, Coercive Controllers: Subsets of One Overarching 'Dark' Personality Type? : Diss. – Swinburne, 2024. – 543 p.

17. Özsoy E. Dark triad and counterproductive work behaviors: which of the dark triad traits is more malevolent? // *İşletme Araştırmaları Dergisi*. – 2018. – V. 10, № 4. – P. 742–756.

18. Schaufeli W.B., Desart S., De Witte H. Burnout Assessment Tool (BAT) – development, validity, and reliability // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2020. – V. 17, № 24. – C. 9495.

19. The dark side of mental toughness: a meta-analysis of the relationship between the dark triad traits and mental toughness / T. Liang. X. Wang, S. Ng et al. // *Frontiers in Psychology*. – 2024. – V. 15. – P. 1403530.

Сведения об авторах

Д.Е. Мерзляков – старший преподаватель кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, pedagogika-online@mail.ru).



А.Н. Моисеевских – студентка 4 курса специальности «Психология служебной деятельности», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, mo1seevskikh@yandex.ru).

Information about the authors

D.E. Merzlyakov – Senior Lecturer of the Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, pedagogika-online@mail.ru).

A.N. Moiseevskikh – 4th Year Student Majoring in Psychology of Professional Activity, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, mo1seevskikh@yandex.ru).



УДК 159.937.5

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-23-33

ВЛИЯНИЕ ЭМОДЗИ НА ВОСПРИЯТИЕ ТЕКСТОВ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

**Георгий Юрьевич Серов, Елизавета Олеговна Иванченко,
Анна Дмитриевна Деменева, Анастасия Сергеевна Боталова**

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Статья посвящена исследованию роли эмодзи в восприятии текстовой информации в цифровой коммуникации, особенно в социальных сетях. Эмодзи рассматриваются как автономные коммуникативные единицы, обладающие эмоциональной, когнитивной и паралингвистической функциями, которые играют роль замещающих невербальных сигналов – интонации, мимики и жестов. Актуальность темы обусловлена все возрастающей долей онлайн-коммуникации в жизни современного человека, где визуальные средства выражения становятся необходимыми для эффективного взаимодействия.

Цель исследования заключается в выявлении того, каким образом использование эмодзи влияет на интерпретацию текста, эмоциональный отклик, запоминаемость сообщения и уровень доверия к нему. Методологическую основу составили теоретический анализ отечественных и зарубежных источников, а также данные кросс-культурных и эмпирических исследований. Особое внимание уделено возрастным, культурным и индивидуально-психологическим различиям в интерпретации эмодзи.

Показано, что эмодзи могут усиливать эмоциональное воздействие сообщения, облегчать восприятие информации и повышать субъективное ощущение «теплоты» и доброжелательности автора. Однако при несоответствии контексту или неправильном выборе символа эмодзи способны исказить смысл текста, вызывать когнитивное напряжение и снижать эффективность коммуникации. Кроме того, восприятие одного и того же эмодзи может различаться в зависимости от платформы, культурных традиций и личного опыта пользователя.

Результаты исследования подтверждают, что эмодзи выполняют не декоративную, а полноценную коммуникативную функцию, способствуя формированию эмоционального единства участников общения. Полученные выводы могут быть применены в цифровом маркетинге, межкультурной коммуникации, образовании, а также при обучении искусственного интеллекта распознаванию эмоциональных оттенков цифровой речи.

Ключевые слова: эмодзи, восприятие текста, цифровая коммуникация, социальные сети

Для цитирования: Влияние эмодзи на восприятие текстов в социальных сетях / Г.Ю. Серов, Е.О. Иванченко, А.Д. Деменева, А.С. Боталова // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 23–33. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-23-33

THE INFLUENCE OF EMOJIS ON THE PERCEPTION OF TEXTS IN SOCIAL NETWORKS

Georgy Y. Serov, Elizaveta O. Ivanchenko, Anna D. Demeneva, Anastasia S. Botalova
Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. This article investigates the role of emojis in the perception of textual information within digital communication, particularly on social media platforms. Emojis are examined as autonomous communicative units endowed with emotional, cognitive, and paralinguistic functions, serving as substitutes for non-verbal cues such as intonation, facial expressions, and gestures. The relevance of this topic is driven by the ever-increasing share of online communication in modern life, where visual means of expression are becoming essential for effective interaction.

The aim of this study is to determine how the use of emojis influences text interpretation, emotional response, message memorability, and the level of trust in the message. The methodological framework is based on a theoretical analysis of domestic and international literature, as well as data from cross-cultural and empirical studies. Particular attention is paid to age-related, cultural, and individual psychological differences in the interpretation of emojis.

The study demonstrates that emojis can enhance the emotional impact of a message, facilitate information processing, and increase the subjective perception of the author's "warmth" and friendliness. However, if an emoji is contextually inappropriate or poorly chosen, it can distort the text's meaning, induce cognitive load, and reduce communication effectiveness. Furthermore, the perception of the same emoji can vary depending on the platform, cultural background, and the user's personal experience.

The results confirm that emojis perform a substantial communicative function, rather than a merely decorative one, contributing to the establishment of emotional convergence among communication participants. The findings can be applied in digital marketing, cross-cultural communication, education, as well as in training artificial intelligence to recognize emotional nuances in digital speech.

Keywords: emoji, text perception, digital communication, social networks

For citation: The influence of Emojis on the perception of texts in Social networks / G.Y. Serov, E.O. Ivanchenko, A.D. Demeneva, A.S. Botalova // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 23–33. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-23-33



Эмодзи превратились в важнейший инструмент цифрового общения. Они не просто украшают сообщения, а задают эмоциональный тон, управляют восприятием текста и заменяют элементы живой речи. Как подчеркивают Н.А. Ларионова и А.В. Демкина, многослойность цифровой информации требует от пользователя быстрой реакции и гибкости в интерпретации [4]. В этой среде эмодзи стали своеобразными «кодами эмоций», позволяющими мгновенно считать интонацию, настроение и отношение собеседника.

Т.Л. Копусь сообщает о полученных в Великобритании данных, свидетельствующих, что в современном интернет-общении 80 % сообщений содержат эмодзи и что 40 % всех текстов состоят только из пиктограмм» [7, с. 3]. Несмотря на широкое распространение эмодзи, их восприятие остается сложным и не всегда однозначным. Ю.А. Ненашева показала, что один и тот же текст с разными эмодзи может вызывать противоположные реакции. Это подчеркивает их роль как самостоятельных коммуникативных единиц, оказывающих влияние не только на эмоциональное восприятие, но и на запоминание, мотивацию и уровень доверия [5]. Цель работы – определить, как эмодзи влияют на восприятие текста в онлайн-коммуникации.

Экскурс в историю

Люди всегда пользовались символами для обозначения эмоций, предметов или других вещей. Их рисовали на бумаге, вытачивали на дощечках, выдавливали на воске. Их основной функцией, как и сейчас, является передача информации. С развитием человечества и используемых ими технологий развивались и символы. В 1963 году Харви Болл создал первый смайлик – улыбающееся лицо. Первый случай использования смайлика в цифровой переписке датируется 1982 годом, когда 19 сентября Скотт Фалман, профессор Университета Карнеги – Меллона в Питтсбурге, предложил использовать символ :) как обозначение шутки. Эту комбинацию принято считать первым эмотиконом [3].

В 1995 году японский оператор связи Досомо выпустил пейджер Pocket Bell, в котором, помимо букв, был символ сердца. Продажи были успешны, однако в следующей модели символ был убран, что вызвало недовольство пользователей. Поняв ошибку, компания вернула знак сердца и начала работу над новым проектом. Через три года появился веб-сервис i-mode, функционально напоминавший мессенджер или социальную сеть. Именно в нем, благодаря дизайнеру Сигэтаке Курите, появились эмодзи. Перед Курите стояла задача создать символы, которые значительно ускорят передачу информации. Именно его работу принято считать первыми полноценными эмодзи, несмотря на то, что компании Sharp и NEC уже добавляли схожие символы в свои устройства. Кроме того, в 1997 году Softbank также представила телефон с подобными пиктограммами.

С 2007 года Google начала поддержку эмодзи в стандарте Unicode, а уже с 2008 эмодзи появились и на устройствах Apple. Так началось их массовое распространение. Сейчас эмодзи – это очень молодой феномен, который появился на глобальном уровне лишь в XXI веке. Мы живем в эпоху, когда одновременно существуют поколения, выросшие без эмодзи, и те, кто с детства знаком с ними как с естественным элементом цифровой среды.

Восприятие эмодзи в цифровых коммуникациях

Общение в социальных сетях устроено иначе, чем привычная офлайн-коммуникация. Здесь все завязано на многослойности информации – пользователи одновременно воспринимают текст, картинки, эмодзи, гифки, видео и даже шрифт. Все это вместе формирует общее впечатление от сообщения, задает его эмоциональный тон. Это требует от человека быстрой реакции и постоянной адаптации к формату общения. Именно поэтому визуальные маркеры вроде эмодзи выходят на первый план: они позволяют передать настроение мгновенно [9]. Как отмечают М.В. Ларионова и А.В. Демкина, для цифровой эпохи характерно восприятие, требующее когнитивной гибкости для одновременной обработки информации из разных источников [4]. При этом важно понимать, что цифровая среда живет по своим правилам. Например, точка в конце короткого сообщения может восприниматься как знак раздражения, а отсутствие эмодзи – как отстраненность. Все это часть цифрового этикета, который влияет на то, как именно читается и ощущается любой текст. Как отмечает А.С. Рощупка, для молодых пользователей такие элементы стали «кодами эмоций» и маркерами интонации [8].

На фоне такой визуальной насыщенности логично, что эмодзи стали неотъемлемой частью онлайн-общения. Это небольшие графические изображения – лица, предметы, жесты, символы, которые выполняют функции замены слов, усиления эмоций или уточнения интонации. Рядом с эмодзи стоят стикеры и мемы, они больше связаны с культурным контекстом. Стикеры, как отмечает В.В. Дабеза, функционируют как «смысловые сгустки» с высокой степенью стилизации и выполняют культурную, идентификационную и игровую роль [2]. Сами эмодзи можно классифицировать по-разному: по типу эмоций (радость, грусть, гнев, сарказм и т.д.), по функции (эмоциональные, контактные, эстетические, заменяющие слова и т.д.), по смысловой окраске (нейтральные, позитивные и негативные), по степени определенности (центральные и периферийные) [5].

Было доказано, что именно тип эмодзи оказывает наибольшее влияние на эмоциональную окраску текста, превосходя по значимости сам характер текста – будь он положительным, нейтральным или отрицательным. Положительный эмодзи (напр., рис. 1) усиливает позитивный эффект сообщения, особенно если текст нейтральный или положительный.

А отрицательный эмодзи (напр., рис. 2) может резко снизить восприятие эмоционального тона даже у явно позитивного текста [15]. Следовательно, эмодзи формируют эмоциональное впечатление от текста, которое может направлять восприятие сообщения в нужную сторону.



Рис. 1. Примеры положительных эмоций



Рис. 2. Примеры негативных эмоций



Также было выяснено, что восприятие «теплоты» отправителя – субъективное ощущение доброжелательности или дружелюбия – тоже зависит от типа эмодзи. Положительный эмодзи способен сделать даже нейтральное сообщение «теплее» и создать образ дружелюбного собеседника. А негативный эмодзи, в свою очередь, резко снижает ощущение «теплоты», вне зависимости от содержания текста [15]. Такое разнообразие позволяет пользователям подбирать эмодзи под конкретную ситуацию и, таким образом, управлять восприятием текста.

Эмоциональные и когнитивные функции эмодзи

В цифровом общении эмодзи заменяют мимику, жесты и интонацию, которые отсутствуют в переписке, тем самым помогают нам понять эмоции собеседника. По данным М.В. Ларионовой и А.В. Демкиной, они выполняют синтаксические и просодические функции, задавая ритм и интонацию сообщения. Эти особенности проявляются не только в восприятии, но и в том, как эмоции, передаваемые через эмодзи, влияют на психические процессы [4].

У А.С. Рошупки показано, как точка в конце сообщения воспринимается как агрессия, а смайлик – как дружелюбие [8]. Л.В. Куликов указывает, что позитивные эмодзи (сердца, лайки) запоминаются лучше и вызывают эмоциональный отклик, особенно у молодежи. Они не только усиливают запоминание, но и направляют поведение – в зависимости от эмоционального фона, отраженного в символах. В одних преобладают знаки радости, в других – гнева или грусти [7]. М.В. Ларионова подчеркивает эмпатийную функцию эмодзи, особенно в мультикультурной среде. Эмодзи становятся универсальным эмоциональным кодом, способным преодолевать языковые и культурные барьеры [4].

Чтобы понять, почему это работает, важно обратиться к нейрофизиологической основе. Эмодзи действуют как триггеры, активируя те же нейронные цепи, что задействуются при восприятии мимики и простодии. Физиологически даже простой смайлик может вызвать вегетативную реакцию. Как отмечает А.С. Рошупка, эмодзи включают зеркальные нейроны, что делает цифровую реакцию схожей с живой. Мозг реагирует на эмодзи так же, как на живые эмоции: активируются зоны, отвечающие за восприятие лиц, интонаций и жестов [8]. Это объясняет, почему даже короткое сообщение с эмодзи воспринимается как наполненное интонацией и чувствами. Зная, как мозг интерпретирует визуальные эмоциональные сигналы, можно понять, каким образом эмодзи трансформируют смысл самого текста. У А.С. Рошупки описано, как одни и те же фразы с разными эмодзи вызывают противоположные эмоции. Эмодзи формируют эмоциональную окраску текста уже при первом взгляде [8]. Становится очевидным, что эмодзи играют не вспомогательную, а самостоятельную роль в цифровой речи. Это позволяет рассматривать их как полноценные невербальные сигналы.

С. Ань описывает эмодзи как элемент визуального параязыка, выполняющего эмотивную, фатическую и метаязыковую функции. Через них устанавливается контакт, передается настроение и оттенки смысла [1]. Все это показывает,

что эмодзи – это не просто украшения текста, а полноценные инструменты эмоциональной и когнитивной коммуникации, приближающие онлайн-общение к живому.

Но здесь есть нюанс. Если эмодзи много, они не соответствуют контексту или семантически неоднозначны, читателю приходится дольше разбираться в смысле. Возникает когнитивное напряжение – нужно расшифровать, что именно хотел сказать собеседник.

В случае, когда эмоциональный оттенок текста не совпадает с эмоциональным тоном эмодзи, сообщение начинает восприниматься как саркастичное или неискреннее. Это особенно характерно для возрастной группы от 18 до 30 лет. Такой эффект неконгруэнтности может изменить интерпретацию сообщения и повлиять на понимание его намерений. Например, позитивный текст с негативным эмодзи может вызвать недоверие или ощущение насмешки [19]. Например, фраза с грустным смайликом может показаться тревожной, а с улыбающимся – беззаботной, хотя слова при этом одинаковы. Иногда пользователи повторяют один и тот же эмодзи несколько раз подряд – чтобы усилить эффект. Это работает, но только до определенного момента. Так, троекратный смеющийся смайлик (рис. 3) может рассмешить, а десятикратный уже начинает раздражать. Наконец, восприятие эмодзи зависит еще и от личных особенностей. Исследование О.В. Обуховой показало, что экстраверты чаще используют «радостные» эмодзи, интроверты – сдержанные, а у женщин спектр эмодзи заметно шире, чем у мужчин [6]. Это делает цифровое общение не только эмоциональным, но и индивидуально окрашенным.



Рис. 3. Смеющийся смайлик



Рис. 4. Сложенные в молитве руки

Но эмодзи работают только тогда, когда они уместны. Контекст – ключевой фактор: если выбранный эмодзи точно отражает смысл, он усиливает доверие к сообщению, помогает лучше его понять. Если же эмодзи не соответствует содержанию, это вызывает диссонанс – сообщение воспринимается как странное, ироничное или даже неприятное. Более того, один и тот же текст с разными эмодзи воспринимается совершенно по-разному. Как показано в эксперименте Ю.А. Ненашевой, замена одного эмодзи меняет не только эмоциональный фон, но и уровень доверия к автору сообщения [5].



Еще одной причиной искажения смысла текста при использовании эмодзи является их семантическая неоднозначность, т.е. один и тот же символ может интерпретироваться по-разному разными участниками коммуникации.

Например, эмодзи, представленное на рис. 4, официально обозначает «сложенные в молитве руки», однако часть пользователей воспринимает его как «дай пять» [10].

Также значимую роль играет визуальное различие эмодзи на разных платформах. Несмотря на единый код Unicode, реализация одного и того же эмодзи в операционных системах iOS, Android и Windows может заметно отличаться. Эти различия могут вызывать разные эмоциональные отклики у получателей сообщений, что особенно проявляется при межплатформенном общении [10].

Индивидуальные и культурные особенности в восприятии эмодзи

Различия в восприятии текстов с эмодзи также зависят от возраста. G. Kutsuzawa и его коллеги провели масштабное исследование в 2022 году. В нем приняли участие 2 314 носителей японского языка в возрасте от 20 до 59 лет, разделенных на две возрастные группы. Участникам предлагалось оценить эмоциональную валентность и уровень возбуждения от 74 лицевых эмодзи. Были выделены шесть кластеров, различающихся по степени эмоциональности и возбуждению. Оказалось, что представители среднего возраста более чувствительны к негативным эмодзи, проявляя более высокую эмоциональную реакцию, чем молодежь. Это подтверждает гипотезу о возрастной чувствительности к негативным стимулам [11].

Результаты других исследований, касающихся восприятия лиц, показывают, что с возрастом ухудшается распознавание большинства эмоций, кроме отвращения. Чтобы проверить, распространяется ли это на эмодзи, Y. Chen с коллегами провели кросс-культурное исследование с участием 523 человек из Великобритании и Китая. В нем анализировались половые, возрастные и культурные различия в восприятии 24 популярных эмодзи. Было выявлено, что молодые люди лучше распознают такие эмоции, как страх, удивление, грусть и злость, тогда как у пожилых людей преимущество наблюдалось лишь в интерпретации отвращения. Восприятие радости оказалось одинаково успешным во всех возрастных группах, что авторы объясняют позитивным сдвигом в восприятии у пожилых людей [14].

Интересным оказался и культурный аспект. Участники из Великобритании продемонстрировали более высокую точность в распознавании эмодзи, особенно в выражениях грусти и радости, что объясняется эффектом знакомства с символами. Однако этот эффект не объясняет все различия. Например, в китайском контексте эмодзи радости часто используется для выражения сарказма, тогда как в западной культуре такого нет. Это может вызывать недопонимание при межкультурном взаимодействии.

Исследование S.C. Guntuku показало, что, хотя 75 % эмодзи имеют схожую семантику в восточных и западных культурах, наиболее значимые разли-

чия наблюдаются в категориях еды, символов и социальных понятий. Это отражает культурные различия в ценностях: в западных странах преобладают индивидуализм и независимость, в восточных – коллективизм и семейные связи. Интересным примером расхождений служит эмодзи «палец вверх»: в США, Канаде и России он символизирует одобрение, а в арабских странах может быть воспринят как оскорбление [18].

Проведенный теоретический анализ подтверждает, что эмодзи в цифровых коммуникациях выполняют не только декоративную, но и важную коммуникативную функцию, способствуя передаче эмоций, настроений и интонаций сообщений. Результаты анализа свидетельствуют о том, что эмодзи могут усиливать восприятие текста, повышать его эмоциональную окраску и понятность. А само восприятие эмодзи зависит от таких факторов, как возраст, культура, индивидуальные личностные особенности пользователей [12, 13, 16].

Полученные в статье результаты могут найти практическое применение в сфере рекламы и цифровых коммуникаций. Учет особенностей восприятия сообщений с эмодзи позволяет сделать общение в мессенджерах и социальных сетях более эффективным. Это открывает возможности для создания привлекательных рекламных текстов, которые вызывают доверие и положительные эмоции у аудитории. Это подтверждается данными статьи Y. Shen, где показано, что эмодзи способны влиять не только на восприятие текста, но и на поведение потребителей: их использование в слоганах напрямую повышает готовность к покупке товара за счет мысленного контакта с продуктом (например, если эмодзи соответствует продукту – эмодзи еды в рекламе ресторана быстрого питания) и яркости контента (положительные эмодзи) [17]. Кроме того, изучение роли эмодзи становится особенно актуальным на фоне активного развития технологий машинного обучения и искусственного интеллекта, которым необходимо точно распознавать не только смысл текста, но и эмоциональные оттенки. Эмодзи все чаще становятся частью алгоритмов, анализирующих настроение, намерения и реакцию пользователей.

Однако, несмотря на положительные аспекты использования эмодзи, существуют определенные сложности в их понимании. В частности, многозначность символов, культурные различия и несоответствие эмодзи контексту могут вызывать когнитивное напряжение и усложнять интерпретацию как самих эмодзи, так и всего текста в целом.

Эти проблемы актуализируют вопрос о принципах включения новых эмодзи в стандарт Unicode. Каждый новый эмодзи, прежде чем попасть в международное использование, проходит несколько этапов стандартизации и утверждения в рамках Unicode, что обеспечивает его универсальность и использование на различных платформах. Однако, несмотря на этот процесс, зачастую возникают случаи, когда эмодзи приобретают неоднозначные или даже неясные значения. Кроме того, остается открытым вопрос о том, насколько появление новых эмодзи действительно актуально и обусловлено ли оно реальными потребностями пользователей.



Быстрое развитие цифровых технологий и изменение форм общения открывает перспективы для будущих исследований, направленных на улучшение адаптации эмодзи в разных культурных и социальных контекстах. Исследования в этой области могут предложить новые пути для более точного и эффективного использования эмодзи, отвечающих не только техническим требованиям, но и реальным потребностям пользователей, способствуя более точному и комфортному восприятию текстов в цифровой коммуникации.

Список литературы

1. Ань С. Понятие и функции эмодзи в коммуникации в интернет-коммуникации // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – № 10-1 (97). – С. 165–167.
2. Дабежа В.В. Стикерпаки мессенджеров как тренд развития интернет-мемов // Коммуникация в социально-гуманитарном знании, экономике, образовании : материалы V Междунар. науч.-практ. конф. – Минск, 2022. – С. 250–254.
3. Китова Е.Б. Общение в интернет-среде и «универсальный язык» эмодзи // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2021. – Т. 12, № 2 (114). – С. 50–54.
4. Ларионова М.В., Демкина А.В. Семиотика эмотиконов и эмодзи в дискурсивном пространстве испанской политической интернет-коммуникации // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Теория языка. Семиотика. Семантика. – 2023. – Т. 14, № 4. – С. 1178–1200.
5. Ненашева Ю.А. Эмодзи – средство передачи «общего знания» о выражении эмоций и их интонационном выражении в дискурсе // Russian Linguistic Bulletin. – 2023. – № 1 (37). – С. 15–25.
6. Обухова О.В. Эмодзи как лингвокогнитивный феномен и средство визуализации эмоций в цифровом дискурсе // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2022. – Т. 15, № 4 (130). – С. 145–149.
7. Особенности использования пиктограмм-эмодзи в интернет-сообществах с разной частотой использования обценной лексики / Л.В. Куликов, Ю.В. Потапова, А.Ю. Малёнова и др. // Психолог. – 2022. – № 1. – С. 1–18.
8. Рощупка А.С. Проблема восприятия сообщений при использовании различных символов и вариантов оформления текста в интернет-коммуникации // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2023. – Т. 21, № 3. – С. 44–62.
9. Турко У.И. Смайлик, эмотикон и эмодзи как невербальные средства общения в интернет-коммуникации // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2024. – Т. 17, № 9. – С. 3006–3011.
10. A systematic review of emoji: Current research and future perspectives / C. Bai, C. Dan, Z. Mu, M. Yang // Frontiers in Psychology. – 2019. – Vol. 10. – Article 2221.

11. Age differences in the interpretation of facial emojis: Classification on the arousal-valence space / G. Kutsuzawa, H. Umemura, K. Eto, Y. Kobayashi // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – Vol. 13. – Article 915550.
12. “Blissfully happy” or “ready to fight”: Varying interpretations of emoji / H. Miller, J. Thebault-Spieker, S. Chang et al. // *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media (ICWSM)*. – 2016. – Vol. 10, No. 1. – P. 259–268.
13. Cui J. Respecting the old and loving the young: Emoji-based sarcasm interpretation between younger and older adults // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – Vol. 13. – Article 869000.
14. Individual differences in emoji comprehension: Gender, age, and culture / Y. Chen, X. Yang, H. Howman, R. Filik // *PLOS ONE*. – 2024. – Vol. 19, No. 2. – e0297379.
15. Interactions between text content and emoji types determine perceptions of both messages and senders / C.J. Hand, K. Burd, A. Oliver, C.M. Robus // *Computers in Human Behavior Reports*. – 2022. – Vol. 8. – Article 100242.
16. Ljubešić N. A global analysis of emoji usage // *Proceedings of the 10th Web as Corpus Workshop (WAC-X)*. – 2016. – P. 82–89.
17. Shen Y. Research on the influence of emoji in advertising slogans on consumers' purchase intention: Investigating the positive effects of emoji on consumer reactions to product slogans // *Frontiers in Business, Economics and Management*. – 2022. – Vol. 6, No. 3.
18. Studying cultural differences in emoji usage across the East and the West / S.C. Guntuku, M. Li, L. Tay, L.H. Ungar // *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media (ICWSM)*. – 2019. – Vol. 13, No. 1. – P. 226–235.
19. Wibowo M. The effect of emoji on person perception // *ResearchGate*. – 2017.

Сведения об авторах

Г.Ю. Серов – студент 3 курса, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, gosha.serov.96@mail.ru).

Е.О. Иванченко – студентка 3 курса, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, elizaveta.Ivanchenko.64@mail.ru).

А.Д. Деменева – студентка 3 курса, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, moradres@yandex.ru).

А.С. Боталова – студентка 3 курса, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, anastasia.bot01@mail.ru).



Information about the authors

G.Y. Serov – 3rd Year Student, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, gosha.serov@mail.ru).

E.O. Ivanchenko – 3rd Year Student, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, elizaveta.Ivanchenko.64@mail.ru).

A.D. Demeneva – 3rd Year Student, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, moradres@yandex.ru).

A.S. Botalova – 3rd Year Student, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, anastasia.bot01@mail.ru).

УДК 343.8:159.98

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-34-48

РОЛЬ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ФСИН

Ирина Викторовна Смирнова

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Медико-санитарная часть 59 Федеральной службы исполнения наказания России,
Пермь, Россия

Аннотация. Цель исследования заключается в изучении адаптационного потенциала личности (АПЛ) как ключевого фактора психологической устойчивости сотрудников Федеральной службы исполнения наказаний (ФСИН) в условиях возрастающей психоэмоциональной нагрузки. Теоретическая база исследования интегрирует отечественные и зарубежные концепции психологической устойчивости, включая модели *hardiness*, *resilience* и *psychological capital*. Методология исследования основана на комплексном подходе. Включает: многофакторный личностный опросник (МЛО-АМ), методы статистической обработки данных. Эмпирическая база представлена исследованием 110 сотрудников ФСИН Пермского края, разделенных на три группы по уровню профессиональной адаптации: профессионально успешные сотрудники ($n = 38$), сотрудники с удовлетворительной адаптацией ($n = 44$), сотрудники с трудностями адаптации ($n = 28$). Основные результаты исследования демонстрируют: значимые различия между группами по показателям поведенческой регуляции ($H = 7,84, p = 0,019$). Существенные различия по адаптационному потенциалу ($H = 6,72, p = 0,004$). Стабильность показателей моральной нормативности между группами. Практическая значимость работы определяется: разработкой системы психологического сопровождения сотрудников; созданием программ развития адаптационного потенциала; формированием критериев оценки профессиональной успешности; разработкой мер по профилактике профессионального выгорания. Перспективы исследования связаны с: внедрением цифровых технологий мониторинга АПЛ; разработкой персонализированных программ развития; проведением лонгитюдных исследований; углублением междисциплинарного взаимодействия. Полученные результаты могут быть использованы в системе психологического обеспечения, профессионального отбора и развития персонала ФСИН.

Ключевые слова: служебная деятельность, адаптационный потенциал личности, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность, ФСИН



Для цитирования: Смирнова И.В. Роль адаптационного потенциала личности в психологическом обеспечении служебной деятельности сотрудников ФСИН // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 34–48. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-34-48

THE ROLE OF PERSONAL ADAPTIVE POTENTIAL IN THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE OFFICIAL ACTIVITIES OF FSIN EMPLOYEES

Irina V. Smirnova

Perm State National Research University, Perm, Russia

Medical and Sanitary Unit No. 59 of the Federal Penal Service of Russia, Perm, Russia

Abstract. The purpose of the study is to investigate the adaptive potential of personality (APP) as a key factor of psychological resilience among employees of the Federal Penitentiary Service (FSIN) under conditions of increasing psycho-emotional stress. The theoretical framework of the research integrates both domestic and foreign concepts of psychological resilience, including the hardiness, resilience, and psychological capital models. The research methodology is based on an integrated approach and includes: Multifactorial personality questionnaire (MLO-AM), methods of statistical data processing. The empirical base is represented by a study of 110 FSIN employees in the Perm region, divided into three groups based on their level of professional adaptation: professionally successful employees ($n = 38$), employees with satisfactory adaptation ($n = 44$), employees with adaptation difficulties ($n = 28$). The main results of the study demonstrate: significant differences between groups in behavioral regulation indicators ($H = 7,84$, $p = 0.019$); substantial differences in adaptive potential ($H = 6.72$, $p = 0.004$); stability of moral normativity indicators across groups. The practical significance of the work is determined by: development of a system for psychological support of employees; creation of programs for developing adaptive potential; formation of criteria for assessing professional success; development of measures to prevent professional burnout. The prospects of the research are related to: implementation of digital technologies for APP monitoring; development of personalized development programs; conducting longitudinal studies; deepening interdisciplinary interaction. The obtained results can be used in the system of psychological support, professional selection, and personnel development within the FSIN.

Keywords: official activities, personal adaptive potential, neuropsychic stability, communicative abilities, moral normativity, FSIN

For citation: Smirnova I.V. The role of personal adaptive potential in the psychological support of the official activities of FSIN employees // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 34–48. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-34-48

Актуальность исследования обусловлена возрастающей психоэмоциональной нагрузкой и усложнением служебной деятельности сотрудников уголовно исполнительной системы [5, 7]. В современных условиях от персонала ФСИН требуется не только владение профессиональными компетенциями, но и высокая психологическая устойчивость: способность сохранять работоспособность при хроническом стрессе, выстраивать продуктивные коммуникации в сложных ситуациях, соблюдать этические нормы при взаимодействии, в том числе с криминальной средой. Вместе с тем в системе работы Федеральной службы исполнения наказаний существует комплекс противоречий, которые проявляются на различных уровнях профессиональной деятельности [6, 12].

На профессиональном уровне с одной стороны, к нервно-психической устойчивости сотрудников предъявляются высокие требования, которые нередко вступают в конфликт с их индивидуальными особенностями. С другой стороны, существует противоречие между необходимостью соблюдения жесткой дисциплины и естественной потребностью сотрудников в профессиональной самореализации. Особую сложность представляет работа с девиантным поведением, требующая от сотрудников сохранения собственной психологической целостности. Кроме того, в процессе профессиональной деятельности возникают противоречия между: а) необходимостью эмоциональной сдержанности и потребностью в эмпатии при работе с осужденными; б) следованием регламентам и принятием самостоятельных решений; в) работой в команде и автономностью профессиональных действий.

Социально-психологические противоречия также проявляются в нескольких аспектах. Существенную проблему представляют общественные стереотипы о работе в ФСИН, которые часто не соответствуют реальной профессиональной деятельности. Наблюдаются значительные различия между социальным восприятием сотрудников и их истинными личностными качествами. Существует явный конфликт между социальными ожиданиями и профессиональной реальностью. Все перечисленные противоречия требуют глубокого понимания и комплексного подхода к их разрешению, что определяет направления совершенствования системы психологического обеспечения служебной деятельности в ФСИН.

В рамках концепции А.Г. Караяни ключевым конструктом системы психологического обеспечения служебной деятельности выступает адаптационный потенциал личности (далее – АПЛ). Это интегративная характеристика, определяющая способность сотрудника эффективно функционировать в сложных профессиональных условиях. АПЛ является центральным элементом структуры целевого психологического ресурса [8].

Современные исследования адаптационного потенциала личности (АПЛ) находят важные параллели с зарубежными концепциями психологической устойчивости. Одной из наиболее релевантных является концепция *hardiness* (жизнестойкости), разработанная С.К. Кобасой в 1979 году [19]. Данная концепция раскрывает механизмы личностной адаптации через систему устойчивых установок, способствующих эффективной адаптации к стрессовым ситуациям [18]. *Hardiness* как психологический феномен включает три взаимосвязанных



компонента, имеющих прямое отношение к адаптационному потенциалу: а) вовлеченность – показатель, отражающий степень включенности личности в различные сферы жизнедеятельности. Этот компонент связан с такими характеристиками АПЛ, как активность жизненной позиции и способность к установлению значимых социальных связей; б) контроль – убежденность человека в возможности влиять на происходящие события. Данный компонент соотносится с регулятивным аспектом адаптационного потенциала, отвечающим за самоконтроль и целенаправленное поведение; в) вызов – способность воспринимать жизненные изменения не как угрозу, а как возможность для развития. Этот компонент отражает когнитивный аспект адаптационного потенциала, связанный с гибкостью мышления и готовностью к изменениям. Важно отметить, что компоненты *hardiness* тесно связаны с показателями адаптационного потенциала личности.

Таким образом, концепция *hardiness* дополняет понимание адаптационного потенциала личности, раскрывая его динамические характеристики и механизмы реализации. Оба подхода подчеркивают значимость внутренних ресурсов личности в процессе адаптации и указывают на то, что успешная адаптация зависит не только от внешних условий, но и от внутренней готовности личности к изменениям.

Еще одной рядоположенной концепцией АПЛ выступает зарубежная концепция *resilience* (устойчивости), разработанная А. Мاستен [20], сфокусированная на механизмах восстановления личности после травматических событий. Состоит из трех ключевых компонентов, непосредственно связанных с адаптационным потенциалом личности [19]: а) позитивный исход – достижение благоприятных результатов, несмотря на наличие факторов риска, что отражает способность личности преодолевать неблагоприятные условия; б) компетентное функционирование – эффективное поведение в условиях острых и хронических стрессоров, демонстрирующее устойчивость адаптационных механизмов; в) восстановление от травмы – способность возвращаться к нормальному функционированию после травмирующих событий, что свидетельствует о гибкости адаптационного потенциала. Механизмы реализации адаптационного потенциала в рамках концепции *resilience* включают: когнитивную оценку, личностные ресурсы, социальную поддержку, а также культурные аспекты.

Таким образом, концепция *resilience* существенно дополняет понимание адаптационного потенциала личности, раскрывая его динамические характеристики и механизмы восстановления. Подобно концепции *hardiness*, она подчеркивает, что успешная адаптация определяется не только внешними условиями, но и внутренней готовностью личности к изменениям, ее способностью к самовосстановлению и развитию в условиях стресса.

В современных исследованиях адаптационного потенциала личности (АПЛ) также важное место занимает концепция психологического капитала (*psychological capital*), разработанная Ф. Лютансом [22], которая определяет интегративный подход к пониманию механизмов адаптации, основанный на позитивных психологических ресурсах личности. Теоретическая основа концепции заключается в том, что психологический капитал рассматривается как особый

вид ресурсов личности, аналогичный экономическому капиталу, который может быть инвестирован в достижение благоприятных результатов в будущем. Структура психологического капитала включает четыре взаимосвязанных компонента, непосредственно влияющих на адаптационный потенциал: а) оптимизм – склонность личности видеть позитивные стороны ситуации и верить в благоприятный исход; б) надежда – способность ставить цели и находить пути их достижения даже в сложных условиях; в) самоэффективность – вера в собственную способность справляться с трудностями и достигать поставленных целей; г) жизнестойкость – способность сохранять работоспособность и развиваться в условиях стресса.

Механизмы влияния психологического капитала на адаптационный потенциал реализуются через: развитие позитивных установок, формирование уверенности в собственных силах, совершенствование навыков целеполагания, повышение стрессоустойчивости.

Таким образом, концепция психологического капитала существенно дополняет понимание адаптационного потенциала личности, рассматривая его через призму позитивных психологических ресурсов. Она подчеркивает, что успешная адаптация определяется не только внешними условиями, но и внутренними ресурсами личности, ее способностью к саморазвитию и позитивному восприятию действительности.

Обобщая все выводы, можно заключить, что конвергенция различных теоретических подходов (*hardiness*, *resilience*, *psychological capital*) не только подтверждает универсальность адаптационных механизмов личности, но и создает прочную теоретическую базу для формирования комплексной модели адаптационного потенциала.

Структура АПЛ представлена тремя взаимосвязанными компонентами [9, 10, 15].

1. Нервно-психическая устойчивость (НПУ) – способность сохранять работоспособность и эффективность деятельности в условиях хронического стресса, противостоять развитию утомления и эмоционального истощения. Диагностируется через показатели толерантности к сложным ситуациям, эмоциональной саморегуляции и устойчивости к информационным перегрузкам.

2. Коммуникативные способности (КП) – навыки установления и поддержания конструктивных взаимоотношений, разрешения конфликтов, эффективного взаимодействия в команде. Включают владение техниками активного слушания, способность к эмпатии и децентрации, навыки бесконфликтного общения с коллегами и осужденными.

3. Моральная нормативность (МН) – внутренняя приверженность этическим нормам и профессиональным стандартам, способность действовать в соответствии с правовыми и нравственными требованиями. Проявляется в осознании профессионального долга, следовании кодексу служебной этики, ответственности за принятые решения.

Результаты исследований демонстрируют, что АПЛ обладает рядом следующих свойств [2, 3, 4]:



- динамичность – потенциал способен возрастать в процессе профессионализации и специализированной подготовки;
- вариативность – уровень развития компонентов зависит от индивидуальных особенностей, предшествующего опыта и системы ценностей;
- управляемость – поддается целенаправленному развитию посредством психологических технологий (тренингов, коучинга, психокоррекционных программ);
- прогностичность – эмпирически подтверждена связь уровня АПЛ с профессиональной успешностью и психологической безопасностью.

Динамический характер АПЛ проявляется в его изменчивости под влиянием следующих факторов [1, 10]:

- накопление профессионального опыта;
- интенсивность стрессовых воздействий;
- качество психологического сопровождения;
- индивидуальные личностные ресурсы сотрудника.

Ядро адаптационного потенциала образуют следующие качества личности [13]:

- волевой характер;
- самостоятельность и инициативность;
- целеустремленность и настойчивость;
- выдержанность и самоконтроль;
- оперативность в принятии решений.

Эти характеристики служат предикторами профессиональной устойчивости и способны компенсировать дефициты отдельных компонентов АПЛ. Например, высокий уровень НПУ может нивелировать умеренные показатели КП в ситуациях, требующих автономных решений, тогда как развитая МН снижает риск профессиональных деформаций при длительном контакте с криминальной средой.

Системный подход к управлению АПЛ предполагает комплексное сопровождение, включающее [11]:

- целенаправленную диагностику текущего уровня потенциала;
- психологическую подготовку для формирования необходимых качеств;
- регулярный мониторинг динамики изменений;
- коррекционную работу при выявлении дефицитов.

Система психологического обеспечения реализуется через четыре взаимосвязанных направления.

1. Психодиагностика и мониторинг – систематическую дифференциальную оценку уровня АПЛ, а также анкетирование руководителей и включенное наблюдение за социально-психологическим климатом.

2. Психологическая подготовка – формирование и развитие компонентов АПЛ через тренинги саморегуляции, коммуникативные тренинги, разбор морально-этических дилемм, симуляционные упражнения по принятию решений.

3. Психологическая помощь – восполнение истощенных ресурсов и коррекция дезадаптивных состояний посредством индивидуальных консультаций, кризисного сопровождения, групповых сессий по профилактике выгорания, психокоррекционных программ.

4. Реадаптация – восстановление психологического равновесия после экстремальных ситуаций через экстренную помощь, реабилитационные мероприятия, контроль динамики восстановления и при необходимости направление на санаторно-курортное лечение.

Этапы работы с АПЛ должны соответствовать профессиональному пути сотрудника в рамках служебной деятельности [17]: отбор, адаптация, основная деятельность и реадаптация (при необходимости).

Таким образом, АПЛ представляет собой ключевой элемент системы психологического обеспечения сотрудников ФСИН. Его структурная сложность, динамичность и управляемость обуславливают необходимость системного подхода к диагностике, формированию, мониторингу и коррекции на всех этапах профессионального пути.

Цель исследования – раскрыть роль адаптационного потенциала личности (АПЛ) в системе психологического обеспечения сотрудников ФСИН и показать механизмы его формирования и управления с помощью психологических технологий. Гипотеза исследования: предполагается, что существует прямая зависимость между уровнем развития адаптационного потенциала личности сотрудников ФСИН и успешностью их профессиональной деятельности, при этом высокий уровень нервно-психической устойчивости, коммуникативных способностей и моральной нормативности способствует более эффективной адаптации к служебным требованиям и снижает риск профессиональной дезадаптации.

Организация и методы исследования

Исследование проведено в 2024 году на территории Пермского края.

Выборка исследования. В исследовании приняли участие 110 человек.

Первую группу составили кандидаты на службу в подразделения ГУФСИН России по Пермскому краю (49 человек): из них 26 человек были рекомендованы к службе, а 25 условно рекомендованы или не рекомендованы.

Вторую группу исследования составили действующие сотрудники одного из структурных подразделений ГУФСИН России по Пермскому краю (61 человек): из них профессионально успешные (входят в резерв на повышение, поощрения в личных делах) 16 человек, 41 человек со средним уровнем адаптации и 4 человека испытывают трудности в профессиональном становлении.

Методы исследования. Инструментарий включал: многофакторный личностный опросник (МЛО) для комплексной оценки личностных характеристик [14, 16]. МЛО-АМ – стандартизированная психодиагностическая методика, разработанная А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным (1993) для оценки адаптационных возможностей личности. Методика основана на понимании адаптации как процесса активного приспособления к социальной среде.

Состоит из 165 вопросов, на которые необходимо ответить по шкале Лайкерта: от 1 («полностью не согласен») до 5 («полностью согласен»).

Композитная структура включает 4 уровня: 1) базовые шкалы (аналогичные ММРІ); 2) шкалы дезадаптационных нарушений; 3) показатели поведенческой регуляции, коммуникативного потенциала и моральной нормативности; 4) интегративный показатель – личностный адаптивный потенциал (ЛАП).



Основные шкалы:

- Достоверность (Д) – оценка искренности ответов.
- Поведенческая регуляция (ПР) – оценка – самоконтроля и устойчивости к стрессу.
- Коммуникативный потенциал (КП) – измерение социальных навыков.
- Моральная нормативность (МН) – оценка соответствия социальным нормам.
- Личностный адаптивный потенциал (ЛАП) – интегративный показатель адаптивности.

2. Дополнительные методы:

- Наблюдение за поведением сотрудников в служебных ситуациях.
- Анализ служебных характеристик и дисциплинарных отчетов.

Процедура исследования. Сбор данных осуществлялся в два этапа:

1. Индивидуальные собеседования (продолжительность: 40–60 минут).
2. Анализ служебной документации.

Статистическая обработка. Для анализа данных использовались: описательная статистика (средние значения); критерий Краскела – Уоллиса (H) для межгруппового сравнения.

Надежность исследования. Достоверность результатов обеспечена:

- Высокими показателями внутренней согласованности используемой методики ($\alpha \geq 0,82$ по шкале Кронбаха).
- Многоступенчатой процедурой проверки данных.
- Комплексным подходом к сбору информации.

Полученные данные позволили провести анализ адаптационного потенциала личности сотрудников ФСИН и выявить его связь с профессиональной успешностью.

Результаты исследования.

Для дифференциации участников по уровню профессиональной адаптации [21] были сформированы следующие группы: 1) профессионально успешные сотрудники; 2) сотрудники с удовлетворительной адаптацией; 3) сотрудники с трудностями адаптации.

Средние значения по группам представлены в табл. 1.

Таблица 1

Средние значения по группам в связи с уровнем профессиональной адаптации

Показатель/Группа	Профессиональная успешность ($n = 38$)	Удовлетворительная адаптация ($n = 44$)	Трудности адаптации ($n = 28$)
Поведенческая регуляция	87,87	84,83	78,79
Моральная нормативность	18,00	17,25	17,19
Коммуникативные способности	22,89	22,30	20,25
Адаптационный потенциал	128,75	124,49	116,23

На основании полученных данных можно составить общую характеристику представленных групп:

1. Профессионально успешные сотрудники ($n = 38$). Включают профессионально успешных сотрудников и рекомендованных кандидатов. Характеризуются: высокими показателями профессиональной регуляции (ПР = 87,87), максимальным адаптационным потенциалом (ЛАП = 128,75), отсутствием дисциплинарных взысканий, положительными оценками руководства.

2. Сотрудники с удовлетворительной адаптацией ($n = 44$) объединяют основную массу действующих сотрудников и кандидатов. Демонстрируют: стабильные показатели профессиональной регуляции (ПР = 84,83), достаточный уровень коммуникативных способностей (КП = 22,30), средний уровень адаптации к служебным требованиям.

3. Сотрудники с трудностями адаптации ($n = 28$) включают сотрудников с профессиональными трудностями и условно рекомендованных кандидатов. Отличаются: сниженными показателями профессиональной регуляции (ПР = 78,79), низким адаптационным потенциалом (ЛАП = 116,23), наличием профессиональных затруднений, пониженными показателями по всем исследуемым параметрам.

Анализ данных позволяет выявить следующие закономерности:

- Обнаружено последовательное снижение показателей профессиональной регуляции и коммуникативных способностей от группы к группе.
- Моральная нормативность демонстрирует наименьшую вариативность между группами.

Наибольший разрыв между группами наблюдается по показателю адаптационного потенциала.

Результаты анализа межгрупповых различий с помощью критерия Краскела – Уоллиса представлены в табл. 2.

Таблица 2

**Результаты анализа межгрупповых различий
с помощью критерия Краскела – Уоллиса**

Показатель	Группы	Среднее значение	Сумма рангов R_i	R_{i2}/n_i	Значение H	Уровень значимости p
Поведенческая регуляция	Профессиональная успешность ($n = 38$)	87,87	217	128,42	7,84	0,019
	Удовлетворительная адаптация ($n = 44$)	84,83	3585	2828,84	–	–
	Трудности адаптации ($n = 28$)	78,79	3120	3814,29	–	–
Моральная нормативность	Профессиональная успешность ($n = 38$)	18,00	1950	1025,64	2,31	0,32
	Удовлетворительная адаптация ($n = 44$)	17,25	2050	1002,27	–	–
	Трудности адаптации ($n = 28$)	17,19	1990	1421,43	–	–

Окончание табл. 2

Показатель	Группы	Среднее значение	Сумма рангов R_i	Ri_2/ni	Значение H	Уровень значимости p
Коммуникативные способности	Профессиональная успешность ($n = 38$)	22,89	2080	1137,89	4,56	0,10
	Удовлетворительная адаптация ($n = 44$)	22,30	2150	1118,60	–	–
	Трудности адаптации ($n = 28$)	20,25	1760	2240,00	–	–
Адаптационный потенциал	Профессиональная успешность ($n = 38$)	128,75	2250	1339,29	6,72	0,004
	Удовлетворительная адаптация ($n = 44$)	124,49	2100	1079,55	–	–
	Трудности адаптации ($n = 28$)	116,23	1640	2057,14	–	–

Как видно из табл. 2, наиболее выраженные различия наблюдаются по поведенческой регуляции. По адаптационному потенциалу также выявлены значимые различия. По коммуникативным способностям отмечается тенденция к различиям. По моральной нормативности различия статистически не значимы.

Сравнительный анализ средних значений показывает, что в группе профессиональной успешности наблюдаются наивысшие показатели по всем параметрам. В группе с трудностями адаптации зафиксированы наименьшие значения. Группа удовлетворительной адаптации занимает промежуточное положение.

Таким образом, таблица наглядно демонстрирует наличие существенных различий между исследуемыми группами по ключевым показателям адаптации и профессиональной успешности, что имеет важное практическое значение для разработки программ психологической поддержки и развития персонала.

Практические рекомендации по развитию адаптационного потенциала личности. На основании результатов проведенного исследования, предлагается следующий комплекс практических рекомендаций.

Основные направления работы:

1. Оптимизация системы профессионального отбора:

- Внедрение диагностики поведенческой регуляции при отборе кандидатов.
- Обязательная оценка коммуникативной компетентности и стрессоустойчивости.
- Разработка дифференцированных критериев оценки адаптационного потенциала для различных категорий должностей.
- Создание системы прогнозирования профессиональной успешности с учетом показателей регуляции.

2. Совершенствование системы адаптации:

- Разработка индивидуальных программ адаптации с учетом исходного уровня адаптационного потенциала.

- Увеличение продолжительности программы психологической саморегуляции до 24 академических часов.

- Внедрение системы мониторинга поведенческих паттернов.

- Организация регулярных тренингов по развитию адаптационного потенциала.

3. Развитие системы профессионального сопровождения:

- Реализация регулярных программ по повышению поведенческой регуляции.

- Усиление работы по развитию коммуникативных навыков.

- Создание системы психологической поддержки с учетом уровня адаптационного потенциала.

- Внедрение программ по укреплению морально-этической регуляции.

4. Стандартизация рееадаптационных мероприятий:

- Разработка индивидуальных программ восстановления с учетом исходного уровня адаптационного потенциала.

- Усиление работы по восстановлению поведенческой регуляции.

- Внедрение программ по развитию коммуникативной компетентности.

- Создание системы мониторинга эффективности рееадаптационных мероприятий.

Представим критерии эффективности реализации:

Количественные показатели:

- Повышение показателей поведенческой регуляции на 15–20 %.

- Увеличение адаптационного потенциала не менее чем на 25 %.

- Оптимизация временных затрат на оценку адаптационного потенциала.

- Расширение охвата психологической поддержкой до 80 % персонала.

- Снижение показателей профессионального выгорания на 30 %.

Рассмотрим ожидаемые результаты. В сфере профессиональной адаптации:

- Повышение точности прогнозирования профессиональной успешности.

- Сокращение сроков первичной адаптации на 30–40 %.

- Снижение текучести кадров в первый год службы на 25–35 %.

В области профессионального сопровождения:

- Поддержание стабильного уровня адаптационного потенциала у 90–95 % сотрудников.

- Снижение количества дисциплинарных взысканий на 40–50 %.

- Повышение удовлетворенности службой на 35–45 %.

В сфере рееадаптационных мероприятий:

- Сокращение периода восстановления после экстремальных ситуаций на 50–60 %.

- Снижение риска развития посттравматических расстройств на 60–70 %.

- Возвращение к полноценной служебной деятельности 95–98 % сотрудников.

Особое внимание следует уделить работе с группой, демонстрирующей трудности адаптации, с учетом выявленных значимых различий по показателям поведенческой регуляции и адаптационного потенциала.



Ограничения исследования и направления дальнейших разработок. Несмотря на полученные результаты, исследование имеет ряд ограничений:

- выборка ограничена данными по Пермскому краю, что снижает обобщаемость выводов для других регионов;
- кросс-секционный дизайн не позволяет проследить долгосрочную динамику АПЛ (требуется лонгитюдное исследование);
- акцент сделан на количественных методах, тогда как качественные данные (глубинные интервью, кейс-стади) могли бы дополнить картину.

Заключение. Проведенное исследование позволило выявить ключевые закономерности формирования и функционирования адаптационного потенциала личности (АПЛ) сотрудников ФСИН, а также установить его определяющую роль в обеспечении эффективности служебной деятельности.

Системный анализ показал, что адаптационный потенциал личности является интегративным показателем, определяющим успешность профессиональной деятельности сотрудников ФСИН. Выявленные статистически значимые различия между группами по показателям поведенческой регуляции и адаптационного потенциала подтверждают гипотезу исследования.

Компонентный анализ позволил установить:

- ведущую роль поведенческой регуляции в структуре АПЛ;
- стабильность показателей моральной нормативности;
- важность развития коммуникативных способностей;
- значимость интегративного показателя адаптационного потенциала.

Результаты исследования демонстрируют эффективность предложенного подхода к управлению адаптационным потенциалом, который позволяет:

- осуществлять дифференцированную диагностику профессиональной адаптации;
- разрабатывать целевые программы развития компонентов АПЛ;
- проводить мониторинг динамики изменений;
- прогнозировать риски профессиональной дезадаптации.

Эмпирические данные свидетельствуют:

- о наличии прямой зависимости между уровнем развития АПЛ и успешностью профессиональной деятельности;
- возможности целенаправленного развития компонентов адаптационного потенциала;
- эффективности комплексного психологического сопровождения;
- важности системного подхода к управлению АПЛ.

Перспективы внедрения. Практическая реализация разработанных рекомендаций позволит:

- оптимизировать систему психологического обеспечения;
- повысить качество профессионального отбора;
- улучшить процессы адаптации новых сотрудников;
- снизить риски профессионального выгорания;
- укрепить кадровый потенциал ФСИН.

Направления дальнейшего развития. Перспективные задачи исследования включают:

- разработку цифровых инструментов мониторинга АПЛ;
- создание персонализированных программ развития;
- расширение методической базы оценки;
- углубление междисциплинарного взаимодействия;
- проведение лонгитюдных исследований динамики АПЛ.

Таким образом, исследование подтвердило, что адаптационный потенциал личности является ключевым ресурсом профессиональной успешности сотрудников ФСИН. Предложенные практические рекомендации создают основу для совершенствования системы психологического обеспечения служебной деятельности и повышения эффективности работы уголовно-исполнительной системы в целом.

Список литературы

1. Бессонова Т.И. Психологические факторы адаптационного потенциала личности военнослужащих, уволенных в запас // Ученые записки : электрон. науч. журн. Курск. гос. ун-та. – 2024. – № 2 (70). – С. 328–335.
2. Богомолов А.М. Возрастная изменчивость адаптационного потенциала личности // Вестник КемГУ. – 2010. – № 3 (43). – С. 27–31.
3. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. – 2008. – № 1. – С. 67–73.
4. Болдырев А.В., Захарова В.Г. Динамика нервно психической устойчивости сотрудников уголовно исполнительной системы по мере профессионализации // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2019. – № 2 (220). – С. 91–97.
5. Брыков Д.А. Современное состояние кадрового обеспечения уголовно-исполнительной системы // Человек: преступление и наказание. – 2022. – Т. 30, № 2. – С. 188–196.
6. Викторова Т.В. Формирование морально-волевых качеств у сотрудников отделов охраны исправительных учреждений ФСИН России в рамках служебной подготовки // Педагогический журнал. – 2022. – Т. 12, № 6А, ч. II. – С. 797–804. – DOI: 10.34670/AR.2022.25.63.094
7. Долинин А.Ю. Проблемные аспекты в работе с кадровыми резервами учреждений и органов федеральной службы исполнения наказаний и направления повышения ее эффективности // Человек: преступление и наказание. – 2024. – Т. 32, № 2. – С. 216–225.
8. Караяни А.Г. Психологическая модель служебной деятельности как инструмент создания системы ее психологического обеспечения // Психология. Психофизиология. – 2013. – Т. 6, № 4. – С. 92–98.
9. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22, № 1. – С. 16–24.



10. Маклаков А.Г. Человек в экстремальных условиях деятельности // Вестник Ленинградского государственного университета имени А.С. Пушкина. – 2020. – № 4. – С. 165–180.
11. Овчаренко Л.Ю. Стратегии адаптации личности в период неопределенности // Системная психология и социология. – 2025. – № 2 (54). – С. 79–93.
12. Орлова А.А. Правосознание сотрудников учреждений и органов уголовно-исполнительной системы как элемент обеспечения законности в деятельности ФСИН России // Ведомости уголовно-исполнительной системы. – 2024. – № 5. – С. 22–26.
13. Рогач В.Г. Особенности адаптационного потенциала личности сотрудников уголовно-исполнительной системы на начальном этапе служебной деятельности [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – № 6. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-adaptatsionnogo-potentsiala-lichnosti-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-na-nachalnom-etape-sluzhebnoy> (дата обращения: 02.11.2025).
14. Собчик Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ. – СПб. : Речь, 2000.
15. Степанова Н.В. Психологическая устойчивость: личностный адаптационный потенциал и стратегии совладающего поведения // Вестник Университета гражданской защиты МЧС Беларуси. – 2025. – Т. 9, № 3. – С. 400–409.
16. Сугоровский А.В. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность», результаты исследования // Modern Science. – 2020. – № 12-5. – С. 274–279.
17. Телегин А.С. К вопросу об иных видах государственной службы // Пермский юридический альманах. – 2018. – № 1. – С. 118–123.
18. Убайдуллаева К.Н. Психологические особенности жизнестойкости личности в условиях стрессовых ситуаций // TANQIDIY NAZAR, TANHILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G 'OYALAR. – 2024. – Т. 1, № 1. – С. 250–257.
19. Фаустова А.Г., Афанасьева А.Э., Виноградова И.С. Психологическая устойчивость и феноменологически близкие категории // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2021. – Т. 9, № 1 (32). – С. 18–27.
20. Федунина Н.Ю. Понятия устойчивости к травме и посттравматического роста // Консультативная психология и психотерапия. – 2006. – Т. 14, № 4. – С. 69–80.
21. Харина Н.А. Теоретические и практические основы исследования личностного адаптационного потенциала сотрудников ФСИН России // Прикладная юридическая психология. – 2009. – № 4. – С. 104–117.
22. Dayneko V.V., Stroh W.A. Позитивный психологический капитал: теоретические концепции и методы измерения // Мир психологии. – 2022. – № 1. – С. 108.

Сведения об авторе

И.В. Смирнова – старший преподаватель кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15); медицинский психолог, Медико-санитарная часть 59 Федеральной службы исполнения наказания России (614012, г. Пермь, ул. Карпинского, 125, ivsmirnova59@yandex.ru).

Information about the author

I.V. Smirnova – Senior Lecturer of the Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15); Clinical Psychoiologist, Medical-Sanitary Unit No. 59 of the Federal Penitentiary Service of Russia (614012, Perm, Karpinsky St., 125, ivsmirnova59@yandex.ru).

Раздел 2. ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 159.922.8:378.146

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-49-62

ЛИЧНОСТНЫЙ ПРОФИЛЬ СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ АКАДЕМИЧЕСКИЕ ЗАДОЛЖЕННОСТИ

**Дарья Витальевна Балдова, Екатерина Сергеевна Игнатова,
Екатерина Викторовна Кушева**

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Рассматривается проблема академической неуспеваемости студентов вузов, обусловленная не только внешними факторами и недостаточной мотивацией, но и устойчивыми личностными особенностями обучающихся. Актуальность исследования обусловлена необходимостью выявления глубинных детерминант учебных трудностей для повышения эффективности профилактической и коррекционной работы со студентами. Цель исследования заключалась в определении личностных особенностей студентов, имеющих академические задолженности. Эмпирической базой выступил ФГАОУ ВО ПГНИУ; в выборку вошли 146 студентов в возрасте 18–24 лет (135 девушек и 11 юношей), обучающихся по направлениям «Психология», «Психолого-педагогическое образование», «Дизайн» и специальностям «Клиническая психология», «Психология служебной деятельности». Для сбора данных использовались: 16-факторный личностный опросник Кеттелла (16PF), ценностный опросник Шварца, шкала академической мотивации (ШАМ), опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК), шкала прокрастинации Стила (ПШ) и шкала иррациональной прокрастинации Стила (ИПШ). Для статистической обработки данных применялись: описательная статистика, сравнительный анализ (U -критерий Манна – Уитни) для выявления значимых различий между группами и корреляционный анализ Спирмена для определения взаимосвязей между изучаемыми переменными. Результаты исследования позволяют не только уточнить личностный профиль студентов с академическими задолженностями, но и выявить ключевые мишени для профилактической и коррекционной работы. Практическая значимость заключается в возможности использования полученных данных для совершенствования психолого-педагогической поддержки обучающихся, испытывающих трудности в освоении образовательных программ, а также для разработки персонализированных программ сопровождения, направленных на преодоление академической неуспеваемости.

Ключевые слова: академическая задолженность, личностные особенности, прокрастинация, саморегуляция, эмоциональная устойчивость, сопровождение

Для цитирования: Балдова Д.В., Игнатова Е.С., Кушева Е.В. Личностный профиль студентов, имеющих академические задолженности // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 49–62. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-49-62

THE PERSONAL PROFILE OF STUDENTS WITH ACADEMIC DEBTS

Darya V. Baldova, Ekaterina S. Ignatova, Ekaterina V. Kusheva

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. The article examines the problem of academic failure of university students, caused not only by external factors and insufficient motivation, but also by the stable personal characteristics of students. The relevance of the research is due to the need to identify the underlying determinants of learning difficulties in order to increase the effectiveness of preventive and correctional work with students. The purpose of the study was to determine the personal characteristics of students with academic debts. The empirical base was provided by the FSAOU VO PGNIU; The sample included 146 students aged 18–24 (135 girls and 11 boys) studying in the fields of Psychology, Psychological and Pedagogical Education, Design, and the specialties of Clinical Psychology and Performance Psychology. To collect the data, the following methods were used: the 16-factor Kettell Personality Questionnaire (16PF), the Schwartz value questionnaire, the Academic Motivation Scale (SHAM), the Subjective Control Level Questionnaire (USC), the Steele Procrastination Scale (PS) and the Steele Irrational Procrastination Scale (IPS). The following methods were used for statistical data processing: descriptive statistics, comparative analysis (Mann's *U*-test – Whitney) to identify significant differences between the groups and Spearman's correlation analysis to determine the relationships between the studied variables. The results of the study will not only clarify the personal profile of students with academic debts, but also identify key targets for preventive and remedial work. The practical significance lies in the possibility of using the data obtained to improve psychological and pedagogical support for students experiencing difficulties in mastering educational programs, as well as to develop personalized support programs aimed at overcoming academic failure.

Keywords: academic debt, personality traits, procrastination, self-regulation, emotional stability, support

For citation: Baldova D.V., Ignatova E.S., Kusheva E.V. The personal profile of students with academic debts // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 49–62. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-49-62

Введение

Современное высшее образование готовит квалифицированных специалистов, способных быстро адаптироваться к изменяющимся требованиям рынка труда и общества. Качество успеваемости студентов становится залогом



успешного обучения. Несмотря на инновации в методиках преподавания, проблема академической неуспеваемости и образования задолженностей остается актуальной для большинства вузов.

Традиционно низкая успеваемость связывалась с недостаточной мотивацией, слабыми когнитивными навыками, несовершенством учебного процесса и внешними обстоятельствами [13, 20]. Однако новейшие исследования подчеркивают, что главными причинами являются глубинные личностные особенности студентов, такие как низкий уровень самоорганизации, повышенная тревожность, недостаток самоконтроля и нарушения в мотивационной сфере [3, 8].

Поскольку личностные особенности оказывают огромное влияние на успеваемость, возникает острая необходимость изучать их роль в образовании задолженностей.

Анализ литературы. Проблема академической неуспеваемости длительное время находилась в центре внимания исследователей. Первоначально полагалось, что причины неуспеваемости связаны с недостаточной мотивацией, когнитивными трудностями, ошибками в организации обучения и внешними факторами [13, 20]. Современные исследования показывают, что важнее всего учитывать глубинные личностные характеристики студентов [3, 8].

Основные психологические факторы, влияющие на успеваемость:

1. **Недостаток мотивации.** Учебная мотивация важна для успешного обучения. Недостаток мотивации приводит к пропускам занятий и снижению успеваемости [17, 19, 20].

2. **Низкий уровень когнитивных навыков.** Умственное развитие студентов напрямую связано с успешным освоением учебного материала [13, 23, 24, 29].

3. **Личностные особенности.** Черты личности, такие как дисциплина, самоконтроль, стрессоустойчивость и самооценка, оказывают прямое влияние на успеваемость. У студентов с низкой успеваемостью часто наблюдается плохое управление временем, импульсивность и неконтролируемые эмоции [2, 4, 5, 11].

4. **Эмоциональный интеллект.** Значение эмоционального интеллекта возросло в последние годы. Он помогает справляться со стрессом и поддерживает эмоциональное равновесие, что положительно влияет на успеваемость [9, 10, 17].

5. **Тревожность.** Высокий уровень тревожности ухудшает способность концентрироваться и усваивать учебный материал, что приводит к академическим проблемам [12, 16, 22].

6. **Нарушение режима сна.** Недостаток полноценного отдыха снижает когнитивные способности, концентрацию и работоспособность, что повышает риск образования задолженностей [13, 14, 26].

Под термином «академическая успешность» подразумевается не только формальная успеваемость, выраженная в оценках, но и широкая палитра личностных, мотивационных и когнитивных компетенций [1, 4, 15]. Высокие оценки получают студенты с развитой мотивацией, дисциплиной и хорошими навыками

самоуправления [23, 24, 29]. В то же время студенты с низкой успеваемостью страдают от недостатка самоконтроля, эмоциональной нестабильности и слабой мотивации [2, 4, 5, 11].

Постановка проблемы. Современные исследования показывают, что традиционная педагогика не всегда решает проблему академической неуспеваемости, так как не учитываются глубинные личностные факторы, влияющие на учебные результаты. Даже при усовершенствовании учебных программ и дополнительной помощи многие студенты продолжают сталкиваться с проблемами. Причина этого кроется в том, что академическая неуспеваемость тесно связана с личностными особенностями студентов.

Устранение академических задолженностей требует диагностики личностных качеств, которые приводят к трудностям в учебе. Цель исследования – выявить личностные особенности студентов, ведущие к накоплению академических задолженностей, и на основе этого разработать рекомендации по их профилактике.

Процедура и методики исследования

Выборка. Исследование личностных особенностей студентов, имеющих академические задолженности, проходило с февраля по март 2025 года на базе ФГАОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет». Всего в нем приняли участие 146 студентов с I по IV курс в возрасте от 18 до 24 лет ($M = 19,5$; $SD = 1,8$), из них 135 девушек и 11 юношей, обучающихся на философско-социологическом факультете по направлениям «Психология», «Психолого-педагогическое образование», «Дизайн» и специальностям «Клиническая психология», «Психология служебной деятельности».

Участие в исследовании было добровольным, соблюдались принципы конфиденциальности. Испытуемые проходили онлайн-исследование на платформе Online Test Pad, заполняя психодиагностические методики без временных ограничений.

Методики исследования. Были применены следующие методики:

1. 16-факторный личностный опросник Кеттелла (16PF) – для оценки индивидуально-психологических особенностей личности.
2. Ценностный опросник Шварца – для изучения системы личностных ценностей.
3. Шкала академической мотивации (ШАМ) – для оценки различных типов мотивации учебной деятельности.
4. Опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) – для диагностики локуса контроля личности.
5. Шкалы прокрастинации Стила – для оценки склонности к откладыванию дел.

Каждая методика была отобрана для оценки соответствующих психологических факторов, выделенных в нашем обзоре.

Помимо личностных особенностей, участники исследования предоставляли дополнительные данные:



- Средняя рабочая нагрузка в неделю (число рабочих часов).
- Средний академический балл.

Методы статистической обработки данных. Статистическая обработка данных производилась с использованием программного обеспечения JASP версии 0.19.3.0. Анализ распределения данных с помощью критерия Шапиро – Уилка подтвердил ненормальное распределение большинства показателей ($p < 0,05$). Это повлияло на выбор последующих методов анализа:

- Сравнительный анализ (U -критерий Манна – Уитни) – для сравнения студентов с академическими задолженностями и без них.
- Корреляционный анализ (коэффициент Спирмена) – для выявления связей между показателями.

Результаты исследования.

Результаты сравнительного анализа представлены в таблице.

**Результаты сравнительного анализа
личностных и поведенческих характеристик групп
студентов с академическими задолженностями и без них**

Шкала	Среднее арифметическое		U	p
	1	2		
Количество рабочих часов в неделю	12,19	4,09	1379,00	0,01
Средний балл	4,43	4,72	440,00	0,001
Консерватизм/радикализм	17,34	16,68	1372,00	0,04
Мотивация самоуважения	14,56	15,68	876,00	0,08
Интроецированная мотивация	11,85	13,51	860,50	0,06
Прокрастинация	107,45	94,38	1471,00	0,005
Иррациональная прокрастинация	25,74	21,55	1508,50	0,002

Примечание. 1 – студенты с задолженностями; 2 – студенты без задолженностей.

На основании сравнительного анализа можно выделить следующие значимые различия между студентами с академическими задолженностями и без них:

1. Количество рабочих часов в неделю Студенты с академическими задолженностями работают значительно больше времени (12,19 часа в неделю) по сравнению со студентами без задолженностей (4,09 часа). Это может свидетельствовать о большом влиянии рабочей нагрузки на успеваемость ($p = 0,01$, $p = 0,01$).

2. Средний академический балл Средний балл студентов с задолженностями (4,43) существенно ниже, чем у студентов без задолженностей (4,72), что подтверждает наличие сильных академических трудностей ($p < 0,001$; $p < 0,001$).

3. Консерватизм/радикализм Студенты с академическими задолженностями проявляют более радикальные установки и склонны нарушать общепринятые нормы и правила (17,34 vs 16,68; $p = 0,04$ vs $p = 0,04$). Эта особенность может свидетельствовать о сложностях в адаптации к учебной среде.

4. Прокрастинация и иррациональная прокрастинация Уровень прокрастинации и иррациональной прокрастинации у студентов с задолженностями значительно выше (107,45 и 25,74 балла соответственно), что указывает на проблемы с планированием и систематическое откладывание дел ($p = 0,005$; $p = 0,005$ и $p = 0,002$; $p = 0,002$ соответственно).

Полученные данные показывают, что студенты с академическими задолженностями отличаются от успевающих студентов по следующим личностным и поведенческим особенностям:

Больше времени, отведенного на работу: студенты с задолженностями, несут повышенную рабочую нагрузку, что снижает их способность уделять достаточное внимание учебе.

Низкий средний балл: аккумулированные задолженности напрямую связаны с ухудшением академических результатов.

Радикальные установки: наличие радикальных установок и склонность нарушать социальные нормы затрудняют соблюдение учебной дисциплины.

Склонность к прокрастинации: студенты с задолженностями склонны постоянно откладывать выполнение заданий, что приводит к накоплению долгов и усугубляет проблему.

Таким образом, полученные результаты подтверждают гипотезу о том, что академические задолженности обусловлены как внешними факторами (высокая рабочая нагрузка), так и внутренними личностными особенностями (откладывание дел, неконформность).

У студентов без академических задолженностей выявлены следующие значимые корреляции:

- **Эмоциональная стабильность** положительно связана с познавательной мотивацией ($r = 0,24$, $p = 0,003$), мотивацией достижения ($r = 0,25$, $p = 0,002$) и мотивацией саморазвития ($r = 0,26$, $p = 0,001$). Одновременно отрицательно связана с гедонизмом ($r = -0,18$, $p = 0,03$) и экстерияльной мотивацией ($r = -0,19$, $p = 0,02$).

- **Моральная нормативность** положительно связана с познавательной мотивацией ($r = 0,22$, $p = 0,007$), мотивацией достижения ($r = 0,18$, $p = 0,03$) и мотивацией саморазвития ($r = 0,18$, $p = 0,03$), но отрицательно с амотивацией ($r = -0,17$, $p = 0,04$).

- **Самоконтроль** положительно связан с познавательной мотивацией ($r = 0,25$, $p = 0,002$) и мотивацией саморазвития ($r = 0,19$, $p = 0,02$).

- **Традиция** положительно коррелирует с познавательной мотивацией ($r = 0,17$, $p = 0,05$), мотивацией достижения ($r = 0,27$, $p < 0,001$) и мотивацией саморазвития ($r = 0,27$, $p < 0,001$).

Студенты без академических задолженностей

Отличаются высоким уровнем эмоциональной стабильности, что способствует поддержанию познавательной мотивации, мотивации достижения и саморазвития.

Придерживаются моральных ориентиров, что минимизирует амотивацию и поддерживает развитие интеллектуальных способностей.



Обладают хорошо развитым самоконтролем, что поддерживает познавательную активность и личностное развитие.

Ориентированы на традиционные ценности и академические нормы.

У студентов с академическими задолженностями выявлены следующие закономерности:

- **Интеллект** отрицательно связан с мотивацией достижения ($r = -0,31$, $p = 0,04$).
- **Эмоциональная стабильность** отрицательно связана со стимуляцией ($r = -0,36$, $p = 0,01$).
- **Подчиненность/доминантность** отрицательно коррелирует с благожелательностью ($r = -0,32$, $p = 0,03$).
- **Сдержанность/экспрессивность** отрицательно связана с конформизмом ($r = -0,43$, $p = 0,002$) и семейными отношениями ($r = 0,30$, $p = 0,04$).
- **Доверчивость/подозрительность** положительно связана с семейными отношениями ($r = 0,30$, $p = 0,04$), но отрицательно с прокрастинацией ($r = 0,34$, $p = 0,02$) и иррациональной прокрастинацией ($r = 0,41$, $p = 0,004$).
- **Практичность/мечтательность** отрицательно связана с конформизмом ($r = -0,30$, $p = 0,04$) и благожелательностью ($r = -0,33$, $p = 0,03$).
- **Спокойствие/тревожность** отрицательно связано с конформизмом ($r = -0,39$, $p = 0,007$) и положительно с познавательной мотивацией ($r = 0,31$, $p = 0,03$).
- **Конформизм/нонконформизм** отрицательно связан с конформностью ($r = -0,31$, $p = 0,03$) и положительно с семейными отношениями ($r = 0,16$, $p = 0,05$).
- **Самоконтроль** отрицательно связан с благожелательностью ($r = -0,33$, $p = 0,03$).
- **Традиция** отрицательно связана с экстернальной мотивацией ($r = -0,29$, $p = 0,05$).

Студенты с академическими задолженностями:

Отличаются эмоциональной нестабильностью, нарушениями эмоционального баланса и низким уровнем доверия.

Показывают низкие уровни самоконтроля и высокую склонность к прокрастинации.

Имеют радикальные установки и низкую мотивацию к достижению.

Не следуют строгим традициям и культуре академической среды.

Интерпретация

Полученные результаты показывают, что академические задолженности обусловлены как внешними факторами (большая рабочая нагрузка), так и внутренними личностными особенностями (эмоциональная нестабильность, радикализм, низкая мотивация к достижению). Соответственно, профилактические меры должны учитывать, как организационные меры (регуляризация рабочей нагрузки), так и психологическую поддержку (помощь в повышении эмоциональной устойчивости и развитии мотивации).

Обсуждение результатов

Настоящее исследование было направлено на выявление личностных особенностей студентов, оказывающих влияние на образование академических задолженностей. Основное внимание уделялось пониманию того, как личностные и поведенческие характеристики студентов влияют на их академическую успеваемость.

Основные выводы

1. Работа и успеваемость. Студенты с академическими задолженностями работают значительно больше времени (12,19 часа в неделю) по сравнению со студентами без задолженностей (4,09 часа). Это подтверждает известный факт, что высокая рабочая нагрузка негативно влияет на успеваемость, ограничивая время и энергию, которые можно уделить учебе [20].

2. Эмоциональная стабильность и мотивация. Анализ корреляций показал, что эмоциональная стабильность студентов без задолженностей положительно связана с познавательной мотивацией, мотивацией достижения и саморазвития, но отрицательно с гедонизмом и экстерияльной мотивацией. Это согласуется с прежними исследованиями, подчеркивающими важность эмоциональной устойчивости для успешной учебы [9, 10].

3. Личностные особенности. Выявленные личностные характеристики студентов с задолженностями (радикализм, эмоциональная нестабильность, низкая мотивация и высокий уровень прокрастинации) совпадают с признаками, характерными для студентов, испытывающих трудности в учебе. Низкая эмоциональная стабильность приводит к тревоге и снижению мотивации, что подтверждается современными исследованиями [12, 16].

4. Самоконтроль. Корреляционный анализ выявил положительную связь самоконтроля с познавательной мотивацией и мотивацией достижения. Это согласуется с данными, подчеркивающими важность личностных ресурсов для успешного обучения [23, 29].

Сопоставление с литературой

Полученные результаты соответствуют современной теории, подчеркивающей значимость эмоциональной устойчивости и саморегуляции для академической успешности. Настоящее исследование подтверждает идею о ведущей роли личностных факторов в академической успеваемости [3, 8].

Практические рекомендации

Практические рекомендации по психологическому сопровождению студентов с академическими задолженностями

Полученные результаты исследования показывают, что академические задолженности обусловлены как внешними факторами (высокая рабочая нагрузка), так и внутренними личностными особенностями (эмоциональная нестабильность, низкий уровень мотивации, склонность к прокрастинации) [9, 18, 25, 28].



1. Диагностика и мониторинг

- Психолого-диагностическое обследование: ежегодно проводить диагностику студентов с использованием дистанционных методов (электронные анкеты и тесты), чтобы выявить личностные особенности, влияющие на успеваемость [25, 25].

- Автоматизированный мониторинг: создать систему мониторинга, автоматически уведомляющую руководство факультетов и кураторов о студентах, находящихся в зоне риска [18].

- Подготовка преподавателей и кураторов: регулярно проводить семинары и тренинги для преподавателей и кураторов по ранней диагностике признаков академической дезадаптации (апатия, тревожность, агрессия) [25].

2. Индивидуальная психологическая поддержка

- Онлайн-консультации: организовать регулярные онлайн-консультации с психологом, доступ к которым возможен в любое удобное для студентов время [25].

- Телефоны и мессенджеры: оказывать психологическую поддержку через телефоны доверия и мессенджеры, обеспечивая оперативную помощь студентам в кризисных ситуациях [25].

- Индивидуальные сессии: проводить индивидуальные консультации в дистанционном формате, выбирая удобные для студентов дни и время [25].

3. Групповые тренинги и мастер-классы

- Специальные курсы: включить в общий учебный план курсы и тренинги, такие как «Эффективный самоменеджмент», «Стресс-менеджмент и эмоциональная саморегуляция», «Навыки эффективного совладания с трудностями». Эти курсы должны проводиться в смешанном формате (очно-дистанционном), чтобы обеспечить доступность для всех студентов [25].

- Актуализация навыков: включить обязательные модули по развитию навыков тайм-менеджмента, саморегуляции и мотивационной работы, интегрируя их в учебный процесс для всех студентов [25].

4. Компенсирующая организационная поддержка

- График занятий: внести изменения в расписание занятий, предусмотрев гибкие форматы (очно-дистанционные пары, вечерние занятия, сессионные недельные занятия), чтобы работающие студенты могли свободно совмещать учебу и работу [18].

- Продвижение практики разделения нагрузок: ограничить учебную нагрузку, распределяя ее равномерно в течение семестра, чтобы избежать пика нагрузки в периоды сессий и экзаменов [18].

- Институт кураторства: назначить кураторов, которые смогут поддерживать контакт с работающими студентами, консультируя их по вопросам выбора режимов обучения и оптимального совмещения работы и учебы [18].

5. Создание поддерживающей среды

- Пространство поддержки: в университете организовать комнаты отдыха и восстановления сил, оборудованные зонами для короткого отдыха и зарядки энергией [25].

- Нормы здоровья: вводя обязательные перерывы для отдыха и физическую активность во время учебного процесса, обеспечить профилактику синдрома эмоционального выгорания [25].

- Нормализация обращения за помощью: пропаганда и продвижение психологической службы, устранение стигмы обращения за психологической помощью [25].

6. Мониторинг эффективности

- Оценка динамики успеваемости: регулярно оценивать успеваемость студентов до и после участия в программах поддержки.

- Диагностическое обследование: периодически проводить повторные обследования студентов, участвующих в программах, чтобы проверить изменения в уровне личностных особенностей и степени их академической успешности [25].

- Сбор обратной связи: регулярно собирать мнения студентов о проводимых мерах и услугах посредством анонимных анкет и интервью [25].

Заключение

Полученные результаты показывают, что академические задолженности обусловлены комплексом факторов, и их эффективное предупреждение требует комплексного подхода, объединяющего психологическую поддержку, организационные меры и интеграцию этих мер в обычный учебный процесс. Выполнение предложенных рекомендаций позволит улучшить академическую успешность студентов и их психологическое благополучие [6, 7, 21].

Полученные результаты в целом отражают характерные особенности молодого поколения, столкнувшегося с трудностями в условиях одновременного обучения и работы. Поэтому предлагаемые рекомендации предназначены для системного и комплексного подхода к предупреждению и профилактике академических задолженностей, что должно способствовать повышению академической успешности и психологического благополучия студентов [6, 7, 21].

Ограничения исследования и направления дальнейших разработок. Несмотря на ценные результаты, наше исследование имело некоторые ограничения, которые необходимо учитывать при интерпретации данных и проведении дальнейших исследований:

Ограничения исследования:

1. Размер выборки: исследование проведено на ограниченной выборке студентов определенного региона, что может ограничить возможности экстраполяции результатов на другие регионы и университеты.

2. Используемые инструменты: примененные методики не позволяли глубоко проанализировать весь спектр личностных особенностей, таких как, например, уверенность в себе, лидерские качества и творческие способности. Необходимо применение более широких инструментальных арсеналов для расширения спектра анализа.

3. Отсутствие длительного наблюдения: исследование носит поперечный характер и не включает длительных наблюдений за динамикой личностных характеристик студентов. Будущие исследования могли бы быть проведены



в лонгитюдном формате, чтобы проследить развитие и изменение личностных особенностей студентов на протяжении всего обучения.

4. Дополнительные внешние факторы: возможны дополнительные внешние факторы, влияющие на академическую успеваемость студентов, такие как финансовая обеспеченность, жилищные условия, семейная обстановка и социальная поддержка, которые не вошли в сферу нашего анализа.

5. Возможные эффекты самовоспроизводящихся стереотипов: участие в исследовании студентов, знающих о своей задолженности, может вызвать усиление негативных эффектов, связанных с заниженной самооценкой и эмоциональной усталостью.

Направления дальнейших исследований:

1. Включить другие группы студентов: расширить исследование, включив студентов из разных регионов и университетов, чтобы повысить представительность и надежность результатов.

2. Применение более полных методик: дополнить исследование инструментами, направленными на оценку таких характеристик, как уверенность в себе, творческий потенциал, стрессоустойчивость и лидерские качества.

3. Многолетние исследования: провести лонгитюдные исследования, отслеживая изменения личностных особенностей студентов на протяжении всего периода обучения, чтобы выявить долговременные эффекты и динамика развития.

4. Анализ внешних факторов: углубленно исследовать влияние социально-экономических факторов (финансовая обеспеченность, жилищные условия, семья, окружение) на академическую успеваемость и формирование личностных особенностей.

5. Контролируемые эксперименты: провести контролируемые экспериментальные исследования, чтобы подтвердить причинно-следственные связи между личностными качествами и развитием академических задолженностей.

Исследование позволило выявить личностные и поведенческие особенности студентов, которые непосредственно связаны с появлением академических задолженностей. Наиболее важными факторами, ведущими к образованию задолженностей, являются:

- высокая рабочая нагрузка;
- низкий уровень эмоциональной стабильности;
- ослабленная мотивация к обучению;
- склонность к прокрастинации и отсутствие навыков планирования;
- наличие радикальных установок и нарушение привычных социальных норм.

Особое внимание следует обратить на студентов, работающих параллельно с учебой, так как это одна из главных причин академических трудностей. Эмпирические данные подтверждают, что студенты с задолженностями отличаются низким уровнем эмоциональной устойчивости, повышенной тревожностью и слабой способностью к саморегуляции, что негативно влияет на их образовательную деятельность.

Результатом исследования стали конкретные рекомендации по психологической поддержке студентов, включая организацию индивидуальной

и групповой психологической помощи, разработку онлайн-курсов по тайм-менеджменту и саморегуляции, а также создание комфортной образовательной среды, позволяющей студентам успешно совмещать работу и учебу.

Тем не менее, исследование имеет некоторые ограничения, связанные с размером выборки, используемыми методами и отсутствием длительного наблюдения. Будущие исследования могут пролить свет на динамику личностных изменений студентов и выявить дополнительные факторы, влияющие на их академическую успешность.

Полученные результаты создают основу для разработки программ профилактики и коррекции академических задолженностей, что поможет университетам и колледжам создать более комфортные условия для студентов, повышая их академическую успешность и психологическое благополучие.

Список литературы

1. Акимова С.В., Кожевникова О.В. Факторы успешности академической адаптации на начальном этапе обучения в университете // *Universum: психология и образование*. – 2015. – № 8 (18). – С. 8.
2. Арпентьева М.Р. Прокрастинация: комплекс Ионы // *Роль прокрастинации в процессе самоопределения молодежи : сб. науч. ст.* – Саратов : Саратовский источник, 2015. – С. 5–25.
3. Атертон Дж. Сопротивление обучению // *Журнал профессионального образования*. – Т. 51, № 1. – С. 77–90.
4. Барышева А.Н. Сопротивление как часть успешного обучения // *Персонал-Микс*. – 2002. – № 6 (13). – С. 118–120.
5. Бек Дж. Когнитивно-поведенческая терапия от основ к направлениям. – СПб. : Питер, 2020. – 514 с.
6. Бехтерев В.М. О лечении болезненных влечений и навязчивых состояний отвлекающей психотерапией // *Обозрение психиатрии и медицинской психологии*. – 2004. – Т. 1, № 1. – С. 4.
7. Божович Л.И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка // *Вестник практической психологии образования*. – 2012. – Т. 33, № 4. – С. 65–67.
8. Буравцова Н.В. Формирование учебно-познавательной мотивации с помощью социально-психологического тренинга // *Мир науки, культуры, образования*. – 2014. – № 4 (47). – С. 15–17.
9. Гоголь А.П. Коучинг в преодолении сопротивлений в процессе обучения иностранному языку студентов туристского вуза // *Научный вестник МГИИТ*. – 2019. – № 2 (58). – С. 101–113.
10. Гордеева Т.О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: Опросник СТОУН. – М. : Смысл, 2009. – 152 с.
11. Губаревич И.И. Как тренеру работать с сопротивлением участников на семинарах, тренингах? // *Адукатар*. – 2006. – № 4 (10). – С. 24–28.
12. Дубовицкая Т.Д. К проблеме диагностики учебной мотивации // *Вопросы психологии*. – 2005. – № 1. – С. 73–78.



13. Журавлева М.О. Развитие эмоционального интеллекта у будущих психологов: программа и результаты тренинга // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2013. – № 3. – С. 73–81.
14. Залесова Н.В. К вопросу о формировании академической успешности студентов // Вестник Шадринского государственного педагогического института. – 2014. – № 2 (22). – С. 34–39.
15. Зимняя И.А. Педагогическая психология. – Ростов н/Д : Феникс, 1997. – 480 с.
16. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб. : Питер, 2002. – 512 с.
17. Исаев А.В., Платохина Н.А. Проблематика мотивации учебной деятельности индивидуума // Известия ВГТУ. – 2011. – № 8, т. 10. – С. 53–55.
18. Леонтьев Д.А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2016. – № 2. – С. 3–18.
19. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. – М. : Просвещение, 1983. – 96 с.
20. Маркушина И.Г. Психологические аспекты сопротивления инновациям в сфере образования // Вестник Северного (Арктического) федерального университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2011. – № 5. – С. 141–147.
21. Мещерякова И.Н. Развитие эмоционального интеллекта студентов-психологов в процессе обучения в вузе : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. – Курск, 2011. – 26 с.
22. Попова Д.И. Влияние смысловой установки как причина академической прокрастинации студентов высших учебных заведений // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2020. – Т. 18, № 1. – С. 5–19.
23. Сидоренко Е.В. Причины и формы сопротивления в тренинге // Петербургский психологический журнал. – 2014. – № 8. – 36 с.
24. Слободчиков В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе : учеб. пособие для вузов. – М. : Школьная Пресса, 2000. – 416 с.
25. Турова Ю.С. Изучение психологических условий, влияющих на преодоление академической неуспеваемости // Региональная научно-практическая конференция «Организация и развитие воспитательной работы в вузе: проблемы и перспективы» : сб. материалов (24–25 ноября 2011 г, г. Магадан). – Магадан : Новая полиграфия, 2011. – 127 с.
26. Турова Ю.С. Изучение психологических факторов, влияющих на преодоление академической неуспеваемости // Межвузовская научно-практическая конференция студенческой и учащейся молодежи (18–19 мая, 2011 г.) : 7-я Межвуз. науч.-практ. конф. студенческой и учащейся молодежи Магадан. обл. : сб. материалов. – Магадан : Новая полиграфия, 2011. – 162 с.
27. Турова Ю.С. Изучение социально-психологических причин неуспеваемости студентов // Ананьевские чтения – 2011. Социальная психология

и жизнь : материалы науч. конф. (18–20 октября 2011 г., г. Санкт-Петербург) / отв. ред. А.Л. Свенцицкий. – СПб. : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2011. – С. 336–338.

28. Шапкин С.А. Экспериментальное изучение волевых процессов. – М. : Смысл : ИП РАН, 1997. – 140 с.

29. Якобсон П.М. Психологические проблемы мотивации поведения человека. – М. : Просвещение, 1969. – 317 с.

Сведения об авторах

Д.В. Балдова – студентка первого курса магистратуры по направлению подготовки «Психология и психологическое консультирование семьи и личности», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, baldova.d@mail.ru).

Е.С. Игнатова – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, 131013@mail.ru).

Е.В. Кушева – аспирант первого года обучения, ассистент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, katakxx@mail.ru).

Information about the authors

D.V. Baldova – First Year Graduate Student in the Field of Psychology and Psychological Counseling of Family and Personality, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, baldova.d@mail.ru).

E.S. Ignatova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, 131013@mail.ru).

E.V. Kusheva – First Year Postgraduate Student, Assistant at the Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, katakxx@mail.ru).



УДК 159.922.8:378.147.88

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-63-68

ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СТУДЕНТОВ В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ В СВЯЗИ С ВОВЛЕЧЕННОСТЬЮ ВО ВНЕУЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Наталья Валерьевна Ротманова, Наталья Альбертовна Дьякова

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь, Россия

Аннотация. Статья посвящена изучению взаимосвязей показателей жизнестойкости с показателями личности студентов в зависимости от участия во внеурочной деятельности. Проведенный анализ показывает наличие значимых взаимосвязей между показателями жизнестойкости и личностными особенностями студентов. У участников внеурочной деятельности выявлена положительная связь жизнестойкости с эмоциональной стабильностью, экспрессивностью и самоконтролем. Студенты, вовлеченные во внеучебную деятельность, демонстрируют более высокий уровень вовлеченности, контроля и принятия риска.

Ключевые слова: жизнестойкость, личность студентов, внеучебная деятельность, психология личности, развитие личностных качеств

Для цитирования: Ротманова Н.В., Дьякова Н.А. Особенности жизнестойкости студентов в структуре личности в связи с вовлеченностью во внеучебную деятельность // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 63–68. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-63-68

FEATURES OF RESILIENCE IN STUDENTS' PERSONALITY STRUCTURE IN RELATION TO THEIR INVOLVEMENT IN EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

Natalia V. Rotmanova, Natalia A. Dyakova

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. The article is devoted to the study of the relationships between resilience indicators and personality indicators of students, depending on their participation in extracurricular activities. The conducted analysis shows the presence of significant relationships between resilience indicators and personality characteristics of students. A positive relationship between resilience and emotional stability, expressiveness, and self-control was identified among participants in extracurricular activities. Students involved in extracurricular activities demonstrate a higher level of engagement, control, and risk acceptance.

Keywords: resilience, students' personality, extracurricular activities, psychology of personality, development of personal qualities

For citation: Rotmanova N.V., Dyakova N.A. Features of Resilience in Students' Personality Structure in Relation to Their Involvement in Extracurricular Activities // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 63–68. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-63-68

Введение

Современный этап развития общества характеризуется повышенными требованиями к личностному и профессиональному потенциалу выпускников высших учебных заведений. В условиях динамичных социальных изменений особую значимость приобретает способность студентов не только к академической адаптации, но и к эффективному преодолению стрессовых ситуаций, что напрямую связано с феноменом жизнестойкости личности.

Период студенчества является критически важным этапом формирования личности, когда происходит определение основных жизненных ориентиров и профессиональных интересов. В это время молодые люди сталкиваются с множеством кризисных ситуаций, обусловленных возрастными особенностями, профессиональной самореализацией и построением личной жизни [1–5].

Жизнестойкость личности представляет собой комплексную характеристику, отражающую способность человека сохранять внутреннюю сбалансированность и эффективность деятельности в условиях стресса. Она проявляется через три ключевых компонента: вовлеченность в происходящее, уверенность в возможности контроля ситуации и готовность к принятию риска как источника развития.

Актуальность исследования обусловлена противоречием между растущими требованиями к компетенциям современных специалистов и необходимостью развития личностных ресурсов, позволяющих не только преодолевать стрессовые ситуации, но и трансформировать их в возможности для личностного и профессионального роста. Особую роль в этом процессе играет вовлеченность студентов во внеучебную деятельность, которая создает дополнительные условия для формирования жизнестойкости.

Цель исследования: изучение особенности жизнестойкости студентов в структуре личности в связи с вовлеченностью во внеучебную деятельность.

Гипотеза исследования: существуют взаимосвязи между показателями жизнестойкости и особенностями личности студентов, участвующих или не участвующих в учебной деятельности.

Метод: в исследовании приняли участие 45 студентов – 30 женщин и 15 мужчин. Они составили две группы: группа студентов, занятых во внеурочной деятельности и группа студентов, не занятых во внеурочной деятельности.

В качестве диагностического инструментария применялись следующие методики:

- Тест жизнестойкости Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева.
- Факторный личностный опросник Кеттелла (взрослый 16 PF).



Результаты

С целью проверки гипотезы был проведен корреляционный анализ показателей жизнестойкости и личными свойствами студентов обеих групп с помощью корреляционного анализа Спирмена.

Обнаружены следующие взаимосвязи показателей жизнестойкости с особенностями личности студентов, участвующих во внеурочной деятельности:

1. Показатель «Жизнестойкость»:

- Отрицательная взаимосвязь с фактором «Эмоциональная нестабильность – эмоциональная стабильность» указывает на то, что у студентов с более высокой жизнестойкостью чаще наблюдается эмоциональная стабильность. То есть устойчивость эмоций способствует лучшей адаптации и сопротивляемости стрессам.

- Отрицательная взаимосвязь с фактором «F Сдержанность – экспрессивность» предполагает, что более жизнестойкие студенты могут проявлять большую эмоциональную открытость и экспрессивность, что помогает им более эффективно справляться с трудностями.

- Отрицательная взаимосвязь с фактором «Q3 Низкий самоконтроль – высокий самоконтроль» свидетельствует о том, что развитие самоконтроля связано с повышением жизнестойкости, поскольку управление своими эмоциями и поведением способствует устойчивости.

2. Показатель «Вовлеченность»:

- Отрицательное соотношение с факторами «Эмоциональная нестабильность» и «Сдержанность – экспрессивность» показывает, что более вовлеченные в учебную деятельность студенты, обладающие выраженной эмоциональной стабильностью и открытостью, демонстрируют более высокий уровень вовлеченности.

- Положительная взаимосвязь с фактором «Q2 Конформизм – неконформизм» означает, что студенты, склонные к самостоятельности и неконформизму, более активно участвуют в учебных процессах.

3. Показатель «Контроль»:

- Отрицательная взаимосвязь с фактором «Эмоциональная нестабильность» говорит о том, что студенты с высоким уровнем контроля чаще обладают эмоциональной стабильностью, что способствует их психологической устойчивости.

- Положительная связь с фактором «Покорность – доминантность» предполагает, что уровень контроля связан с доминантностью, т.е. способность самостоятельно управлять собой и принимать решения способствует развитию лидерских качеств и ответственности.

Обнаружены следующие взаимосвязи показателей жизнестойкости с особенностями личности студентов, не участвующих во внеурочной деятельности:

Обнаружены следующие взаимосвязи:

1. Шкала «Принятие риска» (готовность принимать риски и проявлять рискованное поведение) показывает отрицательную взаимосвязь с факторами:

- «F «Сдержанность – экспрессивность»: Чем более человек склонен к сдержанности и сдерживает свои эмоции (низкое значение по этому фактору),

тем выше его склонность к принятию риска. Таким образом, экспрессивные и более эмоциональные личности, наоборот, склонны к меньшей готовности рисковать.

- "G «Сверх-я» слабость" – «Сверх-я» сила": Люди с выраженными признаками «сверх-я» (более строгие, с сильным контролем над собой) менее склонны к принятию риска. Те, у кого слабое «сверх-я», более открыты к рискованным поступкам.

В то же время «Принятие риска» положительно связано с фактором:

- "Q2 «Конформизм – неконформизм»: Люди, склонные к неконформизму (самостоятельности, индивидуализму), более склонны принимать риски. Это может отражать их готовность идти против общественных норм или стандартов.

2. Шкала «Контроль» (уровень самоконтроля и управления поведением):

- Отрицательно взаимосвязана с фактором "F «Сдержанность – экспрессивность»: Люди с более высоким уровнем сдержанности (менее экспрессивные) имеют меньший уровень контроля, тогда как более экспрессивные личности склонны к более высокому самоконтролю.

- Положительно взаимосвязана с факторами:

- "M «Практичность – мечтательность»": Более практичные, реалистичные личности склонны к более высокому уровню контроля.

- "O «Спокойствие – тревожность»": Более спокойные и менее тревожные люди проявляют больший контроль.

- «Направленность на общение»: Люди, ориентированные на коммуникацию и взаимодействие с окружающими, также демонстрируют более высокий уровень контроля.

3. Показатель «Жизнестойкость» (способность адаптироваться и восстанавливаться после стрессов):

- Отрицательно связан с "F «Сдержанность – экспрессивность»: Более экспрессивные и менее сдержанные личности менее жизнестойки.

- Положительно связан с:

- "O «Спокойствие – тревожность»: Более спокойные и менее тревожные люди обладают большей жизнестойкостью.

- "Q2 «Конформизм – неконформизм»: Люди с выраженными признаками неконформизма (самостоятельности) более устойчивы к стрессам и лучше справляются с жизненными трудностями.

Заключение

Общие выводы:

- Студенты с высокой жизнестойкостью характеризуются эмоциональной стабильностью, развитым самоконтролем и открытостью, что способствует их устойчивости к стрессам и успешной внеучебной деятельности.

- Активное участие и вовлеченность во внеучебную деятельность связаны с личностными особенностями, такими как самостоятельность и эмоциональная стабильность.



- Участие во внеурочной деятельности может способствовать формированию более высокого уровня жизнестойкости.
- Эмоциональная стабильность является ключевым фактором развития жизнестойкости.
- Нонконформизм и экспрессивность выступают значимыми предикторами развития компонентов жизнестойкости.

Выявленные взаимосвязи подчеркивают важность развития личностных качеств, таких как контроль, экспрессивность и самостоятельность, для повышения уровня жизнестойкости студентов.

Список литературы

1. Боязитова И.В., Эркенова М.М. Психологические механизмы развития жизнестойкости в студенческом возрасте // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2018. – Т. 7, № 6А. – С. 50–57. – EDN ZAHMKD
2. Дарвиш О.Б. Особенности жизнестойкости старшеклассников и студентов [Электронный ресурс] // МНКО. – 2018. – № 4 (71). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-zhiznestoykosti-starsheklassnikov-i-studentov> (дата обращения: 15.06.2024).
3. Евтушенко Е.А. Жизнестойкость личности как психологический феномен [Электронный ресурс] // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2016. – № 1 (58). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznestoykost-lichnosti-kak-psihologicheskii-fenomen> (дата обращения: 15.06.2024).
4. Землякова М.А. Внеурочное время как психологически комфортная среда для развития личности подростка [Электронный ресурс] // Гуманитарные науки. – 2016. – № 1 (33). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vneurochnoe-vremya-kak-psihologicheskii-komfortnaya-sreda-dlya-razvitiya-lichnosti-podrostka> (дата обращения: 15.06.2024).
5. Землякова М.А. Развитие творческих способностей и ценностных ориентаций подростка во внеурочное время // Проблемы современного педагогического образования : сб. ст. – Ялта : РИО КГУ, 2015. – Вып. 46, ч. 1. – С. 62–68.

Сведения об авторах

Н.В. Ротманова – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, rotmanova@pspu.ru).

Н.А. Дьякова – магистрант кафедры теоретической и прикладной психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, natalisenad@pspu.ru).



Information about the authors

N.V. Rotmanova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theoretical and Applied Psychology Perm State Humanitarian and Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, rotmanova@pspu.ru).

N.A. Dyakova – Master's Student of the Department of Theoretical and Applied Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, natalisenad@pspu.ru).



УДК 37.015.323

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-69-80

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, СТРЕСС И ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА И УЧИТЕЛЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ

Андрей Александрович Скорынин

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь,
Россия

Аннотация. Раскрывается проблема взаимосвязи показателей психологического здоровья, стресса и переживания в деятельности педагогов и студентов педагогического вуза (на примере студентов ПГГПУ). Целью настоящего исследования является выявление и анализ особенностей переживания стресса и характеристик психологического здоровья учителей в сравнении со студентами. В исследовании приняли участие 99 человек, из них 47 студентов и 52 педагога, работающих в общеобразовательных школах г. Перми и Пермского края. Значимых различий по показателям психической напряженности (стресса) и психологического здоровья между группами студентов и педагогов выявлено не было. Студенты характеризуются более высокими значениями показателя «Пустота» как переживания в деятельности, что можно объяснять недостаточно сформированной профессиональной позицией. Для обеих групп испытуемых характерны значимые положительные корреляции компонентов психологического здоровья (эмоциональное, психологическое и социальное благополучие) с переживаниями удовольствия и смысла в деятельности, а также отрицательные корреляции указанных переменных с психической напряженностью. Установлено, что структура взаимосвязей изучаемых показателей у учителей и студентов педагогического вуза различается. В группе студентов наблюдается отсутствие взаимосвязи переживания усилия с удовольствием и смыслом. У педагогических работников усилие отрицательно коррелирует со смыслом и удовольствием. В обоих случаях можно говорить о несоответствии переживаний в деятельности студентов и педагогов оптимальному «потокowому» состоянию, описанному в работах Дж. Накамуры, М. Чиксентмихайи и Д.А. Леонтьева. Полученные результаты указывают на актуальность психолого-педагогической поддержки студентов как будущих педагогов для обеспечения их психологического здоровья и формирования субъектной профессиональной позиции.

Ключевые слова: психологическое здоровье, стресс, психическая напряженность, переживание в деятельности, студенты, педагоги

Для цитирования: Скорынин А.А. Психологическое здоровье, стресс и особенности переживания в деятельности у студентов педагогического вуза и учителей общеобразовательных школ // Вестник Пермского государствен-

ного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 69–80. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-69-80

PSYCHOLOGICAL HEALTH, STRESS, AND EXPERIENCE CHARACTERISTICS IN THE ACTIVITIES OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY AND TEACHERS OF SECONDARY SCHOOLS

Andrey A. Skorynin

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. This article examines the relationship between psychological health indicators, stress, and emotional distress in the work of teachers and students at a pedagogical university. The aim of this study is to identify and analyze the characteristics of stress and psychological health in teachers compared to students. 99 people participated in the study, including 47 students and 52 teachers working in comprehensive schools in Perm and the Perm Region. No significant differences in mental stress and psychological health were found between the student and teacher groups. Students demonstrated higher values for the "Emptiness" indicator as an experience in their work, which can be explained by an insufficiently developed professional position. Both groups of subjects demonstrated significant positive correlations between psychological health components (emotional, psychological, and social well-being) and experiences of pleasure and meaning in work, as well as negative correlations between these variables and mental stress. It was established that the structure of the relationships between the studied indicators differed for teachers and students at a pedagogical university. In the student group, there was no correlation between the experience of effort and enjoyment and meaning. Among the teaching staff, effort was negatively correlated with meaning and enjoyment. In both cases, there is a discrepancy between the students' and teachers' experiences and the optimal "flow" state described in the works of J. Nakamura, M. Csikszentmihalyi, and D.A. Leontiev. The obtained results indicate the importance of psychological and pedagogical support for students as future teachers to maintain their psychological health and develop their professional subjectivity.

Keywords: psychological health, stress, mental tension, experience in activity, students, teachers

For citation: Skorynin A.A. Psychological health, stress, and experience characteristics in the activities of students of Pedagogical university and teachers of Secondary schools // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 69–80. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-69-80

Актуальность

Психологическое здоровье личности – одна из актуальных тем исследования в современной психологической науке. Изучением психологического здоровья и различных его аспектов занимались М. Аргайл, Н. Брэдберн,



Э. Динер, И.А. Джидарьян, И.В. Дубровина, О.А. Идобаева, Л.В. Куликов, Д.А. Леонтьев, К. Рифф, М. Селигман и др. Следует отметить, что в отечественной психологии понятия «психическое здоровье» и «психологическое здоровье» не являются тождественными. По И.В. Дубровиной, психологическое здоровье представляет собой совокупность личностных характеристик, которые выступают предпосылками высокой стрессоустойчивости, успешной социальной адаптации и самореализации. Психическое здоровье проявляется прежде всего в особенностях когнитивной и эмоциональной сферы, а именно в адекватности восприятия окружающей реальности и соответственно, в адекватности эмоционального отношения к событиям и явлениям окружающего мира [5, с. 18].

О.В. Хухлаева определяет психологическое здоровье как динамическую совокупность психических особенностей человека, обеспечивающих согласованность между потребностями индивида и общества [19, с. 34]. Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком (независимо от пола, возраста, национальности, профессии и т.д.) своих возрастных, социальных и культурных ролей, а с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Поскольку человек является социальным существом, его психологическое здоровье находится в тесной зависимости от особенностей его взаимодействия с социумом. Как отмечает Н.В. Басалаева, психологическое здоровье представляет собой условие, и в то же время результат социально-психологической адаптации личности [2].

Особую актуальность проблема психологического здоровья и благополучия приобретает для сферы образования. Согласно Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года, основной целью деятельности психолого-педагогических служб образовательных организаций является обеспечение психологического здоровья и благополучия всех участников образовательных отношений [7]. Педагогическая профессия относится к категории профессий, особенно уязвимых перед стрессом, поскольку учителю приходится решать разнообразные профессиональные задачи в условиях недостатка времени и информации, постоянного открытого контакта с людьми (обучающимися и их родителями, коллегами, администрацией школы), предполагающего значительные эмоциональные и энергетические затраты [3]. В современных условиях деятельность педагога предъявляет высокие требования к его стрессоустойчивости и адаптивности, с учетом быстро меняющихся условий образовательной среды, повышения документационной нагрузки, необходимостью освоения информационных технологий и их внедрения в образовательный процесс [10]. Результаты исследований свидетельствуют, что психологическое здоровье педагогов отражает их личностные ресурсы, необходимые для преодоления стресса в профессиональной деятельности и профилактики развития синдрома эмоционального выгорания [4, 13, 18].

Определенное влияние на психологическое здоровье педагога оказывает его возраст и профессиональный стаж. Максимальный уровень профессионального стресса и наиболее ярко выраженные симптомы эмоционального

выгорания, вплоть до психосоматики, проявляются у педагогов в возрасте до 40 лет. Также к своеобразной «группе риска» можно отнести и педагогов с большим стажем, в возрасте старше 55 лет, у которых более выражен симптом истощения [15]. Как отмечает А.П. Авдеева, в условиях дистанционной работы наименее благоприятное эмоциональное состояние наблюдалось у преподавателей вузов в возрасте 45–55 лет. Педагогам данной возрастной группы присущи наиболее высокие показатели психической напряженности и чувствительности, они более подвержены стрессам, по сравнению с молодыми и более возрастными коллегами [16, с. 121]. По данным С.Е. Покровской и П.С. Суравьевой, в наибольшей степени синдром профессионального выгорания выражен у учителей общеобразовательных школ со стажем работы от 11 до 15 лет [14].

В связи с этим важно отметить, что навыки сохранения психологического здоровья, профилактики профессионального стресса и выгорания должны формироваться у будущих педагогов еще в период обучения в вузе. В ряде исследований показано, что многие студенты – будущие педагоги нуждаются в поддержке и сопровождении со стороны психологической службы вуза. Так, по результатам исследований Н.О. Амосовой, около 30 % студентов-педагогов 1–2 курса имели уровень психологического здоровья ниже среднего [1]. Ю.И. Родин, Д.С. Метелкина и А.В. Мишина отмечают, что высокие физические и умственные нагрузки студентов сопряжены с требованием самостоятельности и способностью принимать решения в условиях учебной деятельности вуза, высокой требовательностью преподавателей, недостаточным вниманием молодых людей к своему здоровью и образу жизни. Примерно у 20 % студентов выявлен неблагоприятный уровень самочувствия, активности и настроения, а также низкий уровень стрессоустойчивости [17, с. 93].

Метод

Целью настоящего исследования является выявление и анализ особенностей переживания стресса и характеристик психологического здоровья педагогов в сравнении со студентами, обучающимися в педагогическом вузе. В исследовании на добровольной основе приняли участие 99 человек, из них:

– 47 студентов 3–4 курсов различных факультетов ПГТПУ, имевшие опыт прохождения педагогической практики в образовательных организациях, являвшиеся слушателями элективного курса «Ресурсное состояние и эффективные модели поведения современного учителя» (7 юношей и 40 девушек, средний возраст 20,4 года);

– 52 педагога общеобразовательных школ г. Перми и Пермского края (7 мужчин и 45 женщин, средний возраст 41,8 года), проходивших обучение в рамках повышения квалификации на базе Института дополнительного образования ПГТПУ.

Были использованы следующие психодиагностические методики:

1) шкала психологического стресса PSM-25 R. Tessier, L. Lemyre, L. Fillion в адаптации Н.Е. Водопьяновой [4];

2) методика «Спектр психологического здоровья» К. Keyes, в адаптации Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева [12];



3) методика «Диагностика переживания в деятельности» Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева [11].

Исследование проводилось в апреле-мае 2025 года с использованием многофункциональной онлайн-платформы «Online Test Pad». Математико-статистическая обработка результатов исследования проводилась с помощью пакета статистических программ Jamovi 2.3.28.

Проверка нормальности распределения, проведенная с использованием статистического W -критерия Шапиро – Уилка, показала, что гипотеза о нормальности распределения подтверждается в отношении только одной переменной – показатель психической напряженности (стресса) по методике PSM-25 ($W = 0,979$, $p = 0,109$). Для остальных переменных гипотеза о нормальности распределения не подтвердилась. Таким образом, для дальнейшей математической обработки применялись непараметрические статистические методы.

Результаты исследования и их обсуждение

Вначале были проанализированы различия между студентами и педагогами по изучаемым показателям стресса и психологического здоровья (с использованием непараметрического U -критерия Манна – Уитни). Результаты сравнительного анализа приведены в табл. 1.

Таблица 1

Уровень стресса (показатель психической напряженности) и показатели психологического здоровья студентов и педагогов

Изучаемые переменные	Средние значения		U	p
	Студенты ($n = 47$)	Педагоги ($n = 52$)		
Стресс (показатель психической напряженности)	95,8	90,7	1094	0,372
Смысл	14,3	14,8	1087	0,339
Пустота	7,0	6,0	933	0,041
Усилие	11,9	11,3	1086	0,340
Удовольствие	12,9	13,3	1065	0,268
Общий уровень психологического здоровья	46,5	47,1	1202	0,888
Психологическое благополучие	20,6	20,4	1111	0,439
Эмоциональное благополучие	10,8	10,7	1135	0,539
Социальное благополучие	15,1	16,0	1060	0,256

Сравнение исследуемых групп студентов и педагогов по выраженности показателя психической напряженности (ППН) позволило сделать вывод о том, что значимых различий в интенсивности переживания стресса не выявлено. Значения ППН студентов и педагогов находятся в пределах нормы (95,8 для студентов и 90 для педагогов; $U = 1094$, $p = 0,372$), что отражает в целом благоприятное психическое состояние участников исследования и их хорошую адаптивность к повседневным нагрузкам в учебной или профессиональной деятельности.

Выявлены значимые различия между выборками студентов и педагогов по показателю «Пустота» ($U = 933$, $p = 0,041$). Феномен «пустоты» М. Чиксентмихайи описывает как «психическую энтропию», ощущение себя как объекта самопроизвольных и неконтролируемых процессов [22, с. 178]. Можно говорить о том, что студенты в большей степени, чем педагоги, склонны к переживанию неудовлетворенности собой и своей деятельностью. По данным Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева, переживания удовольствия, усилия и смысла, а также отсутствие переживания пустоты коррелируют с показателями эмоционального благополучия и самооценкой эффективности своей деятельности [11, с. 45].

На наш взгляд, выявленные различия объясняются разницей в профессиональном опыте и недостаточно сформированной субъектной профессиональной позицией у студентов. В работах О.В. Щербаковой профессионально-субъектная позиция будущего педагога определяется как интегративная система осознанных отношений личности к себе, профессиональной деятельности и к другим субъектам образовательного процесса, основанная на совокупности знаний, умений, практического опыта и проявляющаяся в профессиональном поведении [20]. Осознание себя как субъекта своей профессиональной деятельности, способного эффективно решать поставленные задачи, приходит с накоплением опыта работы. Можно полагать, что субъектная профессиональная позиция студентов только начинает формироваться, отсюда нестабильность оценки себя как будущего педагога и переживание неудовлетворенности собой.

В то же время значимых различий по показателям психологического здоровья (методика МНС) между студентами и педагогами выявлено не было. Таким образом, и педагоги, и студенты, несмотря на различия в возрасте и стаже профессиональной деятельности, обнаруживают примерно равный уровень выраженности показателей, отражающих психологическое здоровье личности (психологическое, эмоциональное и социальное благополучие). Значения всех указанных переменных находятся на среднем уровне, что отражает оптимальное функционирование человека и свидетельствует о благоприятной социально-психологической адаптации. Вероятно, различия в сфере психологического здоровья студентов и педагогов не количественные, а качественные – для каждого возрастного периода может быть характерно свое понимание психологического здоровья, свои ценности и смыслы, наполняющие жизнь человека и направляющие его активность [8, с. 110].

Для изучения взаимосвязей изучаемых переменных был использован ранговый корреляционный анализ по Ч. Спирмену. Результаты корреляционного анализа в группе студентов приведены в табл. 2.

Таблица 2

**Анализ взаимосвязей показателей стресса, переживания
в деятельности и психологического здоровья в группе студентов ($n = 47$)**

	ППН	Смысл	Пустота	Усилие	Удовол.	ПБ	ОППЗ	ЭБ	СБ
ППН	—								
Смысл	–0,135	—							
Пустота	0,280	–0,439**	—						



Окончание табл. 2

	ППН	Смысл	Пустота	Усилие	Удовол.	ПБ	ОППЗ	ЭБ	СБ
Усилие	0,279	–0,029	0,279	—					
Удовол.	–0,086	0,765***	–0,425**	0,027	—				
ПБ	–0,441**	0,396**	–0,478***	–0,021	0,363*	—			
ОППЗ	–0,456**	0,418**	–0,427**	0,014	0,479***	0,878***	—		
ЭБ	–0,349*	0,392**	–0,281	0,021	0,518***	0,589***	0,751***	—	
СБ	–0,422**	0,330*	–0,357*	–0,016	0,406**	0,653***	0,898***	0,563***	—

Примечание. ППН – показатель психической напряженности по методике «Шкала психологического стресса» PSM-25; Удовол. – удовольствие; ПБ – психологическое благополучие; ОППЗ – общий показатель психологического здоровья; ЭБ – эмоциональное благополучие; СБ – социальное благополучие; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Результаты корреляционного анализа свидетельствуют о том, что в группе студентов взаимосвязи между психической напряженностью и показателями переживания в деятельности (смысл, усилие, удовольствие, пустота) не являются значимыми. В то же время психическая напряженность отрицательно коррелирует со всеми компонентами психологического здоровья, что на наш взгляд закономерно. Выявлены положительные значимые взаимосвязи компонентов психологического здоровья с показателями смысла и удовольствия как переживаний в деятельности, показатель пустоты отрицательно коррелирует с психологическим здоровьем. При этом не обнаружено значимых взаимосвязей переживания усилия с эмоциональным, психологическим и социальным благополучием, а также с пустотой и смыслом.

Для сравнения обратимся к результатам корреляционного анализа изучаемых переменных в группе педагогов (табл. 3).

Таблица 3

**Анализ взаимосвязей показателей стресса, переживания
в деятельности и психологического здоровья в группе педагогов ($n = 52$)**

	ППН	Смысл	Пустота	Усилие	Удовол.	ПБ	ОППЗ	ЭБ
ППН	—							
Смысл	–0,587***	—						
Пустота	0,459***	–0,568***	—					
Усилие	0,573***	–0,462***	0,440**	—				
Удовол.	–0,560***	0,773***	–0,625***	–0,346*	—			
ПБ	–0,597***	0,563***	–0,552***	–0,430**	0,610***	—		
ОППЗ	–0,736***	0,658***	–0,578***	–0,424**	0,636***	0,890***	—	
ЭБ	–0,716***	0,665***	–0,584***	–0,484***	0,627***	0,717***	0,893***	—
СБ	–0,685***	0,594***	–0,486***	–0,336*	0,550***	0,681***	0,911***	0,814***

Примечание. ППН – показатель психической напряженности по методике «Шкала психологического стресса» PSM-25; Удовол. – удовольствие; ПБ – психологическое благополучие; ОППЗ – общий показатель психологического здоровья; ЭБ – эмоциональное благополучие; СБ – социальное благополучие; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Показатель психической напряженности, отражающий уровень стресса педагогов, отрицательно коррелирует со всеми компонентами психологического здоровья и показателем смысла, при этом наблюдается положительная корреляция стресса с усилием и пустотой. Все компоненты психологического здоровья по методике МНС имеют отрицательные корреляции с пустотой и усилием, и положительно коррелируют со смыслом и удовольствием.

В целом, при сопоставлении результатов анализа взаимосвязей изучаемых переменных в группах студентов и педагогов следует подчеркнуть выявленные различия. Как было отмечено ранее, стресс в деятельности педагогов тесно связан с переживаниями в деятельности усилия и пустоты, причем данные переживания значимо и положительно коррелируют между собой. Следует обратить внимание, что показатель удовольствия отрицательно коррелирует с усилием. Переживания усилия, по Е.Н. Осину и Д.А. Леонтьеву, указывает на степень контролируемости и результативности деятельности, а удовольствие – на вовлеченность в процесс деятельности [11]. Сочетание усилия с удовольствием и смыслом приводит к переживанию увлеченности своей деятельностью, что можно охарактеризовать как оптимальное «потокное состояние», описанное в работах М. Чиксентмихайи и Дж. Накамуры [21, 23]. Полученные нами данные говорят о том, что у педагогов стремление к результату в деятельности связано со значительным напряжением, стрессом и в большей степени с негативными переживаниями.

На рисунке отражены выявленные нами взаимосвязи компонентов переживания в деятельности, характерные для педагогов и студентов. Для сравнения приводится структура оптимального переживания, в соответствии с представлениями Д.А. Леонтьева и К.Г. Клейна [9, с. 112].

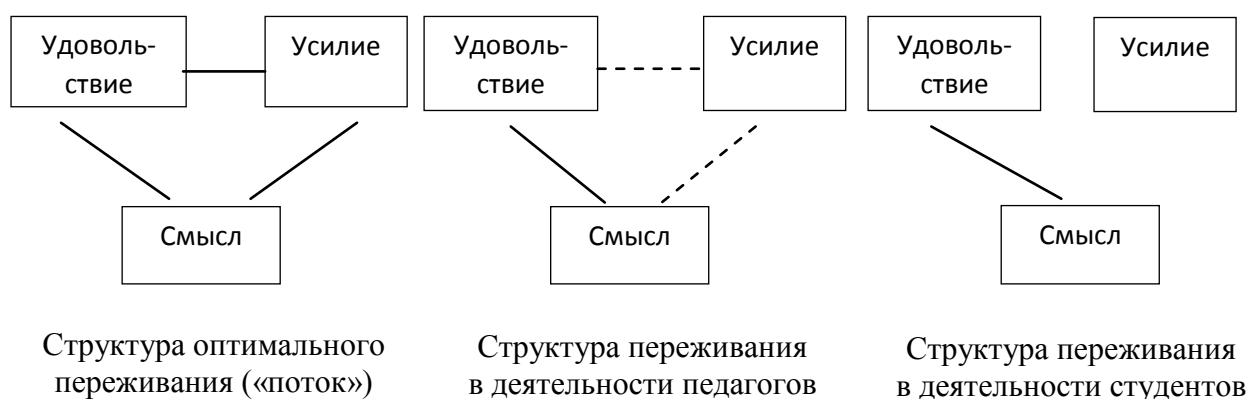


Рис. Взаимосвязи компонентов оптимального переживания в деятельности у студентов и педагогов (в сравнении со структурой «потокного состояния»)

В группе студентов, как было отмечено ранее, усилие не имеет значимых корреляций с удовольствием, смыслом, пустотой и компонентами психологического здоровья. Таким образом, у студентов переживание в деятельности также не соответствует оптимальному «потокному» состоянию. Следует отметить, что как у студентов, так и у педагогов наблюдается положительная корреляция



между удовольствием и смыслом, что может указывать на наличие устойчивой внутренней мотивации к педагогической деятельности [6, с. 235]. Однако у студентов стремление к результату в деятельности, т.е. переживание усилия, в меньшей степени связано со стрессовым состоянием, по сравнению с педагогами, что можно объяснить спецификой учебно-практической деятельности студентов.

Выводы

1. В ходе исследования не было установлено количественных различий между студентами и педагогическими работниками по выраженности показателя психической напряженности (уровень стресса) и компонентов психологического здоровья. Значения всех изучаемых переменных находятся в пределах средних значений, что говорит о благоприятном психическом состоянии участников исследования.

2. Выявлены значимые различия между группами испытуемых по показателю «Пустота», отражающему затруднения в понимании смысла своей деятельности, неудовлетворенность ее процессом и результатом. Студенты в большей степени, чем педагоги, склонны к переживанию пустоты в своей деятельности, что может быть связано с недостаточной выраженностью субъектной профессиональной позиции (которая находится в стадии формирования).

3. В группах педагогов и студентов выявлены стабильные и вариативные взаимосвязи изучаемых переменных. Для обеих групп испытуемых характерны устойчивые положительные взаимосвязи компонентов психологического здоровья (эмоциональное, психологическое и социальное благополучие) с переживаниями удовольствия и смысла в деятельности, а также отрицательные корреляции указанных переменных с психической напряженностью. Обнаружены различия во взаимосвязи переживаний в деятельности студентов и педагогов: для студентов характерно отсутствие связи усилия с удовольствием и смыслом. У педагогических работников усилие отрицательно коррелирует со смыслом и удовольствием, что может указывать на стремление к результату в своей деятельности при недостаточной вовлеченности в ее процесс (что можно охарактеризовать как желание добиться результата «любой ценой»). В обоих случаях можно говорить о том, что данные взаимосвязи не соответствуют структуре оптимального переживания, предложенной в работах М. Чиксентмихайи и Д.А. Леонтьева, а следовательно, создают определенный риск для психологического здоровья и благополучия как студентов, так и педагогов.

Полученные результаты в целом указывают на важность психологического сопровождения не только педагогов, но и студентов в процессе их учебно-профессиональной деятельности в условиях педагогического вуза. Психологическое сопровождение студентов и начинающих педагогов должно включать в себя, с одной стороны, развитие навыков саморегуляции и управления своим психическим состоянием для профилактики стрессовых состояний, а с другой – формирование субъектной профессиональной позиции будущего педагога, как одной из важных основ психологического здоровья и профессионального саморазвития.

Список литературы

1. Амосова Н.О. Психологическое здоровье студентов-педагогов и его профессиональная значимость [Электронный ресурс] // СПЖ. – 2012. – № 44. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-zdorovie-studentov-pedagogov-i-ego-professionalnaya-znachimost> (дата обращения: 18.10.2025).
2. Басалаева Н.В. Психологическое здоровье как критерий адаптации студентов к обучению в вузе [Электронный ресурс] // Концепт : науч.-метод. электрон. журн. – 2013. – Т. 3. – С. 1126–1130. – URL: <http://e-koncept.ru/2013/53228.htm> (дата обращения: 17.08.2024).
3. Васильченко М.В., Желдоченко Л.Д. Феномен профессионального стресса в педагогической деятельности [Электронный ресурс] // Мир науки : интернет-журнал. – 2017. – Т. 5, № 6. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/43PSMN617.pdf> (доступ свободный).
4. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
5. Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 3. – С. 17–21.
6. Казакова Л.П., Кошель В.А. К вопросу о типологии студентов, характеризующихся различиями переживаний в учебной деятельности в условиях дистанционного обучения // Человеческий капитал. – 2023. – №4 (172). – С. 230–244.
7. Концепция развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года [Электронный ресурс] : утв. М-вом просвещения РФ 18.06.2024 г. № СК-13/07вн. – URL: <https://legalacts.ru/doc/kontseptsija-razvitija-sistemy-psikhologo-pedagogicheskoi-pomoshchi-v-sfere-obshchego-obrazovaniya>
8. Кулик А.А., Наумова В.А. Взаимосвязь психологического благополучия и личностных ресурсов на разных возрастных этапах // Человеческий капитал. – 2021. – № 6 (150). – С. 103–113. – DOI: 10.25629/НС.2021.06.11
9. Леонтьев Д.А., Клейн К.Г. Качество мотивации и качество переживаний как характеристики учебной деятельности [Электронный ресурс] // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2018. – № 4. – С. 106–119. – URL: <https://msupsyj.ru/articles/detail.php?article=7660> (дата обращения: 19.10.2025).
10. Мишина М.М., Воробьева К.А. Эмоциональное выгорание педагогов в условиях модернизации образовательной среды [Электронный ресурс] // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – 2020. – № 3 (44). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-pedagogov-v-usloviyah-modernizatsii-obrazovatelnoy-sredy> (дата обращения: 17.10.2025).
11. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Диагностика переживаний в профессиональной деятельности: валидизация методики // Организационная психология. – 2017. – Т.7, № 2. – С. 30–51.
12. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнитель-



ный анализ [Электронный ресурс] // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 117–142. – URL: <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.

13. Пазухина С.В. Психолого-социальные причины профессионально-личностного выгорания современного школьного педагога [Электронный ресурс] // Концепт : науч.-метод. электрон. журн. – 2022. – № 12. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-sotsialnye-prichiny-professionalno-lichnostnogo-vygoraniya-sovremennogo-shkolnogo-pedagoga> (дата обращения: 15.10.2025).

14. Покровская С.Е., Суравьева П.С. Синдром эмоционального выгорания педагогов с разным стажем профессиональной деятельности [Электронный ресурс] // Новая психология профессионального труда педагога: от нестабильной реальности к устойчивому развитию. – 2021. – № 1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-pedagogov-s-raznym-stazhem-professionalnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 10.10.2025).

15. Проничева М.М. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов (возрастной аспект) [Электронный ресурс] // Мир науки : интернет-журнал. – 2018. – № 6. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/126PSMN618.pdf> (доступ свободный).

16. Психологическое благополучие преподавателей вуза при пандемии / А.П. Авдеева, А.К. Журавлев, Ю.В. Нечушкин и др. // Современные наукоемкие технологии. – 2021. – № 4. – С. 117–123. – DOI 10.17513/snt.38625

17. Родин Ю.И., Метелкина Д.С., Мишина А.В. Психологическое здоровье студентов младших курсов педагогического вуза // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2018. – Т. 7, № 2А. – С. 90–96.

18. Хадарцев А.А., Токарев А.Р., Трефилова И.Л. Профессиональный стресс у преподавателей (обзор литературы) [Электронный ресурс] // ВНМТ. – 2019. – № 4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnyy-stress-u-prepodavateley-obzor-literatury> (дата обращения: 16.10.2025).

19. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я. Как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – 8-е изд., испр. – М. : Генезис, 2017. – 176 с.

20. Щербак О.В. Формирование профессионально-субъектной позиции будущих педагогов в условиях гуманитарного колледжа : дис. ... канд. пед. наук. – Екатеринбург : УрФУ, 2017. – 250 с.

21. Csikszentmihalyi M. Flow and the Foundations of Positive Psychology // The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi. – New York ; London : Springer, 2014. – 313 p. – DOI:10.1007/978-94-017-9088-8

22. Csikszentmihalyi M., Nakamura J. Effortless attention in everyday life: A systematic phenomenology // Effortless Attention: A New Perspective on Attention and Action / B.B. Bruya (Ed.). – Cambridge, MA : MIT Press, 2010. – P. 179–190.

23. Nakamura J., Roberts S. The Hypo-egoic Component of Flow // The Oxford Handbook of Hypo-egoic Phenomena / Eds. K.W. Brown, M.R. Leary. – 2nd ed. – Oxford : Oxford University Press, 2017. – P. 133–146. – DOI:10.1093/oxfordhnb/9780199328079.013.9



Сведения об авторе

А.А. Скорынин – старший преподаватель кафедры практической психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, skorynin_aa@pspu.ru).

Information about the author

A.A. Skorynin – Senior Lecturer at the Department of Practical Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, skorynin_aa@pspu.ru).



УДК 355.252:159.98

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-81-95

СВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И НЕВРОТИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ НА ГРАНИЦЕ И ВНЕ ЗОНЫ СВО

Татьяна Михайловна Харламова, Анастасия Андреевна Климова

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Представлены результаты эмпирического исследования связи эмоционального выгорания и невротических симптомов у педагогов, работающих на границе и вне зоны специальной военной операции (36 и 46 испытуемых соответственно). Всего 82 педагога средних общеобразовательных школ. В исследовательских целях были применены следующие методики: «Опросник эмоционального выгорания» К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой, «Клинический опросник невротических состояний» К.К. Яхина и Д.А. Менделевича, «Шкала удовлетворенности жизнью» (Satisfaction With Life Scale, SWLS) в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева. Установлено, что у педагогов, работающих на границе с зоной СВО, менее выражена склонность к негативному самовосприятию, в том числе в профессиональной сфере, чем у педагогов, работающих вне зоны СВО и негативно оценивающих свою профессиональную компетентность. Показано также, что педагогам, работающим на границе с зоной СВО, свойственна подверженность возникновению обсессивно-фобических нарушений, невротической депрессии и расстройствам вегетативной нервной системы. В то же время респонденты данной группы менее склонны к астении, проявляющейся в неусидчивости, снижении самообладания и нетерпеливости. Соответственно, для педагогов, работающих вне зоны СВО, характерен истерический тип реагирования и более сильное проявление невротических состояний, что может проявляться в излишней драматизации различных аспектов профессиональной деятельности. Вместе с тем для данных респондентов не характерны нарушения вегетативной нервной системы, навязчивые страхи и фобии. Различия между исследуемыми выборками обнаружены и по системообразующим показателям: в группе педагогов, работающих на границе с СВО, наибольшее количество корреляций имеет «эмоциональное истощение», а в группе педагогов, работающих вне зоны СВО, – «деперсонализация», «вегетативные нарушения», «тревога», «истерический тип реагирования». Результаты исследования могут быть полезны специалистам в области педагогической и дифференциальной психологии.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, невротические состояния, удовлетворенность жизнью, педагоги, специальная военная операция (СВО).

Для цитирования: Харламова Т.М., Климова А.А. Связь эмоционально-го выгорания и невротических состояний у педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 81–95. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-81-95

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL BURNOUT AND NEUROTIC STATES IN TEACHERS WORKING AT VERSUS OUTSIDE THE BORDER AREA OF THE SPECIAL MILITARY OPERATION

Tatiana M. Kharlamova, Anastasiya A. Klimova

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. This paper presents the results of an empirical study on the relationship between emotional burnout and neurotic symptoms among teachers working at versus outside the border area of the Special Military Operation (36 and 46 participants, respectively). A total of 82 secondary school teachers took part in the study. The following research methods were used: the Maslach Burnout Inventory (C. Maslach & S. Jackson) adapted by N.E. Vodopyanova and E.S. Starchenkova; the Clinical Questionnaire for Neurotic States (K.K. Yakhin & D.A. Mendelevich); and the Satisfaction With Life Scale (SWLS) adapted by E.N. Osin & D.A. Leontiev. Findings reveal that teachers working at the border of the Special Military Operation show a lower tendency toward negative self-perception, including in the professional sphere, compared to teachers working outside the area of the Special Military Operation, who tend to negatively assess their own professional competence. Teachers from the border region are more prone to obsessive-phobic disorders, neurotic depression, and disorders of the autonomic nervous system. At the same time, they are less inclined to asthenia, which manifests as restlessness, decreased self-control, and impatience. In contrast, teachers working outside the area of the Special Military Operation are characterized by a hysterical type of response and stronger manifestations of neurotic states, which may be expressed in excessive dramatization of various aspects of professional activity. However, they are not prone to autonomic nervous system disorders, obsessive fears, or phobias. Differences between the two groups were also identified in their system-forming indicators: in the group of teachers working at the border, most correlations involved emotional exhaustion, whereas in the teachers working outside the Special Military Operation area, the key indicators were depersonalization, autonomic disorders, anxiety, and hysterical response type. The findings of this study may be of value to specialists in the fields of pedagogical and differential psychology.

Keywords: emotional burnout, neurotic states, life satisfaction, teachers, Special Military Operation (SMO)

For citation: Kharlamova T.M., Klimova A.A. The relationship between emotional burnout and neurotic states in teachers working at versus outside the border area of the Special Military Operation // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 81–95. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-81-95



Актуальным маркером современных психологических исследований по праву можно считать интерес к проблеме эмоционального состояния участников и ветеранов специальной военной операции, а также их семей (Т.А. Горина (2024); Т.А. Кононова, В.И. Малюта [6]; А.В. Носов, Д.А. Носова (2024); О.А. Ульянина с соавт. [17]; И.Н. Хожалова (2024); Д.В. Дейнека (2025); Н.А. Руднова с соавт. [14]; Д.А. Хабибулин с соавт. (2025) и др.). Значительно реже в фокусе внимания психологов оказываются те специалисты, что живут и работают на границе и в зоне СВО. В исследовании Ж.Г. Ляховой с соавторами и справедливо отмечается, что представители «неэкстремальных» профессий также длительное время испытывают на себе «воздействие специфических факторов, которые могут стимулировать возникновение негативных эмоциональных состояний» [8, с. 144]. По мнению Т.А. Нестика, военные конфликты в целом влияют на психологическое состояние общества «снижая веру в осмысленность и доброжелательность мира и повышая потребность в их восстановлении». Автор утверждает необходимость дальнейшего исследования данной проблемы с целью определить «механизмы, поддерживающие ... веру личности и группы в многовариантность будущего» [11, с. 10]. В нашей работе мы попытались дополнить существующее знание новыми фактами с акцентом на изучение связи эмоционального выгорания и невротических состояний у педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО.

Исторически понятие «выгорание» было введено Г. Фрейденбергером в 1970-х годах для описания психологического состояния здоровых людей, которые находятся в тесном контакте с клиентами (пациентами) в атмосфере с повышенным эмоциональным фоном во время предоставления профессиональной помощи, хотя первые упоминания термина встречаются еще в работах Г. Брэдли (1969). Наиболее характерными симптомами данного состояния являются раздражительность, эмоциональное истощение и усталость [1]. В отечественной психологии наблюдаются различные варианты перевода английского понятия «burnout»: «эмоциональное выгорание» (В.В. Бойко), «психическое выгорание» (Н.Е. Водопьянова), «профессиональное выгорание» (Т.Н. Ронгинская). Отдельно стоит отметить и труды Б.Г. Ананьева, который еще в 1968 году использовал схожее понятие «сгорание», чтобы обозначить его отрицательное воздействие на специалистов, работающих в сфере «человек-человек» [7]. Но независимо от различий в подходах к обозначению синдрома выгорания, исследователи сошлись во мнении, что данный феномен имеет сложную структуру. Наиболее известной в современной психологии стала трехфакторная модель К. Маслач и С. Джексона (1986), включающая в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений [15].

Невротические состояния, которые возникают на фоне постоянного профессионального стресса, представляют собой психические расстройства, характеризующиеся нервным напряжением, ухудшением сна, бодрствования и снижением активности. Термин «невроз» был введен У. Калленом в 1776 году, но свое развитие и современное понимание получил благодаря работам

З. Фрейда, И.П. Павлова и В.Н. Мясищева. Так, на основе учения Фрейда была сформулирована теория о психологических причинах неврозов. В работах Павлова обоснованы их физиологические детерминанты, что позволило отнести неврозы к психогенным болезням. Мясищев связал психогению с личностью человека, а также с травмирующей его ситуацией и неспособностью справиться с ней самостоятельно [10]. В современной научной литературе наиболее распространенным является объединение видов неврозов по их клиническим признакам: неврастения, невроз навязчивых состояний, истерия [5].

Педагогическая деятельность находится в зоне повышенного риска развития как эмоционального выгорания, так и невротических расстройств. Высокие эмоциональные нагрузки, интенсивное обучение новым технологиям и методам воспитания, меняющиеся правовые акты, аттестационные процедуры, необходимость постоянного взаимодействия с коллегами, учениками и их родителями – все перечисленное создает предпосылки для возникновения обозначенных состояний (Т.В. Ганина [3]; О.В. Гладышева с соавт. [4]; Д.А. Пименова [13, с. 79] и др.), а для группы педагогов, работающих на границе с зоной специальной военной операции, дополнительным травмирующим фактором является прямая угроза безопасности жизни и профессиональной деятельности (С.В. Сотников, С.М. Лютова [16]). Востребованность научных исследований по данной проблеме не вызывает сомнений, соответственно, целью нашей работы стало изучение связи эмоционального выгорания и невротических состояний у педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО, остающейся на сегодня вне фокуса внимания ученых.

Гипотезы исследования

1. Предполагается, что существуют различия в выраженности показателей эмоционального выгорания и симптомов невротических состояний в выборках педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО.
2. Предполагается, что будут обнаружены различия в характере взаимосвязей показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов в исследуемых выборках.

Процедура и методики исследования

Выборка

В эмпирическом исследовании приняли участие 36 педагогов, работающих на границе с зоной СВО (СОШ № 1 с. Дубовское Ростовской области) и 46 педагогов, работающих вне зоны СВО (СОШ № 136 г. Перми). Всего 82 респондента. Сбор первичных данных проводился с использованием метода тестирования, в индивидуальном порядке посредством Online test pad, с учетом принципа добровольного участия. Также респондентам была предложена анкета с вопросами о поле, возрасте и стаже педагогической деятельности.



Методики исследования

«Опросник эмоционального выгорания» К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой [2], позволяющий определить степень «выгорания» у специалистов коммуникативных профессий по трем критериям: эмоциональное истощение (шкала указывает на тяжесть эмоционального состояния, связанного с профессиональной деятельностью; высокий балл по этому показателю связан с подавленностью, безразличием, сильным утомлением и опустошенностью чувств), деперсонализация (шкала отражает характер взаимоотношений с коллегами и общее восприятие себя в контексте профессиональной деятельности; высокий балл по этой шкале указывает на черствое и формальное отношение к ученикам, а также на ощущение несправедливого отношения со стороны учеников), редукция личных достижений (шкала имеет обратный характер и определяет уровень обесценивания личных и профессиональных успехов; высокий балл по этой шкале связан с низкими показателями общего оптимизма, веры в свои силы и способности справляться с проблемами). Опросник состоит из 22 утверждений. Ответы формируются по 6-балльной шкале (никогда, очень редко, иногда, часто, очень часто, всегда). Обработка результатов диагностики проводится в соответствии с ключом.

«Клинический опросник невротических состояний» К.К. Яхина и Д.А. Менделевича [9], позволяющий определить и оценить ключевые аспекты невротических состояний по шести критериям: тревога (шкала характеризует внутреннее напряжение, вызванное ожиданием негативных событий), невротическая депрессия (шкала диагностирует сниженное, пессимистичное настроение, сопровождающееся вялостью и замедлением мыслительных процессов), астения (шкала выявляет снижение работоспособности, утомление, повышение чувствительности к раздражителям, неустойчивость внимания, вялость, общую слабость и эмоциональную нестабильность), истерический тип реагирования (шкала определяет наличие туннельного восприятия, избирательного внимания, иррациональности, демонстративности, повышенной эмоциональности и чувствительности), обсессивно-фобические нарушения (шкала выявляет навязчивые мысли, образы и действия), вегетативные нарушения (шкала указывает на наличие повышенной потливости, метеочувствительности, на головные боли, неприятные ощущения в разных частях тела, болезненные ощущения в области сердца, нарушение сна, аппетита и работы пищеварительной системы, сексуальные расстройства). Методика состоит из 68 вопросов, ответы на которые формируются по 5-балльной шкале (никогда не было, редко, иногда, часто, постоянно или всегда). При обработке результатов используются таблицы значений диагностических коэффициентов.

«Шкала удовлетворенности жизнью» (Satisfaction With Life Scale, SWLS) в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева [12], позволяющая определить субъективный уровень удовлетворенности жизнью, ее психологического

благополучия. Экспресс-опросник состоит из пяти утверждений, оцениваемых по 7-балльной шкале (от «совершенно не согласен» до «совершенно согласен»). При обработке данных полученные баллы суммируются, и определяется общий результат (минимальное количество баллов – 7, максимальное – 35).

Методы математической статистики

При обработке первичных эмпирических данных были применены следующие методы математической статистики: для проверки данных на соответствие закону нормального распределения – критерий Шапиро – Уилка; для выявления различий между исследуемыми выборками – трехфакторный дисперсионный анализ по критерию Фишера и Т-критерию Стьюдента в апостериорных сравнениях со скорректированным по Тьюки уровнем значимости; для выявления связей эмоционального выгорания и невротических симптомов у педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО – метод ранговой корреляции Спирмена. Расчет производился в программах Microsoft Excel и Jasp 0.18.3.

Описание результатов

Результаты проверки данных на соответствие закону нормального распределения

Проверка нормальности распределения данных с использованием критерия Шапиро-Уилка выявила как соответствие, так и отклонения от нормального распределения по различным психометрическим шкалам. Было установлено, что у семи шкал из десяти распределение в группах не соответствует нормальному. Следовательно, для трехфакторного дисперсионного анализа в качестве зависимых могут быть использованы только переменные «Редукция личных достижений», «Шкала вегетативных нарушений» и «Шкала удовлетворенности жизнью». Для корреляционного анализа будет применен непараметрический критерий Спирмена.

Результаты трехфакторного дисперсионного анализа

В дисперсионном анализе в качестве независимых переменных (факторов) были использованы следующие показатели:

1. «Территория» (с двумя уровнями: 1 – вне зоны СВО; 2 – на границе СВО).
2. «Возраст» (с двумя уровнями: 1 – высокий риск возрастного кризиса; 2 – низкий риск возрастного кризиса).
3. «Стаж» (с двумя уровнями: 1 – высокий риск кризиса стажа; 2 – низкий риск кризиса стажа).

В качестве зависимых переменных в дисперсионный анализ были включены показатели эмоционального выгорания (шкалы «Опросника эмоционального выгорания» К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой), невротических состояний (шкалы «Опросника невротических состояний» К.К. Яхина и Д.М. Менделевича) и удовлетворенности жизнью («Шкала удовлетворенности жизнью» в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева).



Оценка гомогенности дисперсий групп факторов позволила установить наличие однородности по шкалам «Редукция личных достижений», «Шкала вегетативных нарушений» и «Шкала удовлетворенности жизнью» (табл. 1).

Таблица 1

Оценка гомогенности по критерию Ливиня

Шкала	<i>F</i>	<i>p</i>
Редукция личных достижений	1,56	0,16
Шкала вегетативных нарушений	1,14	0,35
Шкала удовлетворенности жизнью	0,9	0,51

Таким образом, по результатам проверки нормальности распределения и оценки гомогенности групп было выявлено, что в качестве зависимых переменных для дисперсионного анализа могут быть использованы только три показателя – «Редукция личных достижений», «Шкала вегетативных нарушений» и «Шкала удовлетворенности жизнью». Проведенный далее трехфакторный дисперсионный анализ выявил статистически значимое влияние на шкалу «Редукция личных достижений» фактора «Территория» и взаимодействия факторов «Территория*Возраст» (табл. 2).

Таблица 2

Результаты трехфакторного дисперсионного анализа

Шкала	Случаи	Сумма квадратов	<i>df</i>	Средние квадраты	<i>F</i>	<i>p</i>
Редукция личных достижений	Территория	1925,12	1	1925,12	23,18	< ,001
	Территория*Возраст	386,66	1	386,66	4,66	0,03

Соответственно, далее проводим апостериорные сравнения по *t*-критерию Стьюдента для данных случаев (табл. 3).

Таблица 3

Апостериорные сравнения по *t*-критерию Стьюдента

Сравниваемые группы факторов		Разница средних	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i> _{tukey}
Вне зоны СВО	На границе с зоной СВО	9,91	2,05	4,83	< ,001
Вне зоны СВО и высокий риск возрастного кризиса	На границе с зоной СВО и высокий риск возрастного кризиса	6,86	3,07	2,23	0,12
	Вне зоны СВО и низкий риск возрастного кризиса	–2,94	2,82	–1,04	0,72
На границе с зоной СВО и высокий риск возрастного кризиса	На границе с зоной СВО и низкий риск возрастного кризиса	3,15	2,98	1,06	0,72
Вне зоны СВО и низкий риск возрастного кризиса	На границе с зоной СВО и низкий риск возрастного кризиса	12,96	2,72	4,77	< ,001

На основании проведенного дисперсионного анализа мы пришли к следующим выводам:

1. У педагогов, работающих на границе с зоной СВО, ниже склонность к редукции личных достижений, чем у педагогов, работающих удаленно от СВО.

2. У педагогов с низким риском возрастного кризиса и работающих вне зоны СВО, выше склонность к редукции личных достижений, чем у педагогов также с низким риском возрастного кризиса, но работающих на границе с СВО.

Таким образом, гипотеза о существовании различий в выраженности показателей эмоционального выгорания и невротических состояний в исследуемых выборках подтверждена лишь частично. Статистически значимые различия обнаружены только по показателю эмоционального выгорания «Редукция личных достижений».

Результаты корреляционного анализа

С целью изучения характера взаимосвязей между показателями эмоционального выгорания и невротических состояний данные тестируемых были подвергнуты процедуре корреляционного анализа по г-критерию Спирмена (табл. 4).

Таблица 4

Сравнение корреляционных связей показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов в выборках педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО

Связи показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов, характерные для выборки педагогов, работающих на границе с зоной СВО	Связи показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов, характерные для выборки педагогов, работающих вне зоны СВО
Редукция личных достижений – Шкала астении (–) Редукция личных достижений – Шкала удовлетворенности жизнью (–) Редукция личных достижений – Шкала невротической депрессии (–)	Редукция личных достижений – Шкала тревоги (+) Редукция личных достижений – Шкала истерического типа реагирования (+) Редукция личных достижений – Шкала обсессивно-фобических нарушений (+) Редукция личных достижений – Шкала невротической депрессии (+)
Эмоциональное истощение – Шкала обсессивно-фобических нарушений (+) Эмоциональное истощение – Шкала невротической депрессии (+) Эмоциональное истощение – Шкала вегетативных нарушений (+)	Деперсонализация – Шкала вегетативных нарушений (–) Деперсонализация – Шкала астении (–) Деперсонализация – Шкала обсессивно-фобических нарушений (–) Деперсонализация – Шкала удовлетворенности жизнью (–)
	Эмоциональное истощение – Шкала тревоги (–) Эмоциональное истощение – Шкала астении (–) Эмоциональное истощение – Шкала невротической депрессии (–) Эмоциональное истощение – Шкала вегетативных нарушений (–)

Связи показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов, характерные для выборок педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО
Деперсонализация – Шкала невротической депрессии (–)
Деперсонализация – Шкала тревоги (–)
Деперсонализация – Шкала истерического типа реагирования (–)
Эмоциональное истощение – Шкала истерического типа реагирования (+)

Примечание. (+) – прямая связь между переменными; (–) – обратная связь между переменными.

Для педагогов, которые работают на границе с зоной СВО, свойственны следующие связи исследуемых переменных:

1. Чем выше показатели шкалы «редукция личных достижений», тем ниже значения по шкалам «астения», «невротическая депрессия» и «удовлетворенности жизнью». В данном случае у педагогов можно наблюдать отсутствие уверенности в своей деятельности и способностях. Они более склонны к занижению собственных успехов, из-за чего может возникнуть ощущение недооцененности. В то же время эти сотрудники не испытывают чувства переутомляемости или нервно-психической слабости. Педагоги могут быть немного раздражительными и уставшими, но это не влияет на состояние их здоровья. Для сравнения, в выборке педагогов, работающих вне зоны СВО, все связи показателя «редукция личных достижений» прямые и четыре корреляции из пяти с другими переменными, что подтверждает их специфичность.

2. Чем выше значения по шкале «эмоциональное истощение», тем выше показатели следующих шкал: «невротическая депрессия», «вегетативные нарушения» и «обсессивно-фобические нарушения». Иными словами, педагог, работающий на границе с зоной СВО, постоянно испытывает стресс, что в конечном счете отражается на его физическом и психическом состояниях. Такой сотрудник чувствует себя унылым, беспомощным и опустошенным. Он почти постоянно ощущает беспокойство и страх, что приводит к вегетативным нарушениям, а также низкой удовлетворенности жизнью.

Для педагогов, которые работают вне зоны СВО, свойственны следующие особенности:

1. Чем более выражена «редукция личных достижений», тем выше показатели шкал «тревога», «истерический тип реагирования», «обсессивно-фобические нарушения» и «невротические депрессии».

Таким образом, можно говорить о том, что педагоги практически постоянно испытывают тревожность и страхи. Их эмоциональный фон крайне неустойчив, из-за чего возможны негативные эмоции по отношению к самому себе. Также возможны трудности в планировании деятельности и снижение работоспособности в целом. Для сравнения, в выборке педагогов, работающих на границе с СВО, все взаимосвязи исследуемого показателя обратные, что подтверждает наличие механизмов компенсации и специфику выявленных корреляций.

2. Чем выше уровень «деперсонализации», тем ниже значения по шкалам: «вегетативные нарушения», «астения», «обсессивно-фобические нарушения» и «удовлетворенности жизнью».

Иными словами, сотрудники могут ощущать, будто оторваны от окружения, или испытывать обособленность от собственного существования. Но, несмотря на негативное восприятие окружающего мира, они менее подвержены стрессу. Педагоги сохраняют виденье положительных сторон в любых ситуациях, а также успешно приспосабливаются к изменениям в профессиональной деятельности. Такие работники сохраняют стабильное психическое состояние и способны к преодолению трудностей.

3. Чем более выражено «эмоциональное истощение», тем ниже показатели по шкалам «тревога», «астения», «невротическая депрессия» и «вегетативные нарушения».

Полученные факты позволяют предположить, что у такого сотрудника ярко выражено снижение мотивации и отсутствие энергии, но при этом сохраняется оптимистичный настрой. Возможно, что педагог с такими результатами может испытывать определенные трудности при управлении стрессом, но, несмотря на это, сохранять способность к контролю своих эмоций. Для сравнения, в выборке педагогов, работающих на границе с СВО, все взаимосвязи показателя «эмоциональное истощение» прямые, что подтверждает их специфику.

Общими для обеих выборок являются 4 корреляции, что указывает на их стабильность и независимость от работы педагогов на границе или вне зоны СВО. Особенности данных связей позволяют утверждать следующее: чем выше у педагогов уровень деперсонализации, тем ниже уровень невротической депрессии, тревоги, истерического типа реагирования и чем выше уровень эмоционального истощения, тем выше уровень истерического типа реагирования. Таким образом, при выраженной профессиональной дезадаптации, проявляющейся в разрушении социальных контактов, дистанцировании от участников образовательного процесса, у педагогов понижаются апатия, внутреннее напряжение и потребность быть в центре внимания. Но при усилении эмоционального истощения, характеризующегося дефицитом личностных ресурсов, у педагогов актуализируются поверхностные, спонтанные реакции и потребность быть замеченными. Данные эффекты можно объяснить механизмами психологической защиты.

Интересными на наш взгляд являются отличия в системообразующих показателях. В выборке педагогов, работающих на границе с СВО, из шкал опросника К. Маслач и С. Джексона наибольшее количество корреляций имеет «эмоциональное истощение», а из шкал опросника К.К. Яхина и Д.М. Менделевича – «невротическая депрессия». Соответственно, в выборке педагогов, работающих вне зоны СВО, из шкал первого опросника наибольшее количество корреляций имеет «деперсонализация», а из шкал второго опросника – «невротическая депрессия», «вегетативные нарушения», «тревога», «истерический тип реагирования». Данные факты можно объяснить особенностями расположения образовательных учреждений, в которых работают педагоги (на границе и вне зоны СВО), а также ограничениями в процедуре обследования.



Исходя из результатов корреляционного анализа можно сделать вывод, что гипотеза о существовании различий в характере взаимосвязей показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов в исследуемых выборках подтверждена.

Интерпретация и обсуждение результатов исследования

Проведенное исследование выявило различия в психоэмоциональном состоянии педагогов в зависимости от их территориальной принадлежности к зоне специальной военной операции. Для педагогов, которые работают на границе с СВО, по сравнению с педагогами, работающими вне зоны СВО, характерно следующее:

- Менее выраженная склонность к редукции личных достижений, что может быть связано как с ощущением ценности своей деятельности, сохранением профессиональной мотивации, заинтересованности в работе (данный факт согласуется с утверждением Т.А. Нестика о повышении внутригрупповой солидарности в локальных группах в условиях военных конфликтов [11, с. 8]), так и с особенностями процедуры обследования – тестирование проходило во время отпуска педагогов с 20 июля по 1 сентября, что могло способствовать снижению физического напряжения и абстрагированию от стрессовых условий профессиональной деятельности.

- Более выраженная подверженность обсессивно-фобическим нарушениям, что может быть обусловлено событиями в зоне СВО. Повышенный уровень стресса и тревоги по поводу спецоперации может оказать влияние на психическое здоровье сотрудников и привести к развитию подобных нарушений.

- Высокая частотность подавленного настроения и депрессивного настроя на фоне эмоционального истощения, что может быть связано с постоянным переживанием стресса и усталости в сложно контролируемой внешней ситуации. Полученные данные также согласуются с утверждением Т.А. Нестика, что военные конфликты усиливают состояние «неопределенности и экзистенциальной угрозы» [11, с. 9].

- Большая подверженность расстройствам вегетативной нервной системы, что может быть вызвано напряжением из-за нестабильной социально-политической и экономической ситуации.

Кроме того, педагоги данной группы менее склонны к астении, которая проявляется в неусидчивости, снижении самообладания и нетерпеливости.

В свою очередь для педагогов, работающих удаленно от зоны СВО, по сравнению с педагогами, работающими на границе с СВО, характерно следующее:

- Более выраженная склонность негативно оценивать собственную деятельность, в том числе профессиональную компетентность.

- Высокая частотность ощущения недостатка энергии и переживания чувства тревоги.

- Более высокая требовательность к себе и окружающим на фоне негативного самовосприятия в профессиональной среде.

Следует также отметить, что педагогам, работающим вне зоны СВО, не свойственны навязчивые страхи и различные фобии. У них не обнаружены нарушения вегетативной системы, но выявлена склонность к истерическому типу реагирования и более сильным проявлениям невротических состояний, чем у педагогов, работающих на границе с СВО. Полученные результаты могут быть связаны с тем, что данная выборка проходила тестирование в период с 9 по 18 сентября, т.е. в начале учебного года, что повлияло на ответы. После длительного отдыха сотрудники сталкиваются с большим количеством работы (проведение уроков, подготовка к занятиям, отчетность для администрации и т.д.), из-за чего может возникнуть перегрузка нервной системы и, как следствие, истерический тип реагирования. По этой же причине педагоги, работающие вне зоны СВО, могут ощущать недостаток энергии.

Выводы

Основываясь на результатах исследования, можно подвести следующие итоги:

1. Проведенный сравнительный анализ степени выраженности показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов в выборках педагогов, работающих на границе и вне зоны СВО, позволил установить различия по шкале «редукция личных достижений». Менее выраженная склонность к негативному самовосприятию у педагогов, работающих на границе с зоной СВО, может быть связана с ощущением ценности своей деятельности, сохранением профессиональной мотивации и заинтересованности в работе. В свою очередь, более выраженная склонность негативно оценивать собственную компетентность у педагогов, работающих вне зоны СВО, может быть связана с большим объемом профессиональных задач и проблем, решаемых в начале учебного года.

2. Сравнительный анализ характера взаимосвязей показателей эмоционального выгорания и невротических симптомов позволяет утверждать, что для педагогов, работающих на границе с зоной СВО, свойственна подверженность к возникновению обсессивно-фобических нарушений, невротической депрессии и к расстройствам вегетативной нервной системы, что может быть связано с постоянным переживанием стресса и тревоги по поводу спецоперации, оказывающими влияние на психическое здоровье педагогов. В то же время респонденты данной группы менее склонны к астении, проявляющейся в неусидчивости, снижении самообладания и нетерпеливости. Соответственно, для педагогов, работающих вне зоны СВО, характерен истерический тип реагирования и более сильное проявление невротических состояний, что может проявляться в излишней драматизации различных аспектов профессиональной деятельности. В то же время для данных респондентов не характерны нарушения вегетативной нервной системы, навязчивые страхи и различные фобии.

3. Обнаружены отличия в системообразующих показателях: в выборке педагогов, работающих на границе с СВО, из шкал опросника К. Маслач и С. Джексона наибольшее количество корреляций имеет «эмоциональное истощение», а из шкал опросника К.К. Яхина и Д.М. Менделевича – «невротическая



депрессия». Соответственно, в выборке педагогов, работающих вне зоны СВО, из шкал первого опросника наибольшее количество корреляций имеет «деперсонализация», а из шкал второго опросника – «невротическая депрессия», «вегетативные нарушения», «тревога», «истерический тип реагирования». Данные факты можно объяснить особенностями расположения образовательных учреждений, в которых работают педагоги (на границе и вне зоны СВО), а также ограничениями в процедуре обследования.

4. Анализ общих для обеих выборок корреляций позволяет утверждать, что независимо от работы педагогов на границе или вне зоны СВО, при выраженной профессиональной дезадаптации, проявляющейся в разрушении социальных контактов, дистанцировании от участников образовательного процесса, у педагогов понижаются апатия, внутреннее напряжение и потребность быть в центре внимания. Но при усилении эмоционального истощения, характеризующегося дефицитом личностных ресурсов, у педагогов актуализируются поверхностные, спонтанные реакции и потребность быть замеченными. Данные эффекты можно объяснить механизмами психологической защиты.

Результаты исследования могут быть полезны специалистам в области педагогической и дифференциальной психологии, в том числе психологам образовательных учреждений для проведения консультативной, психодиагностической и коррекционной работы с педагогами. Также полученные данные могут помочь педагогам в повышении самооффективности профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Баксанский О.Е., Сафоницева О.Г. Синдром эмоционального выгорания. Взгляд психолога и невролога (обзор литературы) [Электронный ресурс] // Вестник новых медицинских технологий. – 2021. – Т. 28, № 2. – С. 45–47. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-vzglyad-psihologa-i-nevrologa-obzor-literatury/viewer> (дата обращения: 15.04.2025).
2. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: Диагностика и профилактика. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2017. – 343 с.
3. Ганина Т.В. Проблема профессионального выгорания современных педагогов // Психолого-педагогический поиск. – 2024. – № 3 (71). – С. 16–21.
4. Гладышева О.В., Хабарова Т.Ю., Бакулина Л.С. Исследование влияния индивидуально-личностных особенностей на развитие невротических расстройств у педагогов образовательных организаций и студентов педагогического вуза // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 3 (117). – Ч. 3. – С. 126–133.
5. Каменецкий Д.А. Неврология и психотерапия. – М. : Гелиос АРВ, 2001. – 383 с.
6. Кононова Т.А., Малюта В.И. Психологическая помощь участникам СВО и их семьям // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2024. – Вып. 7. – С. 215–222.

7. Костина Л.Н., Лаврова М.С. Основные теоретические подходы в психологической науке к проблеме профессионального выгорания представителей профессий типа «человек – человек» [Электронный ресурс] // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2021. – № 3. – С. 43–48. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-teoreticheskie-podhody-v-psihologicheskoy-nauke-k-probleme-professionalnogo-vygoraniya-predstaviteley-professiy-tipa/viewer> (дата обращения: 06.04.2025).

8. Ляхова Ж.Г., Ковтун Ю.С., Кучерявенко И.А. Изучение особенностей эмоционального состояния специалистов, работающих в приграничном с зоной СВО регионе // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2024. – Т. 4 (56). – С. 142–150.

9. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология : учеб. пособие для студентов мед. вузов. – 6-е изд. – М. : МЕДпресс-информ, 2008. – С. 355–361.

10. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. – М. : RUGRAM, 2025. – 426 с.

11. Нестик Т.А. Влияние военных конфликтов на психологическое состояние общества: перспективные направления исследований // Социальная психология и общество. – 2023. – Т. 14, № 4. – С. 5–22.

12. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 117–142.

13. Пименова Д.А. Особенности работы практического психолога с эмоциональным выгоранием педагога [Электронный ресурс] : магистер. дис. – Тольятти, 2021. – С. 79. – URL: https://dspace.tltsu.ru/bitstream/123456789/20626/1/Пименова%20Д.А._ПСХм-1905a.pdf (дата обращения: 23.04.2025).

14. Психологические технологии реабилитации, реадaptации и ресоциализации ветеранов СВО и членов их семей : моногр. / рец. В.С. Собкин, Г.П. Костюк, А.А. Реан. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 2025. – 657 с.

15. Симптомы эмоционального выгорания педагога [Электронный ресурс] / Е.Л. Ермолаева, Е.С. Илюшина, Н.А. Дубровин и др. // Гуманитарные научные исследования : электрон. науч.-практ. журн. – 2021. – № 5. – С. 2. – URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_45847836_48043954.pdf (дата обращения: 27.04.2025).

16. Сотников С.В., Лютова С.М. Особенности жизнестойкости и временной перспективы у лиц, проживающих в условиях локального военного конфликта: результаты эмпирического исследования // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология. – 2025. – № 8 (3). – С. 18–26.

17. Социально-психологический портрет детей, пострадавших в результате боевых действий / О.А. Ульянина, Е.А. Никифорова, О.А. Тараненко, А.А. Шипилова // Вестник практической психологии образования. – 2024. – Т. 21, № 4. – С. 93–103.



Сведения об авторах

Т.М. Харламова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).

А.А. Климова – студентка IV курса специальности «Психология служебной деятельности», профиль «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных ситуациях», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).

Information about the authors

T.M. Kharlamova – Ph.D., Associate Professor at Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

A.A. Klimova – Senior Undergraduate Student in Psychology of Professional Activity, Specializing in Psychological Support in Extreme Situations, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

Раздел 3. ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.922.8

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-96-108

САМОУТВЕРЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ И ЕГО ВЗАИМОСВЯЗЬ С КОПИНГ-СТРАТЕГИЯМИ И СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТЬЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Людмила Леонидовна Баландина, Нина Викторовна Панкова

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь,
Россия

Аннотация. Рассматривается проблема самоутверждения личности и его взаимосвязь с копинг-стратегиями и социально-коммуникативной компетентностью в юношеском возрасте. Представлен теоретический анализ исследований, посвященных данной теме. Самоутверждение представлено как фундаментальная потребность, которая оказывает влияние на формирование идентичности личности человека и адаптацию к социальной среде. А также самоутверждение как психологический процесс, в ходе которого человек стремится подтвердить значимость, компетентность своей личности через действия и достижения. Анализируется роль копинг-стратегий в преодолении стресса, уделяется внимание факторам, которые определяют выбор адаптивных стратегий. Подчеркивается важность социально-коммуникативной компетентности для успешной социализации и достижения психологического благополучия. Представлены результаты эмпирического исследования, выявившего взаимосвязь между типами самоутверждения, копинг-стратегиями и показателями социально-коммуникативной компетентности у студентов педагогического университета. Выявлено, что конструктивное самоутверждение связано с более адаптивными копинг-стратегиями, а при деструктивном самоутверждении и отказе от самоутверждения используются менее адаптивные и неадаптивные способы поведения. При конструктивном самоутверждении студенты проявляют более высокий уровень социально-коммуникативной компетентности, в то время как при деструктивном самоутверждении и отказе от самоутверждения отмечается снижение изучаемых характеристик социального взаимодействия.

Ключевые слова: самоутверждение, копинг-стратегии, стресс, социально-коммуникативная компетентность, личность, юношеский возраст



Для цитирования: Баландина Л.Л., Панкова Н.В. Самоутверждение личности и его взаимосвязь с копинг-стратегиями и социально-коммуникативной компетентностью в юношеском возрасте // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 96–108. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-96-108

SELF-AFFIRMATION OF PERSONALITY AND ITS RELATIONSHIP WITH COPING STRATEGIES AND SOCIAL AND COMMUNICATIVE COMPETENCE IN ADOLESCENCE

Lyudmila L. Balandina, Nina V. Pankova

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. The article discusses the problem of self-affirmation and its relationship with coping strategies and socio-communicative competence in adolescence. It provides a theoretical analysis of research on this topic. Self-affirmation is presented as a fundamental need that influences the formation of an individual's identity and adaptation to the social environment. It is also viewed as a psychological process in which individuals strive to validate their own worth and competence through actions and achievements. The article analyzes the role of coping strategies in overcoming stress and focuses on the factors that determine the choice of adaptive strategies. It emphasizes the importance of social and communicative competence for successful socialization and achieving psychological well-being. The article presents the results of an empirical study that revealed the relationship between types of self-affirmation, coping strategies, and indicators of socio-communicative competence among students at a pedagogical university. The study found that constructive self-affirmation is associated with more adaptive coping strategies, while destructive self-affirmation and refusal to self-affirm are associated with less adaptive and non-adaptive behaviors. In the case of constructive self-assertion, students demonstrate a higher level of socio-communicative competence, while in the case of destructive self-assertion and refusal to assert themselves, there is a decrease in the studied characteristics of social interaction.

Keywords: self-affirmation, coping strategies, stress, socio-communicative competence, personality, adolescence

For citation: Balandina L.L., Pankova N.V. Self-affirmation of personality and its relationship with coping strategies and social and communicative competence in adolescence // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 96–108. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-96-108

Актуальность исследования самоутверждения личности и его взаимосвязи с копинг-стратегиями и социально-коммуникативной компетентностью в юношеском возрасте обусловлена значимостью этого жизненного периода для формирования идентичности и адаптации юношей и девушек к социальным требованиям. Понимание определяющих успешное самоутверждение механизмов

позволяет им осваивать конструктивные способы совладания со стрессом и развивать навыки эффективного общения, что способствует их успешной социализации и переходу к зрелой, полноценной жизни. Копинг-стратегии как осознанные усилия по снижению стресса играют важную роль в формировании психологической устойчивости юношей и девушек, и их выбор зависит от индивидуальных особенностей и доступных ресурсов. Социально-коммуникативная компетентность, в свою очередь, позволяет эффективно взаимодействовать с окружающими и успешно адаптироваться в социуме. Развитие социальных навыков и адаптивных копинг-стратегий способствует психологическому благополучию и успешной социализации молодого поколения.

Научный интерес к взаимосвязи самоутверждения, копинг-стратегий и социально-коммуникативной компетентности в юношеском возрасте обусловлен поиском механизмов адаптации и формирования здоровой личности. Результаты исследования позволяют разработать эффективные программы профилактики, коррекции и индивидуализированного консультирования, которые будут способствовать развитию у юношей и девушек социальных навыков, адаптивных стратегий и уверенности в себе.

Самоутверждение рассматривается в психологии как фундаментальная потребность человека, которая связана с потребностью в уважении, признании и самореализации, это процесс, при помощи которого личность стремится к признанию своей ценности, значимости и уникальности в своих собственных глазах, так и в глазах других людей. Самоутверждение – это психологический процесс, в ходе которого человек стремится подтвердить свою значимость, компетентность и ценность через действия, достижения или взаимодействие с окружающими. С его помощью личность стремится к признанию своей ценности, значимости и уникальности в глазах других людей и в собственных глазах [9].

Самоутверждение, по мнению М.М. Сафонова, имеет процессуальный характер, представляет собой динамичный и непрерывный процесс, в условиях которого человек подтверждает свою ценность и значимость. Этот процесс является неотъемлемой частью построения самосознания, формирования идентичности, мотивации к деятельности и установления межличностных отношений, характеризуется длительностью, адаптивностью к изменяющимся потребностям и обстоятельствам, является [8].

Самоутверждение представляет собой многогранный процесс, который включает конструктивный (саморазвитие, самореализация, сохранение социального интереса) и деструктивный (подавление других, манипуляция, самоутверждение за счет недостатков окружающих) аспекты. Его функциональное назначение состоит в выполнении ряда психологических функций: защитной (помогает справляться с критикой, неудачами и внешним давлением, сохраняя самооценку), регулятивной (направляет поведение, мотивируя к достижению целей и преодолению препятствий), адаптивной (укрепление личной идентичности) функциями. Это позволяет личности находить баланс между личными потребностями и ожиданиями общества [9]. Механизмами реализации самоутверждения выступают: достижения в учебе, работе, спорте, творчестве; социальное взаимодействие; построение здоровых отношений; самовыражение; рефлексия; установления собственных границ [12].



Самоутверждение имеет сложную структуру, которая состоит из нескольких компонентов: когнитивного, (самооценка, представление о себе, рефлексия), мотивационного (потребности в признании, самоуважении и самореализации), эмоционального (чувство значимости, уверенности, гордости), поведенческого (стратегии и тактики действий для достижения самоутверждения уровень притязаний), ценностно-смыслового (задает направление и смысл, при этом отражает личные ценности и идентичность) и социально-средовой (обратную связь от окружающих, доступ к ресурсам и ролевые позиции) компоненты [9].

Значимость самоутверждения в жизни человека трудно переоценить, поскольку этот процесс является естественной и неотъемлемой частью психики. А.Б. Антонов, Е.А. Шешукова считают, что без здорового самоутверждения человек может испытывать чувство потерянности и неуверенности в себе, становиться зависимым от внешнего одобрения, сталкиваться с трудностями в отстаивании личных границ и выражении своих потребностей. Здоровое самоутверждение укрепляет самооценку, способствует личностному росту, помогает строить гармоничные отношения с окружающими и повышает устойчивость к стрессу и критике [12].

В юношеском возрасте самоутверждение, с точки зрения М.М. Сафонова, имеет свои особенности, обусловленные спецификой возрастного развития. Оно связано с формированием личности, поиском идентичности и переходом к взрослой жизни. Его особенностями у юношей и девушек являются: связь с самоопределением, способствование формированию мировоззрения и целеполагания, влияние на развитие самосознания и рефлексии, стремление к независимости и протесту против авторитетов, воздействие на стабилизацию самооценки. Кроме того, самоутверждение в юношеском возрасте способствует самораскрытию, т.е. как сообщению другим допустимой личной информации о себе, социальной адаптации [8]. Самоутверждение в этот период находится под влиянием социальных факторов – семьи, друзей, общества, образовательной среды. Итак, юношеский возраст – это жизненный этап личностного роста юношей и девушек, а самоутверждение в этот период выступает механизмом формирования идентичности, выбора жизненного пути и перехода к социальной зрелости. Успешное прохождение этого этапа зависит от внутренней работы личности и поддержки юношей и девушек со стороны окружения.

Из всего сказанного следует вывод, самоутверждение в юношеском возрасте представляет собой сложный и многогранный процесс, который связан с формированием личности, поиском идентичности и адаптацией к социальной среде. Успешное прохождение этого этапа обеспечивает гармоничное развитие юношей и девушек и переход их к социальной зрелости. Укреплению самооценки и успешной социализации юношей и девушек способствуют поддержка со стороны окружения, а также развитие конструктивных стратегий самоутверждения.

Перейдем к рассмотрению копинг-стратегий, которые в отечественной психологии рассматриваются как стратегии, которые позволяют человеку действовать в соответствии с присущими ему личностными, психологическими, возрастными особенностями, позволяя справляться с трудными и стрессовыми

ситуациями. Копинг-стратегии – это осознанно применяемые человеком способы и приемы совладания с трудными, стрессовыми ситуациями, состояниями, создающими их условиями; это действия, которые совершает человек, чтобы преодолеть стресс, справиться со сложными жизненными ситуациями, т.е. это все то, что человек делает осознанно (в отличие от бессознательных психологических защит) для достижения соответствующие цели [9].

По мнению Е.И. Рассказовой, копинг-стратегии помогают человеку справляться с вызовами и адаптироваться к сложным обстоятельствам [6]. М.Н. Шагалина считает, что выбор копинг-стратегии зависит от разнообразных факторов, в том числе специфики ситуации, индивидуальных особенностей личности, доступных ресурсов, универсального решения для такого выбора нет, различные стратегии могут комбинироваться в зависимости от сложившихся обстоятельств. Условием преодоления стресса и возникающий трудностей являются адаптивность и гибкость человека в выборе копинг-стратегий. Функциями копинг-стратегий являются: регуляция эмоций (управление эмоциональными реакциями в ответ на стрессовые ситуации), изменение или разрешение стрессовой ситуации, поиск социальной поддержки (обращение к другим людям за помощью поддержкой, ресурсами) [10].

В юношеском возрасте происходит переход от подросткового к взрослому типу совладания со стрессом, но сохраняются специфические возрастные черты. Е.Р. Исаева считает, что в юношеском возрасте изменения когнитивного и личностного развития, осуществляется становление мировоззрения, своего пика достигает развитие формально-логического мышления. Кроме того, актуализируется кризис идентичности, формируется адекватная самооценка, развивается уверенность в себе, – и все это способствует выбору юношами и девушками эффективных копинг-стратегий [4].

Выбор копинг-стратегий в юношеском возрасте, по мнению О.В. Коноваловой, Е.А. Шерешковой, претерпевает изменения. На этапе ранней юности (15–16 лет) преобладает склонность к проблемно-ориентированному копингу – поиску способов решения возникающих проблем с сохранившимися подростковыми паттернами: избеганием сложной ситуации, эмоциональной разрядкой (вспышки гнева, уход в себя). В возрасте 17–18 лет увеличивается значимость для юношей и девушек социальной поддержки для преодоления трудностей, в том числе в виде обращения за поддержкой к семье, друзьям, специалистам, возрастает роль саморефлексии как условия анализа своих эмоций и реакций. На этом этапе проявляются гендерные различия, и если девушки, как правило, используют эмоционально-ориентированные стратегии для регуляции эмоционального состояния, то юноши – проблемно-ориентированные стратегии для решения возникшей проблемы. Поздняя юность (19–23 года) характеризуется формированием тенденции юношей и девушек к выбору осознанных копинг-стратегий с учетом личного опыта и особенностей ситуации, они начинают понимать, какие из них эффективнее в конкретной ситуации [11].

По мнению А.А. Паньковой, на формирование копинг-стратегий в юношеском возрасте оказывают влияние самые разные факторы, в том числе индивидуальные особенности личности, принадлежность к полу, характер социального



окружения, а сверстники для юношей и девушек становятся основной референтной группой, и через общение у них формируются социальные навыки, они получают поддержку и признание. Существенное влияние на выбор копинг-стратегий юношами и девушками оказывают личностные факторы. Так, адекватная самооценка способствует применению проблемно-ориентированных подходов, низкая самооценка может провоцировать избегающее поведение или неадаптивные реакции. Творческое мышление в юношеском возрасте значительно расширяет спектр доступных копинг-стратегий, позволяя юношам и девушкам находить решения и гибко адаптироваться к различным ситуациям, а межличностное доверие снижает вероятность использования деструктивных стратегий, стимулирует выбор продуктивных способов совладания с жизненными трудностями [6].

Относительно различий, обусловленных полом, есть мнение, что юноши ориентированы чаще всего на активное решение проблем, они стремятся самостоятельно справиться с трудностями, но они более, чем девушки, склонны к проявлению агрессии, не всегда могут найти конструктивный выход своим переживаниям. Что касается девушек, то они используют стратегии эмоциональной и социальной поддержки, эмоциональной разрядки, они более устойчивы к негативным ситуациям и выражению своих чувства, хотя часто используют стратегию избегания сложных ситуаций [7].

А.А. Панькова считает, что основными ресурсами в выборе копинг-стратегий в юношеском возрасте становятся когнитивное развитие, социальная поддержка, личностные качества (самооценка, творческое мышление), опыт преодоления трудностей, формированию продуктивных способов совладания со стрессом способствуют поддержка со стороны взрослых и создание условий для самореализации [6]. Рассматривая проблему копинг-стратегий, авторы утверждают, что стратегии, которые выбирают юноши и девушки связаны с самооотношением. Лица с высоким уровнем соотношения в стрессовых ситуациях чаще используют конструктивные модели поведения по сравнению с теми, кто демонстрирует низкий уровень самооотношения [1].

Что касается особенностей самоутверждения личности и взаимосвязь с копинг-стратегиями в юношеском возрасте, то можно отметить следующие моменты. И.Ю. Милоненко считает, что самоутверждение в этом возрасте тесно связано с выбором копинг-стратегий: в ранней юности (15–18 лет) преобладает использование эмоциональных копинг-стратегии («эмоциональная разрядка», «пассивная кооперация» как склонность перекладывать ответственность на других), в поздней юности (18–23 года) наблюдается тенденция к более зрелым и адаптивным стратегиям, усиливается волевая регуляция, и осуществляется выбор продуктивных способов совладания [5].

Аналогичного мнения придерживаются, О.В. Коновалова, Е.А. Шерешкова. По их мнению, развитию адаптивных копинг-стратегий в юношеском возрасте способствует конструктивное самоутверждение, деструктивные формы или отказ от самоутверждения, напротив, могут приводить к неадаптивным реакциям.

Психологическое сопровождение в этот период помогает юношам и девушкам освоить эффективные способы совладания со стрессом и успешно интегрироваться во взрослую жизнь [11].

Итак, в юношеском возрасте выбор копинг-стратегий тесно связан с процессом самоутверждения, на него оказывают влияние такие факторы, как возрастной этап, гендерная принадлежность, личностные особенности, характер социального окружения. Развитию адаптивных копинг-стратегий в юношеском возрасте способствует конструктивное самоутверждение, к неадаптивным реакциям могут приводить деструктивные формы самоутверждения или отказ от него.

Выступая одним из условий развития личности, значительную роль в процессе взаимодействия и адаптации к социальной среде играет социально-коммуникативная компетентность. Социально-коммуникативная компетенция – это интегративная характеристика личности, которая объединяет в себе знания, умения, навыки и опыт, которые в своей совокупности обеспечивают эффективное взаимодействие человека с социальной средой через коммуникацию. И.В. Зотова отмечает, что социально-коммуникативная компетенция включает в себя социальную составляющую – она определяет умение и желание человека общаться, поддерживать позитивные отношения, проявлять уверенность и эмпатию, управлять социальными ситуациями для достижения коммуникативных целей. Сущность социально-коммуникативной компетентности состоит в способности человека эффективно взаимодействовать с окружающими, устанавливать контакты и решать социальные задачи. Она проявляется в умении понимать и учитывать потребности других людей, адаптироваться к социальным ситуациям, предполагает владение вербальными и невербальными средствами общения, знание социальных норм и правил поведения. Социально-коммуникативная компетентность обеспечивает эффективное взаимодействие человека в различных сферах жизни, в том числе личной, профессиональной, общественной, развитая социально-коммуникативная компетентность способствует укреплению межличностных отношений, предотвращению конфликтов и достижению взаимопонимания между людьми [3].

Основными компонентами социально-коммуникативной компетентности являются коммуникативные (активное слушание, вербальное и невербальное общение, ведение диалога) и социальные (эмпатия, сотрудничество, установление контакта, социальная адаптация) навыки; знания социальных норм, культурных различий, особенностей межличностных отношений; навыки разрешения конфликтов (анализ ситуации, поиск компромиссов, эффективное общение). Эти компоненты дают человеку возможность успешно взаимодействовать с социальной средой, строить позитивные отношения и достигать целей в различных сферах жизни.

Особенности социально-коммуникативной компетентности в юношеском возрасте обуславливаются спецификой возрастного развития юношей и девушек. Так, юношеский возраст характеризуется активным развитием самосознания и идентичности, что влияет на коммуникативные стратегии и выбор



социальных ролей; развитием умений строить близкие, доверительные отношения, сопереживать и оказывать поддержку, строить отношения на основе взаимного уважения; возрастанием риска возникновения конфликтных ситуаций, обусловленных конкуренцией и стремлением к лидерству. В рассматриваемый возрастной период происходит активное усвоение социальных норм и ценностей, развивается критическое мышление, способность оценивать поведение с точки зрения морали, формируется собственная система ценностей, которая определяет выбор друзей и жизненных целей. Наконец, в юношеском возрасте продолжают развиваться и совершенствоваться коммуникативные навыки, умения аргументировать, убеждать, вести дискуссию, четко и ясно выражать мысли, отстаивать свою точку зрения и находить компромиссы – все это влияет на социально-коммуникативную компетентность, определяя ее как инструмент для самовыражения, построения межличностных отношений и успешной адаптации в социуме.

Процессы самоутверждения личности и социально-коммуникативной компетентности в юношеском возрасте тесно взаимосвязаны, они оказывают влияние на формирование идентичности, развитие межличностных отношений и успешную адаптацию юношей и девушек в обществе. Ю.С. Вознюк подчеркивает, если рассматривать взаимосвязь самоутверждения и социально-коммуникативной компетентности, то последняя в юношеском возрасте проявляется в использовании различных коммуникативных стратегий, когда на выбор оказывают влияние ситуации и цели. В юношеском возрасте также осваиваются навыки самопрезентации, и это позволяет юношам и девушкам создать желаемый образ. Не менее значимым является управление конфликтами, что способствует укреплению позиций без негативных последствий, а также развитие эмпатии и понимания других, что позволяет им строить гармоничные отношения и успешно самоутверждаться в обществе [2].

Итак, социально-коммуникативная компетентность играет существенную роль в развитии личности в юношеском возрасте, в то же время процессы самоутверждения и социально-коммуникативной компетентности тесно взаимосвязаны, они оказывают влияние на формирование идентичности, развитие межличностных отношений и успешную адаптацию в обществе. Развитая социально-коммуникативная компетентность позволяет юношам и девушкам самоутверждаться, эффективно социальные задачи, выстраивать эффективные отношения с окружающими. Взаимосвязь самоутверждения и социально-коммуникативной компетентности определяет формирование в юношеском возрасте социально адаптированной и уверенной в себе личности.

Самоутверждение в юношеском возрасте тесно связано с выбором coping-стратегий, при этом конструктивные формы способствуют выбору адаптивных стратегий, деструктивные – неадаптивных. На этом возрастном этапе самоутверждение проявляется в стремлении юношей и девушек к признанию и независимости, и часто связано с выбором определенных coping-стратегий для преодоления трудностей в социальном взаимодействии. Социально-

коммуникативная компетентность играет важную роль в успешном самоутверждении, позволяет юношам и девушкам эффективно выражать свои потребности, устанавливать отношения с окружающими. Использование адаптивных копинг-стратегий и развитие социально-коммуникативной компетентности способствуют формированию в юношеском возрасте позитивного образа себя и успешной адаптации в обществе и требуют дальнейшего изучения.

На основании теоретического анализа литературы была сформулирована гипотеза о специфике взаимосвязей показателей самоутверждения, социально-коммуникативной компетентности и копинг-стратегий студентов. Предполагается, что у испытуемых при повышении конструктивного самоутверждения, чаще используются адаптивные копинг-стратегии и они имеют более высокий уровень социально-коммуникативной компетентности. А при деструктивном самоутверждении и отказе от самоутверждения преобладает использование менее адаптивных копинг-стратегий и снижаются показатели социально-коммуникативной компетентности.

Организация и методики исследования

В исследовании, которое проводилось на базе Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета приняли участие 80 человек – студентов 2–3 курса, возраст испытуемых составил 18–20 лет.

Для подтверждения гипотезы использовались следующие методики:

1. Методика исследования особенностей самоутверждения в подростковом и юношеском возрасте Е.А. Киреевой и Т.Д. Дубовицкой. Выявляет степень выраженности трех типов самоутверждения: деструктивного, конструктивного и отказа от самоутверждения. Лицам с конструктивным самоутверждением свойственны уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, самостоятельность, хорошая самоорганизация, личностная зрелость. При выраженности деструктивного самоутверждения наблюдаются проявления негативизма, отрицание личностной ценности и значимости других людей. Для лиц с преобладанием типа «отказ от самоутверждения» характерны: самоуничижение, отказ от самореализации и саморазвития, пассивно-безразличное поведение.

2. Опросник способов совладающего поведения (WCQ – Ways of Coping Questionnaire) Р. Лазаруса, С. Фолкмана позволяет выявить специфику способов совладающего поведения (копинг-стратегий), которые используются человеком для преодоления стрессовых ситуаций.

3. Опросник «Социально-коммуникативной компетентности» Е.И. Рогова.

При обработке первичных эмпирических данных использовались следующие методы математической статистики: для проверки данных на соответствие закону нормального распределения – критерий Шапиро – Уилка. Для выявления различий между испытуемыми применялся *t*-критерий Стьюдента для независимых выборок, для выявления связей между изучаемыми показателями – корреляционный анализ по Пирсону.



Результаты исследования

Анализ корреляционных взаимосвязей между типами самоутверждения и копинг-стратегиями студентов (80 чел.) представленные в табл. 1.

Таблица 1

Корреляционные связи между показателями самоутверждения и копинг-стратегий студентов

Показатели самоутверждения	Показатели копинг-стратегий							
	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения	Положительная переоценка
Конструктивное самоутверждение	-0,35**		0,42***	0,28*			0,38***	0,45***
Деструктивное самоутверждение	0,51***	0,23*	-0,36**		0,34**	0,45***		
Отказ от самоутверждения		0,31**		0,38***		0,23*		

Примечание. Уровни значимости: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.

Корреляционный анализ взаимосвязей между шкалами самоутверждения и копинг-стратегий показал следующее. Студенты при повышении *конструктивного самоутверждения* ($p \leq 0,001$) и снижении деструктивного самоутверждения ($p \leq 0,001$) чаще используют стратегию самоконтроля, сдерживая свои побуждения, стремятся к самообладанию и контролю поведения, доходящего до сверхконтроля. Также при конструктивном самоутверждении испытуемые склонны применять стратегию поиска социальной поддержки ($p \leq 0,05$), привлекая социальные ресурсы, ориентируясь на помощь других людей. Данные стратегии имеют свои положительные и отрицательные стороны.

Активное использование стратегии планирования решения проблемы ($p \leq 0,001$), стратегии положительной переоценки ($p \leq 0,001$) при конструктивном самоутверждении ориентирует студентов на использование более адаптивных вариантов решения стрессовой ситуации.

У студентов с *деструктивным самоутверждением* повышается частота использования стратегий конфронтации, дистанцирования, принятие ответственности, бегства-избегания ($p \leq 0,001$; $p \leq 0,05$; $p \leq 0,01$), которые характеризуются скорее, как неадаптивные или менее адаптивные, а также снижение использования более адаптивной стратегии самоконтроля. При выраженности применения этих стратегий может проявляться импульсивность и враждебность в поведении, трудности в планировании своих действий, отстранение от решения ситуации, отрицание проблемы. Принятие ответственности в данном случае при осознании своего участия в возникновении затруднения, имеет риск повышенной самокритики и самообвинения, ведущий к неустойчивому эмоциональному состоянию.

Выраженность показателя «отказ от самоутверждения» повышает склонность к дистанцированию, бегству-избеганию ($p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$). Повышение данного вида самоутверждения студентов, склоняет человека к использованию стратегий, предполагающий отказ, отвлечение от разрешения вопроса, вызвавшего напряжение за счет снижения значимости ситуации, отрицания или погруженности в фантазии. Такие модели поведения имеют положительную сторону, позволяя снизить эмоциональное напряжение, но не устраняют причины. Поиск социальной поддержки ($p \leq 0,001$) можно рассматривать как более адаптивную, по сравнению с двумя другими, но может формировать пассивность человека в сложной ситуации, определяемую ожиданиями внешней помощи.

Другой задачей исследования было изучение взаимосвязи показателей самоутверждения и социально-коммуникативной компетентности испытуемых (табл. 2).

Таблица 2

Корреляционные связи между показателями самоутверждения и социально-коммуникативной компетентностью студентов

Показатели самоутверждения	Социально-коммуникативная компетентность					
	Социально-коммуникативная неуклюжесть	Нетерпимость к неопределенности	Чрезмерное стремление к конформности	Повышенное стремление к статусному росту	Ориентация на избегание неудач	Фрустрационная нетолерантность
Конструктивное самоутверждение	-0,35**		-0,42***	-0,40***		
Деструктивное самоутверждение	0,48***	0,42***	0,35**	0,38***	0,52***	0,28*
Отказ от самоутверждения	0,30*	0,38***	0,45***			

Примечание. Уровни значимости: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.

На основе проведенного корреляционного анализа взаимосвязей между шкалами самоутверждения и социально-коммуникативной компетентности были выявлены следующие факты. Юноши и девушки при выраженности *конструктивного самоутверждения* более явно демонстрируют снижение «социально-коммуникативной неуклюжести» ($p \leq 0,01$), «чрезмерного стремления к конформности» ($p \leq 0,001$), «повышенному стремлению к статусному росту» ($p \leq 0,001$). В данном случае можно говорить о личности как более социально-гармоничной, умеющей устанавливать контакты и быть корректной при общении, имеющей собственное мнение и достаточно независимой в ситуации группового давления, а также не стремящейся к превосходству над другими.



Показатель «*деструктивного самоутверждения*» значимо связан со всеми показателями социально-коммуникативной компетентности ($p \leq 0,001$; $p \leq 0,001$; $p \leq 0,001$). При повышении данного параметра, усиливается демонстрация трудностей при выстраивании межличностных отношений. Они могут проявлять повышенную тревожность, раздражительность, агрессивность в ответ на неопределенность и неудачи; склонны к проявлениям конформности в ситуациях группового давления, стремятся к превосходству над другими. В то же время могут испытывать сомнения, тревогу, неуверенность при возникновении каких-либо проблем, а в сложных коммуникативных ситуациях способствовать нарастанию напряженности. Все это способно усугублять социальные взаимодействия, создавая препятствия для личностного роста.

Отказ от самоутверждения связан с повышением «социально-коммуникативной неуклюжести» ($p \leq 0,05$), «нетерпимости к неопределенности» ($p \leq 0,001$) и «чрезмерному стремлению к конформности» ($p \leq 0,001$). То есть снижается способность к открытому честному общению, повышается регламентация в отношениях, которая может быть обусловлена тревожностью в ситуациях неопределенности, проявляется ориентация на общее мнение.

Таким образом, проведенный анализ позволил выявить особенности взаимосвязей между типами самоутверждения, применяемыми способами совладающего поведения в стрессовых ситуациях и показателями социально-коммуникативной компетентности в юношеском возрасте. Конструктивное самоутверждение связано с более адаптивными копинг-стратегиями, а при деструктивном самоутверждении и отказе от самоутверждения используются менее адаптивные и неадаптивные способы поведения, которые снижают возможности снятия эмоционального напряжения, осознания сложившейся ситуации и самостоятельного ее разрешения.

При конструктивном самоутверждении студенты проявляют более высокий уровень социально-коммуникативной компетентности, а при деструктивном самоутверждении и отказе от самоутверждения отмечается снижение изучаемых характеристик социального взаимодействия, что в первом случае способствует, а в другом сдерживает личностное развитие и в целом адаптационные возможности человека.

Список литературы

1. Баландина Л.Л., Панькова А.А. Копинг-стратегии в связи с самоотношением студентов // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. – 2021. – Вып. 1. – С. 64–71.
2. Вознюк Ю.С. Психологические особенности формирования и утверждения личности юношеского возраста // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2015. – № 9-10 (55). – С. 42–49.
3. Зотова И.В. Сущность и характеристика понятия «социально-коммуникативная компетенция» // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 67-1. – С. 111–114.

4. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности. – СПб. : Изд-во СПб ГМУ, 2016. – 136 с.
5. Милоненко И.Ю. Характеристика взаимосвязи Я-концепции и копинг-стратегий поведения в юношеском возрасте // Ratio et Natura. – 2023. – № 2 (8).
6. Панькова А.А. Особенности самоотношения и копинг-стратегий в юношеском возрасте (к постановке проблемы) // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. – 2020. – Вып. 1. – С. 114–119.
7. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы // Психологические исследования. – 2016. – № 3 (17). – С. 22–25.
8. Сафонов М.М. Проблема самоутверждения у современных студентов // XXXIII Международные Плехановские чтения : сб. ст. студентов (г. Москва, 08–10 июня 2020 года). – М. : Рос. экон. ун-т им. Г.В. Плеханова, 2020. – Т. 3. – С. 214–218.
9. Скуднова Т.Д. Современный психологический словарь. – Таганрог : Изд-во Волошина, 2024. – 49 с.
10. Шагалина М.Н. Особенности копинг-поведения в юношеском возрасте [Электронный ресурс] // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 5. – URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=19052>
11. Шерешкова Е.А., Коновалова О.В. Взаимосвязь звеньев саморегуляции и копинг-стратегий в юношеском возрасте [Электронный ресурс] // Вестник ЮУрГГПУ. – 2019. – № 3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-zveniev-samoregulyatsii-i-koping-strategiy-v-yunosheskom-vozraste>
12. Шешукова О.И., Антонов А.Б. Самоутверждение как способ самореализации личности, общества, государства // Гуманитарные научные исследования. – 2015. – № 1–2 (41). – С. 32–36.

Сведения об авторах

Л.Л. Баландина – кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614000, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, balandina@pspu.ru).

Н.В. Панкова – магистрант кафедры педагогики и психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614000, г. Пермь, ул. Сибирская, 24).

Information about the authors

L.L. Balandina – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, balandina@pspu.ru).

N.V. Pankova – Master's Student at the Department of Pedagogy and Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614000, Perm, Sibirskaya St., 24).



УДК 159.922.736.4

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-109-117

МЕДИАПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКОВ

**Александр Александрович Вихман, Валерия Васильевна Гончаренко,
Елена Юрьевна Клещева, Денис Олегович Смирнов**

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь,
Россия

Аннотация. Анализируются наиболее востребованные медиапсихологические запросы родителей на получение психологической консультативной помощи на репрезентативной выборке матерей подростков ($n = 11932$), проживающих в Пермском крае. Обнаружено, что вопросы безопасного времени пребывания детей в цифровой среде волнуют родителей подростков больше, чем вопросы цифрового обучения и кибербуллинга. Наиболее востребованный вопрос родителей, что делать, если ребенок много времени проводит с гаджетом и в социальных сетях, занимает второе место в рейтинге всех запросов на психологическую консультацию, уступая только вопросу о помощи ребенку в выборе будущей профессии. Обнаружено, что запрос о помощи в регулировании онлайн-времени ребенка (53,3 %) значительно более востребован у родителей подростков в отличие от запроса на реагирование на травлю и преследование ребенка в социальных сетях (5,4 %). Отмечено, что запросы родителей на тему буллинга и кибербуллинга различаются по проценту востребованности. Агрессия в реальной жизни больше беспокоит родителей подростков, чем онлайн-агрессия и возможная травля в социальных сетях. Корреляционный анализ показал, что главный медиапсихологический запрос родителей (вопрос про безопасное цифровое время для ребенка) сопровождается запросами к психологу на темы формирования доверия между родителем и ребенком, развития его самостоятельности и учебной активности.

Ключевые слова: медиапсихологические запросы родителей, родительская компетентность, психологическое онлайн-консультирование, цифровое время, родительская цифровая медиация, кибербуллинг

Информация о финансировании: исследование выполнено в рамках реализации государственного задания Министерства просвещения Российской Федерации № 1024032900340-2-5.3.1 (Соглашение № 073-03-2025-061/6 от 26.09.2025 г.) «Кинопедagogика и медиапсихология как инструменты формирования культурно-нравственных ценностей и личностных ориентиров детей и молодежи».

Для цитирования: Медиапсихологические запросы родителей подростков / А.А. Вихман, В.В. Гончаренко, Е.Ю. Клещева, Д.О. Смирнов // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 109–117. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-109-117

MEDIA-PSYCHOLOGICAL REQUESTS OF PARENTS OF TEENAGERS

**Aleksandr A. Vikhman, Valeria V. Goncharenko, Elena Yu. Kleshcheva,
Denis O. Smirnov**

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. The article analyses the most common media-psychological requests from parents for psychological counselling based on a representative sample of mothers of teenagers ($n = 11,932$) living in the Perm region. It was found that issues related to the safe use of digital media by children are of greater concern to parents of adolescents than issues related to digital learning and cyberbullying. The most popular question among parents, ‘What should I do if my child spends a lot of time on gadgets and social media?’, ranks second in the rating of all requests for psychological counselling, second only to the question of helping a child choose a future profession. It was found that requests for help in regulating a child's online time (53,3 %) are significantly more popular among parents of teenagers than requests for help in responding to bullying and harassment of a child on social media (5,4 %). It was noted that parents' requests on the topic of offline-bullying and cyberbullying differ in terms of demand. Aggression in real life worries parents of teenagers more than online aggression and possible bullying on social media. Correlation analysis showed that the main media-psychological request from parents (the question of safe digital time for children) is accompanied by requests to psychologists on the topics of building trust between parents and children, developing their independence and academic activity.

Keywords: media psychological needs of parents, parental competence, online psychological counseling, digital time, parental digital mediation, cyberbullying

Funding information: the study was conducted as part of the implementation of the state task of the Ministry of Education of the Russian Federation No. 1024032900340-2-5.3.1 (Agreement No. 073-03-2025-061/6 dated 26 September 2025) “Film pedagogy and media psychology as tools for shaping the cultural and moral values and personal orientations of children and young people”.

For citation: Media-psychological requests of parents of teenagers / A.A. Vikhman, V.V. Goncharenko, E.Yu. Kleshcheva, D.O. Smirnov // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 109–117. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-109-117

Введение

Медиапсихологические запросы родителей – это запросы родителей к получению психологической онлайн-консультации на темы поведения их детей, обусловленного влиянием средств индивидуальной и массовой коммуникации. Известный медиапсихолог П. Винтерхофф-Шпурк отмечает, что в развитую цифровую эпоху на каждую личность оказывается активное медиавлияние и поведение человека зависит от особенностей наиболее распространенного медиапродукта [1]. Изначально в рамках медиапсихологических исследований изучались кино, радио и телевидение как главные агенты медиавлияния. На современном этапе развития средств массовой информации,



большинство медиапсихологических исследований направлены на изучение влияния Интернета [6]. В связи с этим актуально изучать и анализировать дефициты родительской компетентности в темах цифровой социализации и идентичности детей, особенно в подростковом возрасте.

Практическим психологам и школьным психологам необходимо отслеживать востребованность медиапсихологических запросов родителей для своевременного закрытия дефицитов родительской компетентности мотивированных взрослых. Развитие и поддержание родительской компетентности, в том числе в сфере цифрового поведения, является важным ориентиром в профилактике рисков психологического благополучия детей. Компетентный родитель – это человек, объективно воспринимающий реальную ситуацию, в которой растет его ребенок и прилагающий усилия для того, чтобы ее менять. Компетентный родитель понимает, что для изменения развития ребенка в более благоприятную сторону надо меняться самому, пробовать, искать, учиться [10]. Для поддержания адекватной воспитательной позиции родителя необходимо развивать родительские функции как в офлайн-среде, так и в цифровой среде. Важна цифровая компетентность и грамотность родителя, его навыки интернет-медиации, стратегии сопровождения ребенка в процессе погружения ребенка в цифровую среду. Социальным маркером успешного родительства является благополучие ребенка в семье и его адаптированность в социуме, в том числе и цифровом [7].

Востребованность родительских медиапсихологических запросов необходимо анализировать на больших популяционных выборках. Создание «Родительского университета» при Пермском государственном гуманитарно-педагогическом университете в 2022 году позволило накопить обширную базу медиапсихологических запросов родителей Пермского края. Анализ структуры, динамики и взаимосвязанности родительских запросов в разных возрастах с опорой на эту базу представлено в серии научных исследований под руководством А.А. Вихмана [2, 4, 5]. Эти исследования показали, что, начиная с первых классов школы, медиапсихологические запросы родителей к психологу на тему взаимодействия их детей и Интернета входят в пятерку наиболее востребованных.

Медиапсихологические запросы в структуре всех обращений родителя к психологу онлайн занимают особое место из-за важности цифровой социализации для благополучия современного ребенка и его семьи [6, 7]. П. Винтерхофф-Шпурк говорит о том, что на каждую личность оказывается медиавливание, чего современному миру не избежать [1]. В нашей статье мы анализируем наиболее востребованные медиапсихологические родительские запросы к психологу. В отличие от предыдущих исследований мы фокусируемся на выбор родителями именно медиапсихологических запросов и анализ ближайших сопутствующих родительских дефицитов.

Организация исследования

Выборка. В анкетировании приняли участие 11 932 родителя из разных районов и городов Пермского края. Большая часть опрошенных – респонденты женского пола, имеющие ребенка подросткового возраста (медиана 16 лет). Запросы собирались на протяжении нескольких лет с 2021 по 2023 год.

Анкета. Анкета родительских запросов на психологическую консультацию по вопросам развития, воспитания, обучения и социализации детей была разработана в рамках федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование» по созданию бесплатной службы психологических консультаций «Родительский университет» при Пермском государственном гуманитарно-педагогическом университете. Анкета создавалась коллективом авторов из педагогических университетов России (Московский государственный психолого-педагогический университет, Томский государственный педагогический университет, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет). Анкета для родителей состояла из 55 вопросов на различные проблемные зоны родительской компетентности: учебная деятельность, трудности в обучении, стресс, эмоциональное состояние, проблемы в поведении и адаптации, вопросы цифровой социализации и организации отдыха. В анкете использовалась дихотомическая шкала.

Медиапсихологические запросы составляли один из блоков анкетирования, состоящий из семи сформулированных запросов: 1) «что делать, если ребенок много времени проводит с гаджетом и в социальных сетях?»; 2) «что делать, если ребенок регулярно смотрит запрещенный контент или контент не по возрасту?»; 3) «что делать, если у ребенка жалобы на травлю и преследование в социальных сетях?»; 4) «сколько времени можно ребенку находиться у компьютера без вреда для здоровья?»; 5) «что такое информационная безопасность и как этому научить ребенка?»; 6) «что такое цифровая образовательная среда?»; 7) «где можно получить рекомендации об организации дистанционного обучения?».

Для статистического анализа данных использовалась программа Jamovi.Version 2.5.

Результаты

Место медиапсихологических запросов в рейтинге наиболее востребованных обращений родителей подростков к психологам в рамках работы дистанционного консультативного кол-центра Родительского университета ПГГПУ представлено в табл. 1.

Таблица 1

Место медиапсихологических запросов к психологу у родителей подростков среди наиболее популярных родительских запросов ($n = 11932$)

№	Формулировка родительского запроса	%
1	Как помочь ребенку в выборе профессии?	53,3
2	Что делать, если ребенок много времени проводит с гаджетом и в социальных сетях?	50,7
3	Как снизить стрессовую нагрузку в период обучения?	44,3
4	Как понять, какие у ребенка способности и помочь развить их?	44,1
5	Как вести себя с подростком в ситуациях возрастных кризисов?	43,6
6	Как научить ребенка ставить учебные цели и достигать их?	41,0
7	Где ребенок может получить бесплатное дополнительное образование?	40,0
8	Можно ли помочь ребенку обрести уверенность в себе?	36,3



Окончание табл. 1

№	Формулировка родительского запроса	%
9	Как научить ребенка предотвращать и решать конфликтные ситуации?	34,7
10	Сколько времени можно ребенку находиться у компьютера без вреда для здоровья?	33,3
11	Как помочь ребенку преодолеть стресс и тревогу в ситуации сдачи ОГЭ?	30,6
12	Как помочь ребенку преодолеть трудности в обучении?	29,7
13	Как говорить с ребенком о проблемах, связанных с половым созреванием?	29,2
14	Как создать доверительные отношения с ребенком?	28,8
15	Какие книги порекомендовать для чтения подростку?	28,5
16	Как научить ребенка организовать свою деятельность самостоятельно?	27,4
17	Где можно получить бесплатную консультацию по обучению и воспитанию ребенка?	26,7
18	Каким образом можно преодолеть физическую утомляемость ребенка?	26,5
19	Как успешно организовать обучение на электронных платформах?	26,1
20	Как самостоятельно готовиться к экзаменам?	26,0
21	Как научить ребенка учиться?	24,7
22	Какими способами можно преодолеть детскую агрессию и грубость?	24,2
23	Что такое информационная безопасность и как этому научить ребенка?	23,7
24	В какой ситуации нужно обращаться за психолого-педагогической помощью?	23,7
25	Как снизить тревожность ребенка?	23,5
26	Как быть, если ребенок ничем не интересуется?	22,4
27	Как помочь ребенку сконцентрироваться на информации, на уроке?	20,6
28	Какую помощь оказывает психолого-медико-педагогическая комиссия?	20,0
29	Что такое буллинг (травля) и как действовать в такой ситуации?	17,8
30	Как помочь, если у ребенка трудности в общении со сверстниками?	15,8

В первой тридцатке родительских запросов присутствуют 4 медиапсихологических запроса из 7. Видно, что вопросы цифровой безопасности волнуют родителей подростков больше, чем вопросы цифрового обучения. Так, запросы о цифровой образовательной среде и организации дистанционного обучения расположились в четвертом десятке.

Интересно, что запрос о помощи в регулировании онлайн-времени ребенка (53,3 %) значительно более востребован у родителей, чем запрос на стратегии реагирования при буллинге ребенка в социальных сетях (5,4 %). Возможно, это связано со спецификой выборки анкетирования: у активных и мотивированных родителей меньше шансов столкнуться с кибербуллингом своих детей, чем у родителей из дисфункциональных семей. Вместе с тем различие слишком очевидное, чтобы объяснять его только артефактом исследования.

Вероятно, данное различие также говорит об актуальном опыте родителей и о возрастающей роли родительской цифровой медиации в обеспечении родителями своих функций. Разница востребованности медиапсихологических запросов про оптимальное цифровое время (больше 50 %) и травлю в социальных сетях (чуть более 5 %) может отражать восприятие фактического опыта столкновения родителя с этими феноменами. То есть только пять с половиной

процентов родителей сталкивались в своей практике с жалобами от своих детей на травлю в социальных сетях. Вместе с тем, по различным эмпирическим данным и метаанализам, распространенность случаев кибербуллинга колеблется между 10 и 40 % в выборках подростков и юношей [3]. К.Д. Хломов сообщает о том, что 28,4 % подростков сталкиваются с кибербуллингом и большая часть таких встреч происходит в пространстве социальных сетей [9]. Вероятно, родители не знают всех фактов травли своих детей в социальных сетях, что и объясняет разницу между соответствующим медиапсихологическим запросом и распространенностью феномена.

Также важно отметить, что запросы родителей на тему буллинга и кибербуллинга различаются по проценту востребованности. Агрессия в реальной жизни (17,3 %) больше беспокоит родителей подростков, чем возможная травля в социальных сетях (5,3 %).

Наши данные показывают о важности развития у современных родителей навыков цифровой медиации. Целью родительской цифровой медиации является управление цифровой активностью детей, а также регуляция использования мобильных устройств и просматриваемого медиаконтента [11]. Один из ключевых вопросов родительской цифровой медиации – вопрос безопасного цифрового времени. По нашим данным больше трети родителей (33,3 %) отмечают вопрос о безопасном цифровом времени ребенка как заслуживающий обращения к психологу. Вместе с тем в ситуации гиперподключенности современных подростков к Интернету и важности сохранения баланса между цифровой и традиционной социализацией, ответить на вопрос «сколько времени можно ребенку находиться у компьютера без вреда для здоровья?» достаточно сложно. Данный ответ будет зависеть от выбранной ведущей стратегии цифровой родительской медиацией.

Г.У. Солдатова и Е.Н. Львова описывая формы контроля и участия родителей в использовании детьми Интернета, выделяют формы родительского совладающего поведения: проактивное совладание в ситуации предупреждения столкновения подростков с неприятными и враждебными ситуациями в будущем и трансформационное совладание в ситуации реагирования на уже случившиеся неприятные и враждебные ситуации [8]. Вопрос регулирования времени и цифровой безопасности больше подходят к формам предупреждения медиапсихологических рисков, чем к формам преодоления их последствий.

Учитывая, что медиапсихологический запрос родителя о цифровом времени входит в тройку наиболее востребованных тем психологической консультации, имеет смысл рассмотреть другие родительские запросы, наиболее коррелирующие с ним. Данная задача выполнена с помощью непараметрического корреляционного анализа по Спирмену (табл. 2).

Таблица 2

Взаимосвязи запроса «что делать, если ребенок много времени проводит с гаджетом и в социальных сетях?» с другими запросами родителя на психологическую консультацию ($n = 11932$)

Запрос родителя к психологу		Коэффициент корреляции
1	Как научить ребенка ставить учебные цели и достигать их?	0,308
2	Как создать доверительные отношения с ребенком?	0,297
3	Как быть, если ребенок ничем не интересуется?	0,296
4	Как научить ребенка учиться?	0,280
5	Какими способами можно преодолеть детскую агрессию и грубость?	0,276
6	Как вести себя с подростком в ситуациях возрастных кризисов?	0,275
7	В какой ситуации нужно обращаться за психолого-педагогической помощью?	0,264
8	Как научить ребенка организовать свою деятельность самостоятельно?	0,259
9	Как помочь ребенку преодолеть трудности в обучении?	0,250
10	Как говорить с ребенком о проблемах, связанных с половым созреванием?	0,249

Все представленные в таблице корреляционные связи статистически достоверны на высоком уровне значимости ($p < 0,001$). В целом стоит отметить, что все родительские запросы (в том числе медиапсихологические) достоверно связаны между собой, что отражает общий фон мотивации родителей в повышении родительской компетентности.

Вместе с тем абсолютный коэффициент корреляций различный, что позволяет проанализировать близкие к медиапсихологические запросы родителя. Данная информация полезна психологу-консультанту для формулирования комплексной стратегии повышения родительской компетентности обратившегося за медиапсихологической помощью. В итоге мы видим, что медиапсихологический запрос родителя по вопросу цифрового времени своего ребенка сопровождается запросами к психологу на темы формирования доверия между родителем и ребенком, развития его самостоятельности и учебной активности. Вероятно, излишнее цифровое время ребенка приводит прежде всего к трудностям в постановке ребенком учебных целей и их достижению, что и отражается в соответствующей наиболее статистически достоверной корреляционной связи ($r = 0,308$; $p < 0,001$).

Заключение

Медиапсихологические запросы родителей подростков входят во все части рейтинга наиболее востребованных обращений на получение психологической консультации онлайн. Наиболее востребован вопрос безопасного цифрового времени для ребенка (50,7 и 33,3 %). Следующие по востребованности у родителей медиапсихологические запросы касаются тем информационной

безопасности (23,7 %) и дистанционного обучения (26,1 %). Все медиапсихологические и не медиапсихологические родительские запросы тесно коррелируют друг с другом. Одновременно с потребностью в психологической консультации на тему безопасного цифрового времени у родителя проявляется потребность в создании доверительных отношений с ребенком, поддержании его самостоятельности, помощи ребенку в преодолении трудностей в обучении и детской агрессии.

Список литературы

1. Винтерхофф-Шпурк, П. Медиапсихология. Основные принципы. – Харьков : Гуманит. центр, 2007. – 288 с.
2. Вихман А.А. Востребованность запросов родителей старшеклассников на психолого-педагогическую консультацию // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2022. – № 11. – С. 64–71. – DOI: 10.24412/2712-827X-2022-11-64-71
3. Вихман А.А. Личностные предикторы кибервиктимности и кибербуллинга в юношеском возрасте // Психология и право. – 2023. – Т. 13, № 1. – С. 94–106. – DOI: 10.17759/psylaw.2023130107
4. Вихман А.А., Ротманова Н.В., Калугин А.Ю. Родительская компетентность и ее дефициты у родителя подростка // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2023. – Т. 33, № 1. – С. 38–49. – DOI:10.35634/2412-9550-2023-33-1-38-49
5. Дефициты родительской компетентности в вопросах воспитания и цифровой социализации как точки роста психологического благополучия детей и их родителей / А.А. Вихман, А.Ю. Калугин, Н.В. Ротманова, А.А. Скорынин // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2022. – № 4. – С. 609–620. – DOI: 10.17072/2078-7898/2022-4-609-620
6. Рожденные цифровыми: семейный контекст и когнитивное развитие / Г.У. Солдатова, Е.И. Рассказова, А.Е. Вишнева и др. – М. : Акрополь, 2022. – 356 с.
7. Смирнов Д.О., Вихман А.А. Психологические методы развития родительской рефлексии (для занятий офлайн и онлайн) : метод. пособие. Направления подготовки: 37.03.01, 37.04.01 – «Психология», 44.03.02, 44.04.02 – «Психолого-педагогическое образование» / Перм. гос. гуманитар.-пед. ун-т. – Пермь, 2023. – 116 с.
8. Солдатова Г.У., Львова Е.Н. Особенности родительской медиации в ситуациях столкновения подростков с онлайн-рисками // Психологическая наука и образование. – 2018. – Т. 23, № 3. – С. 29–41. – DOI: 10.17759/pse.2018230303
9. Хломов К.Д., Давыдов Д.Г., Бочавер А.А. Кибербуллинг в опыте российских подростков // Психология и право. – 2019. – Т. 9, № 2. – С. 276–295. – DOI: 10.17759/psylaw.2019090219
10. Шнейдер Л.Б., Зыкова М.Н. Компетентное родительство. – М. : Изд-во Моск. психол.-соц. ун-та, 2018. – 126 с.



11. Livingstone S., Ólafsson K., Helsper E.J. Maximizing opportunities and minimizing risks for children online: The role of digital skills in emerging strategies of parental mediation // *Journal of Communication*. – 2017. – Vol. 67, No. 1. – P. 82–105. – DOI: doi.org/10.1111/jcom.12277

Сведения об авторах

А.А. Вихман – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой практической психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, vixmann@mail.ru).

В.В. Гончаренко – ассистент кафедры теоретической и прикладной психологии, заместитель декана факультета психологии по воспитательной работе, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, goncharenko_vv@pspu.ru).

Е.Ю. Клещева – ассистент кафедры педагогики и психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, eklescheva1989@gmail.com).

Д.О. Смирнов – кандидат психологических наук, доцент, декан факультета психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, smirnov_do@pspu.ru).

Information about the authors

A.A. Vikhman – Ph.D. in Psychological Sciences, Head of the Department of Practical Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, vixmann@mail.ru).

V.V. Goncharenko – Assistant Professor, Department of Theoretical and Applied Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, goncharenko_vv@pspu.ru).

E.Yu. Kleshcheva – Assistant Professor, Department of Pedagogy and Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, eklescheva1989@gmail.com).

D.O. Smirnov – Ph.D. in Psychological Sciences, Head of the Department of Faculty of Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, smirnov_do@pspu.ru).

УДК 159.922.8

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-118-137

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ, СТИЛЕЙ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В КОНФЛИКТЕ И СПОСОБОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

**Арина Михайловна Мишкевич, Татьяна Ананьевна Попова,
Марианна Валерьевна Шпангель**

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Экспериментальное исследование направлено на изучение взаимосвязи черт личности, стратегий разрешения конфликтов и способов эмоциональной регуляции. Результаты корреляционного анализа показали наличие взаимосвязей между показателями черт личности (фасетов), эмоциональной регуляции и стратегиями поведения в конфликте. Черты личности Экстраверсия, Доброжелательность, Добросовестность положительно коррелируют со стратегиями взаимодействия в конфликте. Черты Экстраверсия, Доброжелательность, Добросовестность и Открытость опыту также положительно взаимосвязаны со способами эмоциональной регуляции (Когнитивная переоценка, Эмоциональная изменчивость, Подавление экспрессии).

Факторный анализ (метод главных компонент) позволил выделить четыре фактора, вобравших 65,2 % доли объяснимой дисперсии. Первый фактор «Когнитивная гибкость и конструктивное взаимодействие» вобрал 25,1 % доли объяснимой дисперсии, второй фактор «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов» – 15,7 %, третий фактор «Доброжелательное приспособление» – 14,0 %, четвертый фактор «Компромисс» – 10,1 %.

Полученные данные демонстрируют сложный и многомерный характер взаимосвязей между личностными чертами, способами эмоциональной регуляции и стратегиями поведения в конфликтных ситуациях.

Ключевые слова: черты личности, стратегии поведения в конфликте, фасеты, эмоциональная регуляция, экстраверсия, доброжелательность, добросовестность, открытость опыту, нейротизм

Для цитирования: Мишкевич А.М., Попова Т.А., Шпангель М.В. Взаимосвязь черт личности, стилей взаимодействия в конфликте и способов эмоциональной регуляции в юношеском возрасте // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 118–137. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-118-137



INTERRELATION OF PERSONALITY TRAITS, STYLES OF INTERACTION IN CONFLICT, AND WAYS OF EMOTIONAL REGULATION IN ADOLESCENCE

Arina M. Mishkevich, Tatyana A. Popova Marianna V. Spanagel

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. This experimental study aims to investigate the relationship between personality traits, conflict resolution strategies, and emotional regulation methods.

The results of the correlation analysis showed that there are relationships between personality traits (facets), emotional regulation, and conflict strategies. The personality traits of Extraversion, Agreeableness, and Conscientiousness are positively correlated with conflict strategies. The personality traits of Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, and Openness to Experience are also positively correlated with emotional regulation strategies (Cognitive Reappraisal, Emotional Flexibility, and Expression Suppression). Factor analysis (principal component method) allowed to allocate four factors, which absorbed 65,2 % of the share of the explained variance. The first factor "Cognitive flexibility and constructive interaction" absorbed 25,1 % of the share of the explained variance), the second factor "Suppressing emotions and avoiding conflicts" – 15,7 %, the third factor "Benevolent adaptation" – 14,0 %), the fourth factor "Compromise" – 10,1 %). The data obtained demonstrate the complex and multidimensional nature of the relationships between personality traits, methods of emotional regulation, and strategies for behaving in conflict situations.

Keywords: personality traits, conflict behavior strategies, facets, emotional regulation, extraversion, benevolence, conscientiousness, openness to experience, neuroticism

For citation: Mishkevich A.M., Popova T.A., Shpanagel M.V. Interrelation of personality traits, styles of interaction in conflict, and ways of emotional regulation in adolescence // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 118–137. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-118-137

Введение

Конфликты являются неизбежным и естественным явлением, сопровождающим каждого человека на протяжении жизни. Они представляют собой неотъемлемую часть социальных взаимодействий, играя важную роль в формировании и развитии межличностных и общественных отношений. Эффективное управление конфликтами требует не только понимания их природы, но и владения навыками их конструктивного разрешения, что способствует не только снижению напряженности в отношениях, но и личностному росту, а также гармоничному развитию общества.

Современная психология отошла от традиционного восприятия конфликта как исключительно негативного и деструктивного явления. В настоящее время конфликты рассматриваются как значимый компонент жизненного опыта, играющий важную роль в развитии личности. Исследования подчеркивают, что их последствия – конструктивные или деструктивные – в значительной

степени зависят от стратегий, которые человек выбирает для их преодоления [6]. Неверно выбранные стратегии могут усиливать существующие противоречия, тогда как эффективные подходы способствуют продуктивному разрешению конфликта. В рамках деятельностного подхода Н.В. Гришина определяет «стратегию поведения» как последовательность мыслительных и поведенческих актов, направленных на достижение определенного результата [4].

В практике диагностики, описания и анализа конфликтов значительный вклад внесли американские ученые К. Томас и Р. Килманн, разработавшие тест, позволяющий количественно оценивать основные стратегии поведения человека в конфликтных ситуациях [20]. Благодаря своей универсальности и прикладной значимости модель Томаса – Килманна остается одной из наиболее признанных и активно используемых методик для исследования и оценки конфликтного взаимодействия [6].

Поведение в конфликтных ситуациях представляет собой сложное взаимодействие личностных характеристик и факторов окружающей среды и зависит от ситуативных обстоятельств, личного опыта и индивидуальных особенностей личности [15]. Например, напряженность и жесткость конфликтов усиливаются в случае доминирования у участников таких качеств, как агрессивность, подозрительность и стремление к контролю. В то же время конфликты становятся более управляемыми и поддаются конструктивному разрешению, если участники проявляют такие черты как доверие, симпатию и открытость к альтернативным точкам зрения [19].

В современной психологии одной из наиболее признанных и универсальных моделей, предназначенных для описания индивидуальных особенностей личности, является пятифакторная модель, известная как «Большая пятерка», которая основывается на выделении пяти ключевых черт или факторов и характеризуют устойчивые диспозиции человека. Под чертой понимается относительно стабильная склонность индивида действовать определенным образом, проявляющаяся в широком спектре социальных и личностных контекстов. Эта модель получила широкое распространение в научном сообществе и рассматривается как консенсусная основа для исследования структуры личности [3].

Не менее важную роль в восприятии конфликта, интерпретации действий оппонентов и принятии решений, играют эмоциональные состояния участников конфликта. Исследования подчеркивают, что интенсивность эмоций может как способствовать конструктивному подходу к разрешению конфликта, так и усиливать деструктивные реакции [6]. Особое внимание в этом контексте уделяется юношескому возрасту как критическому периоду развития личности, в котором происходит интенсивное формирование личности, становление эмоциональной зрелости и освоение социальных компетенций. Уровень развития эмоциональной сферы и способность к пониманию эмоционального состояния собеседника становятся факторами, влияющими на характер взаимодействия и выбор стратегии поведения в условиях конфликта [12, 16].

Распознавание, отслеживание, оценивание и способность модифицировать свой эмоциональный опыт – сложный и многоуровневый набор процессов, представляющий эмоциональную регуляцию. Эти процессы могут быть



направлены как на усиление, так и на снижение интенсивности и частоты эмоциональных реакций, что делает их универсальным инструментом в управлении психоэмоциональным состоянием. Регуляции подлежат не только негативные эмоции, традиционно ассоциирующиеся с дискомфортом, но и позитивные, поскольку обе категории несут значимую информацию и способствуют адаптации в социальной среде. В рамках изучения эмоциональной регуляции выделяются два основных направления. Первое рассматривает эмоции как одно из средств регуляции психических процессов. Второе фокусируется на эмоциональной регуляции как на совокупности средств, направленных на управление эмоциями и их выражением [1].

Настоящее исследование проведено на основе процессуальной модели эмоциональной регуляции, разработанной Дж. Гроссом, которая рассматривает эмоциональный ответ как последовательный процесс, разворачивающийся во времени и поддающийся воздействию на различных его этапах. Согласно данной модели, эмоциональная регуляция может быть направлена либо на управление условиями, предшествующими возникновению эмоционального ответа, либо на регулирование уже сформировавшейся эмоциональной реакции. Авторами модели выбраны две частные стратегии эмоциональной регуляции: когнитивная переоценка и подавление экспрессии. Эти способы отвечают ряду ключевых критериев. Во-первых, они являются примерами глобальных подходов к эмоциональной регуляции, описанных выше. Во-вторых, данные стратегии широко применяются в повседневной жизни, что обеспечивает их практическую значимость. В-третьих, они могут быть объективно диагностированы с использованием опросников и легко воспроизводятся в лабораторных условиях, что делает их особенно удобными для эмпирического анализа. Такой подход позволяет глубже понять механизмы управления эмоциями и их влияние на межличностные взаимодействия [13].

Существующие исследования показывают, что экстраверты чаще выбирают стратегии Сотрудничество и Конфронтация, в то время как интроверты предпочитают Избегание, Компромисс и Приспособление. Люди с высоким уровнем Нейротизма склонны избегать конфликтов, что связано с их тревожностью и эмоциональной нестабильностью [5, 11]. Также обнаружено, что экстраверты могут выбирать стратегию Компромисс, а интроверты – Сотрудничество [7, 8]. Черта Добросовестность связана с механизмом подавления эмоций, а открытость опыту со способностью использовать адаптивный способ эмоциональной регуляции [18]. Стратегии Сотрудничество, Компромисс, Приспособление преимущественно применяются индивидами с высоким уровнем эмоционального интеллекта, что указывает на эмоциональную устойчивость и способность к саморегуляции. В то же время стратегии Конфронтация и Избегание свойственны людям с низким уровнем эмоционального интеллекта, что может свидетельствовать о повышенной раздражительности, агрессивности или тревожности [9].

Исследование взаимосвязей между чертами личности, эмоциональной регуляцией и стратегиями поведения в конфликте важно для понимания закономерностей взаимодействия индивидуальных особенностей и поведенческих

моделей. Отсутствие комплексного подхода к анализу взаимосвязей между этими показателями подчеркивают необходимость дальнейших исследований в данной области. Проблема научной работы сформулирована в виде исследовательского вопроса: как связаны между собой показатели черт и фасетов (аспектов) личности, способы эмоциональной регуляции и стратегии поведения в конфликте?

В рамках данного исследования используется адаптированная версия опросника Big Five Inventory-2 (BFI-2), разработанная Soto и John в 2017 году, который представляет собой научно обоснованный инструмент для оценки пяти ключевых измерений личности. Указанный опросник также охватывает три специфических грани (аспекта или фасета) каждого измерения, что позволяет проводить более детализированный и комплексный анализ личностной структуры [2]. С этих позиций данное исследование можно рассматривать как актуальное и востребованное как в теоретическом, так и в практическом аспекте.

Объект исследования: черты личности, эмоциональная регуляция, стратегии поведения в конфликте.

Предмет исследования: взаимосвязь черт личности и эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте.

Цель исследования заключается в выявлении взаимосвязи показателей черт личности и эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте (на выборке студентов).

Задачи исследования:

- 1) изучить взаимосвязь показателей черт личности и стратегий поведения в конфликте;
- 2) изучить взаимосвязь показателей черт личности и эмоциональной регуляции;
- 3) изучить взаимосвязь эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте;
- 4) выяснить, могут ли показатели черт личности, эмоциональной регуляции и стратегии поведения в конфликте образовывать совместные факторные структуры.

Исходя из цели и задач исследования, нами сформулированы следующие **гипотезы:**

1. Черты личности коррелируют со стратегиями поведения в конфликте и показателями эмоциональной регуляции
2. Показатели эмоциональной регуляции коррелируют со стратегиями поведения в конфликте.

Методы исследования

Для измерения пяти базовых черт, а также фасетов, из которых они состоят, был использован опросник The Big Five Inventory-2, BFI-2 личности (в адаптации А.Ю. Калугина, С.А. Щебетенко, А.М. Мишкевич [10, 17]); для выявления стиля ведущего поведения в конфликтной ситуации применена методика Томаса – Килманна; для диагностики стратегий эмоциональной регуляции



(когнитивной переоценки и подавления экспрессии) – опросник эмоциональной регуляции Emotion Regulation Questionnaire, ERQ Дж. Гросса (в адаптации А.А. Панкратовой, Д.С. Корниенко [12]).

Исследование было проведено в 2023–2024 годах на выборке студентов Пермского краевого колледжа искусства и культуры, в котором приняли участие 108 человек в возрасте 16–19 лет.

Полученные данные были обработаны с использованием пакета программы Jasp. Были применены следующие статистические методы обработки данных: описательные статистики, проверка нормальности распределения по критерию Шапиро – Уилкса, корреляционный анализ по критерию Спирмена, проверка степени применимости факторного анализа по критерию Кайзера – Мейера – Олкина, критерию сферичности Бартлетта, критерий «каменистой осыпи» Р. Кеттелла для сокращения исходного числа переменных, эксплораторный факторный анализ (метод главных компонент, вращение способом Varimax).

Обсуждение результатов исследования

В ходе проведенного исследования собран и проанализирован значительный объем эмпирических данных, что позволило выявить ключевые взаимосвязи между чертами личности, способами эмоциональной регуляции и стратегиями поведения в конфликтных ситуациях. Полученные результаты основываются на применении статистических методов, включая корреляционный анализ Спирмена и эксплораторный факторный анализ (метод главных компонент). Такой подход обеспечил возможность не только выявления корреляционных зависимостей между изучаемыми показателями, но и их структурирования, что позволило получить более полное представление о характере взаимодействия исследуемых показателей.

1. Для определения степени соответствия полученного эмпирического распределения нормальному применен критерий Шапиро – Уилкса, который дает оценку вероятности принадлежности имеющейся выборки генеральной совокупности с нормальным распределением. При $p > 0,05$ данное эмпирическое распределение приблизительно соответствует нормальному.

Таблица 1

Результаты дескриптивного анализа выборочной совокупности

Шкалы	Среднее	Ошибка среднего	Стандартное отклонение	Критерий Шапиро – Уилкса	p
Избегание	6,55	0,20	2,04	0,98	0,036
Сотрудничество	6,35	0,16	1,71	0,95	< 0,001
Приспособление	5,94	0,22	2,28	0,96	0,004
Конфронтация	3,72	0,29	3,01	0,93	< 0,001
Компромисс	7,44	0,20	2,09	0,97	0,021
Когнитивная переоценка	28,15	0,64	6,63	0,98	0,087
Подавление экспрессии	15,50	0,44	4,52	0,98	0,062
Экстраверсия	64,17	1,52	15,75	0,99	0,499
<i>Общительность</i>	65,79	1,83	19,01	0,97	0,028
Настойчивость	62,96	1,64	17,06	0,99	0,333
<i>Энергичность</i>	63,80	1,67	17,36	0,98	0,060

Окончание табл. 1

Шкалы	Среднее	Ошибка среднего	Стандартное отклонение	Критерий Шапиро – Уилкса	<i>p</i>
Доброжелательность	70,26	0,71	7,38	0,96	0,003
Сочувствие	77,18	1,00	10,42	0,90	< 0,001
Уважительность	71,99	0,90	9,37	0,96	0,001
Доверие	61,76	1,11	11,55	0,96	0,003
Добросовестность	71,27	1,26	13,13	0,98	0,066
Организованность	70,00	1,76	18,24	0,96	0,001
Продуктивность	66,16	1,50	15,58	0,97	0,031
Ответственность	77,73	1,24	12,87	0,96	0,004
Нейротизм	62,39	1,43	14,91	0,99	0,492
Тревожность	67,59	1,70	17,70	0,97	0,034
Депрессивность	56,67	1,81	18,80	0,96	0,005
Эмоциональная изменчивость	62,87	1,81	18,77	0,97	0,034
Открытость опыту	78,90	1,08	11,17	0,98	0,189
Любознательность	80,37	1,51	15,69	0,93	< 0,001
Эстетичность	70,09	1,17	12,11	0,97	0,035
Творческое воображение	70,65	1,41	14,68	0,98	0,123

Как видно из табл. 1, девять показателей из двадцати семи (что составляет 33,3 % от общего числа) имеют приблизительно нормальное распределение. Когнитивная переоценка ($p = 0,087$), Подавление экспрессии ($p = 0,062$), Экстраверсия ($p = 0,451$), Настойчивость ($p = 0,333$), Энергичность ($p = 0,060$), Добросовестность ($p = 0,061$), Нейротизм ($p = 0,472$), Открытость опыту ($p = 0,202$) и Творческое воображение ($p = 0,123$). Таким образом, можем сделать вывод о том, что в данном исследовании эмпирическое распределение не является нормальным. Соответственно, для анализа данных применены непараметрические методы.

2. Для проверки гипотезы о существовании взаимосвязей показателей черт личности со стратегиями поведения в конфликте и способами эмоциональной регуляции применен корреляционный анализ Спирмена. В табл. 2 представлены значимые коэффициенты корреляций показателей черт личности и стратегий поведения в конфликте.

Таблица 2

Корреляции показателей черт личности и стратегий поведения в конфликте

Шкалы	Избегание	Сотрудничество	Приспособление	Конфронтация
Экстраверсия	–0,46***			0,20*
Общительность	–0,44***			
Настойчивость	–0,44***			0,33***
Энергичность	–0,33***			
Доброжелательность			0,19*	–0,30**
Сочувствие			0,31**	–0,32***
Доверие		0,19*		

Окончание табл. 2

Шкалы	Избегание	Сотрудничество	Приспособление	Конфронтация
Добросовестность	-0,22*			
<i>Продуктивность</i>	-0,31***			
Нейротизм				
<i>Тревожность</i>			0,25**	
<i>Депрессивность</i>	0,25**			
Открытость опыту				
<i>Любознательность</i>			0,26**	-0,19*
<i>Творческое воображение</i>	-0,28**			

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

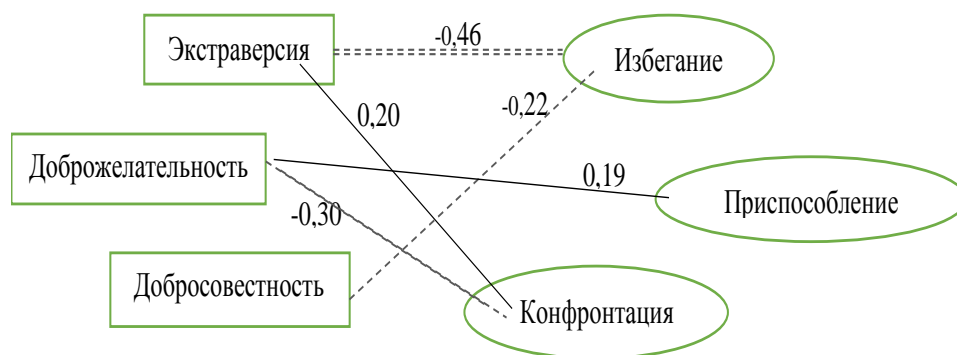


Рис. 1. Корреляция показателей черт личности и стратегий поведения в конфликте:

————— при $p \leq 0,05$
 ===== при $p \leq 0,01$

Результаты корреляционного анализа первого этапа подтверждают наличие статистически значимых, хотя и умеренных, корреляционных связей между показателями черт личности и стратегиями поведения в конфликте, о чем свидетельствуют коэффициенты корреляции, не превышающие 0,46 ($r > 0,70$).

Анализ показал слабую положительную связь черты Экстраверсия со стилем конфликтного взаимодействия Конфронтация ($r = 0,20$, $p < 0,05$) и отрицательную – со стилем Избегание ($r = -0,46$, $p < 0,001$). Это может указывать на то, что экстравертированные люди, благодаря своей общительности ($r = -0,44$, $p < 0,001$), настойчивости ($r = -0,44$, $p < 0,001$) и энергичности ($r = -0,33$, $p < 0,001$), чаще выбирают активное отстаивание своих интересов и реже уклоняются от решения конфликтов. Фасет Настойчивость, коррелирующий со стилем Конфронтация ($r = 0,33$, $p < 0,001$), играет ключевую роль в этой связи, подчеркивая важность уверенности в себе для активного и конструктивного подхода к конфликтам. Это свидетельствует о том, что экстраверты с высоким уровнем настойчивости скорее всего не станут использовать в конфликте стратегию уклонения, а предпочтут вступить с оппонентом в конфронтацию.

Доброжелательность как черта личности демонстрирует слабую положительную связь со стилем Приспособление ($r = 0,19, p < 0,05$) и отрицательную – со стилем Конфронтация ($r = -0,30, p < 0,01$). Фасет Доброжелательности Сочувствие, коррелируя со стилями Приспособление ($r = 0,31, p < 0,01$) и Конфронтация ($r = -0,32, p < 0,01$) подчеркивает, что эмпатия играет ключевую роль в избегании противостояния в конфликте.

Черта Добросовестность отрицательно коррелирует со стилем Избегание ($r = -0,22, p < 0,05$). Можно предполагать, что организованные и ответственные люди предпочитают активное решение конфликтов, избегая откладывания проблемы. Отрицательно со стилем Избегание коррелирует фасет Продуктивность ($r = -0,31, p < 0,001$). Фасет Нейротизма Тревожность положительно взаимосвязан со стилем Приспособление ($r = 0,25, p < 0,01$), а черта Депрессивность – со стилем Избегание ($r = 0,25, p < 0,01$). Это может указывать на то, что тревожные и депрессивные люди чаще склонны избегать конфликтов или уступать, что связано с их низкой стрессоустойчивостью и неуверенностью в своих силах.

Фасет Открытости опыту Любознательность положительно связан со стилем конфликтного взаимодействия Приспособление ($r = 0,26, p < 0,01$) и отрицательно – со стилем Конфронтации ($r = -0,19, p < 0,05$), фасет Творческое воображение отрицательно коррелирует со стилем Избегание ($r = -0,28, p < 0,01$). Эти результаты могут свидетельствовать о том, что открытые новому опыту люди более гибки и способны принимать другую точку зрения, они могут быстрее находить альтернативные подходы.

Полученные результаты частично соответствуют данным ранее проведенных исследований [5, 7, 11].

В табл. 3 представлены значимые коэффициенты корреляций показателей черт личности и способов эмоциональной регуляции.

Таблица 3

Корреляции показателей черт личности и способов эмоциональной регуляции

Шкалы	Когнитивная переоценка	Подавление экспрессии
Экстраверсия	0,35***	-0,38***
Общительность	0,20*	-0,41***
Настойчивость	0,27**	-0,31**
Энергичность	0,42***	-0,25**
Доброжелательность	0,35***	
Сочувствие	0,24*	-0,20*
Уважительность	0,20*	
Доверие	0,22*	
Добросовестность	0,29**	
Организованность	0,27**	
Продуктивность	0,35***	
Нейротизм	-0,38***	
Тревожность	-0,25**	
Депрессивность	-0,45***	
Эмоциональная изменчивость	-0,20*	-0,25**

Окончание табл. 3

Шкалы	Когнитивная переоценка	Подавление экспрессии
Открытость опыту	0,42***	-0,26**
<i>Любознательность</i>	0,21*	
<i>Эстетичность</i>	0,37***	
<i>Творческое воображение</i>	0,30**	-0,27**

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

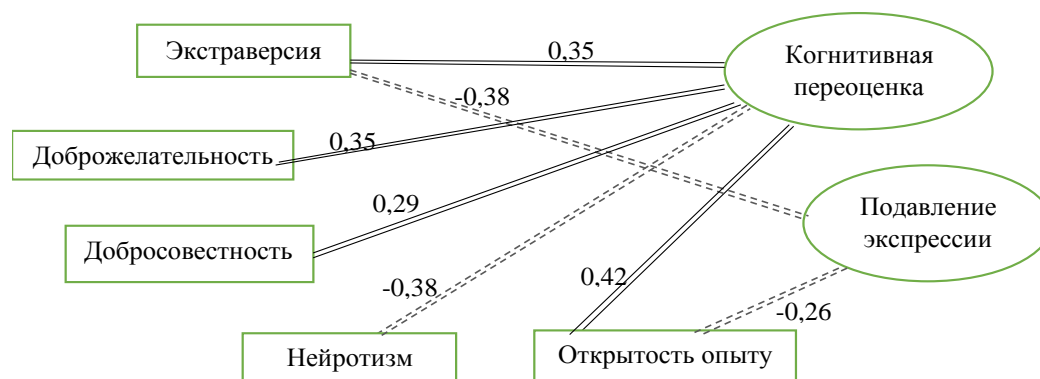


Рис. 2. Корреляции показателей черт личности и способов эмоциональной регуляции:

————— при $p \leq 0,05$
 - - - - - при $p \leq 0,01$

Результаты второго этапа корреляционного анализа, направленного на исследование взаимосвязи показателей черт личности и эмоциональной регуляции, показывают умеренный характер, в основном в пределах коэффициента корреляции от 0,20 до 0,42 ($r > 0,70$).

Показатель эмоциональной регуляции Когнитивная переоценка демонстрирует положительную взаимосвязь с чертами личности, которые ассоциируются с высоким уровнем адаптивности и психологической устойчивости: взаимосвязь Когнитивной переоценки и Экстраверсии ($r = 0,35$, $p < 0,001$), а также Доброжелательности ($r = 0,35$, $p < 0,001$) могут способствовать позитивному восприятию трудностей и поиску конструктивных решений благодаря оптимизму и социальной поддержке. Черта Добросовестность ($r = 0,29$, $p < 0,01$) предполагает ответственность за управление эмоциями, что может помочь переосмысливать ситуации и снижать эмоциональный стресс. Открытость опыту ($r = 0,42$, $p < 0,001$) отражает когнитивную гибкость и готовность принимать альтернативные точки зрения, что также может облегчать процесс когнитивной переоценки.

Отрицательная корреляция Когнитивной переоценки с Нейротизмом ($r = -0,38$, $p < 0,001$) указывает на то, что эмоциональная нестабильность и склонность к негативным эмоциям может затруднять рефлексивный анализ

ситуации. Выявлены корреляционные взаимосвязи со всеми фасетами представленных черт личности, направленности этих взаимосвязей соответствуют направленности связей с чертами личности, к которым фасеты относятся.

Стиль эмоциональной регуляции Подавление экспрессии отрицательно коррелирует с личностными чертами Экстраверсия ($r = -0,38, p < 0,001$) и Открытость опыту ($r = -0,26, p < 0,01$). Можно предположить, что более открытые и коммуникабельные люди могут с трудом подавлять свои эмоциональные проявления. Отрицательная взаимосвязь Когнитивной переоценки с фасетом Доброжелательности Сочувствие ($r = -0,20, p < 0,05$) и фасетом Нейротизма Эмоциональная изменчивость ($r = -0,25, p < 0,01$) указывает на то, что высокая эмоциональная чувствительность и сопереживание другим людям могут снижать возможность сдерживания уже возникших эмоций. Полученные результаты частично согласуются с ранее проведенными исследованиями [14, 18].

3. Для проверки гипотезы о существовании взаимосвязи стратегий поведения в конфликте со способами эмоциональной регуляции применен корреляционный анализ Спирмена. В табл. 4 представлены значимые коэффициенты корреляций стратегий поведения в конфликте и способов эмоциональной регуляции.

Таблица 4

**Корреляции стратегий поведения в конфликте
и способов эмоциональной регуляции**

Шкалы	Избегание	Сотрудничество	Конфронтация
Когнитивная переоценка		0,22*	-0,22*
Подавление экспрессии	0,24*		-0,20*

Примечание. * $p < 0,05$.

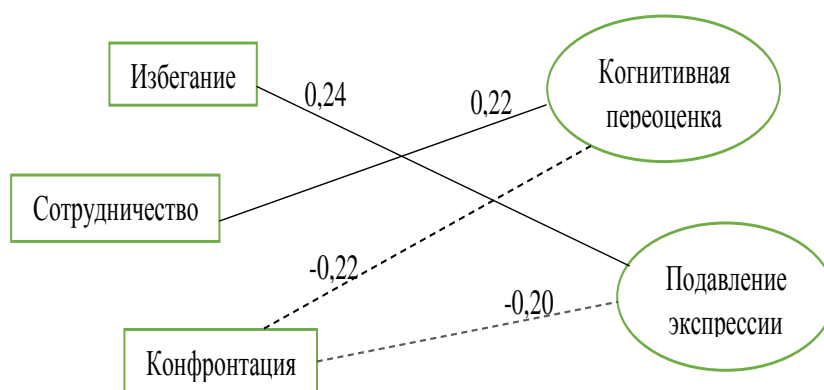


Рис. 3. Корреляции стратегий поведения в конфликте
и способов эмоциональной регуляции:

————— при $p \leq 0,05$
 - - - - - при $p \leq 0,01$

Результаты исследования подтверждают, что взаимосвязь между показателями эмоциональной регуляции и стратегиями поведения в конфликте носит



умеренный характер, о чем свидетельствуют коэффициенты корреляции, не превышающие 0,24 ($r > 0,70$).

Стиль регуляции Когнитивная переоценка положительно связан со стратегией Сотрудничество ($r = 0,22$, $p < 0,05$) и отрицательно – со стилем Конфронтация ($r = -0,22$, $p < 0,05$). Эти результаты подчеркивают адаптивный характер когнитивной переоценки: сотрудничество предполагает стремление к взаимовыгодному разрешению конфликта, что согласуется с когнитивной гибкостью и готовностью переосмысливать ситуацию для поиска оптимальных решений. Люди, склонные к когнитивной переоценке, демонстрируют меньшую эмоциональную реактивность, что способствует конструктивному взаимодействию. Отрицательная связь когнитивной переоценки со стилем Конфронтация указывает на то, что люди, использующие рефлексивно оценивающие ситуацию конфликта, реже прибегают к агрессивным действиям или настойчивому отстаиванию исключительно своей позиции, поскольку они способны учитывать альтернативные точки зрения.

Стиль эмоциональной регуляции «Подавление экспрессии» положительно связан со стратегией конфликтного поведения «Избегание» ($r = 0,24$, $p < 0,05$) и отрицательно – со стилем «Конфронтация» ($r = -0,20$, $p < 0,05$): Избегание как стратегия поведения в конфликте предполагает уклонение от решения проблемы. Люди, склонные к подавлению экспрессии, часто откладывают принятие решений или избегают обсуждения конфликта, поскольку не проявляют свои эмоции открыто. Это может быть связано с дискомфортом, вызванным необходимостью выражать свои чувства в конфликтных ситуациях. Данная корреляция говорит о том, что подавление эмоций снижает вероятность прямой конфронтации, так как человек может избегать выражения открытого несогласия или агрессии. Полученные данные свидетельствуют о том, что стиль регуляции Подавление экспрессии, в отличие от стиля «Когнитивная переоценка» менее адаптивен и может приводить к избеганию решения конфликта. Полученные результаты частично соотносятся ранее проведенными исследованиями [9].

4. Для проверки гипотезы о том, что показатели основных черт личности, эмоциональной регуляции и стратегии поведения в конфликте образуют специфические факторные структуры, применен факторный анализ (метод главных компонент, вращение способом Varimax), который позволил выявить структуру взаимосвязей указанных показателей. В анализ включены вторичные шкалы методики определения черт личности (5 шкал), а также первичные шкалы опросника на выявление стратегии эмоциональной регуляции Дж. Гросса (2 шкалы) и первичные шкалы теста Томаса – Килманна для определения предпочитаемой стратегии поведения в конфликте (5 шкал). При помощи критерия Кайзера – Мейера – Олкина (КМО) проведена проверка гипотезы о несущественности частных корреляций между переменными в генеральной совокупности. Данный критерий характеризует степень применимости факторного анализа к исследуемой выборке. В нашем исследовании КМО = 0,500, что говорит о низкой степени применимости факторного анализа в данных условиях.

Критерий сферичности Бартлетта, характеризующий многомерную нормальность для распределения переменных в исследуемой совокупности, при $p < 0,05$ подчеркивает приемлемость факторного анализа в имеющейся выборке.

В нашем исследовании критерий сферичности Бартлетта имеет $p < 0,001$, что свидетельствует о возможности применения факторного анализа к полученным в ходе эмпирического исследования данным. Следует отметить, что показатель χ^2 имеет $p < 0,001$, что говорит о несоответствии рассматриваемой модели генеральной совокупности.

Для сокращения исходного числа переменных, которое равно 12, использован критерий «каменистой осыпи» Р. Кеттелла, чтобы понимать, в какой точке убывание собственных значений переменных максимально замедляется. Визуально применение критерия представлено на рис. 4.

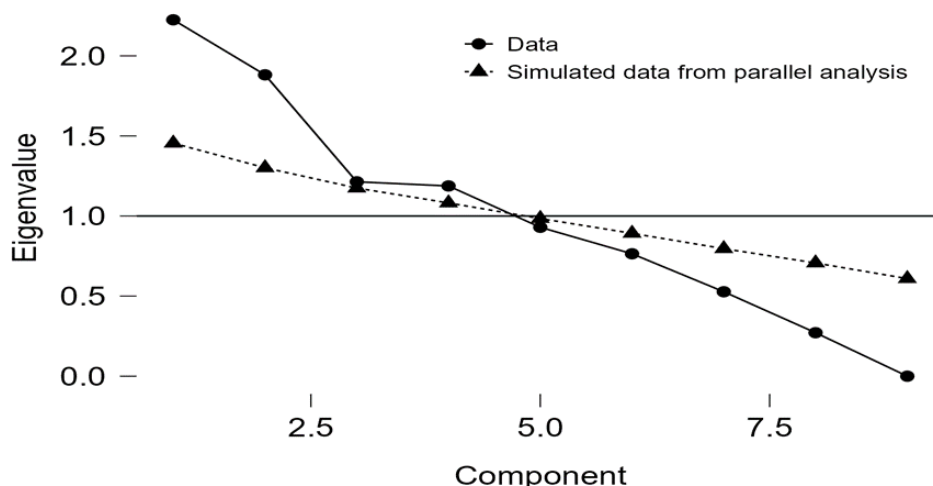


Рис. 4. Применение критерия «каменистой осыпи» Р. Кеттелла для определения числа факторов

Интерпретация результата применения критерия «каменистой осыпи» Р. Кеттелла говорит о том, что количество факторов, на котором стоит остановиться в данном случае при применении факторного анализа, составляет 4. В табл. 5 представлены результаты проведенного эксплораторного факторного анализа.

Таблица 5

Факторное отображение показателей черт личности, способов эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте

Показатели	Факторы после ротации			
	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4
Нейротизм	-0,77			
Когнитивная переоценка	0,70			
Доброжелательность	0,69		0,42	
Добросовестность	0,69			
Экстраверсия	0,67	-0,58		
Открытость опыту	0,56			
Сотрудничество	0,41			
Подавление экспрессии		0,73		

Окончание табл. 4

Показатели	Факторы после ротации			
	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4
		0,69		
Избегание				
Конфронтация		–0,51	–0,73	
Приспособление			0,90	
Компромисс				0,95
Доля объяснимой дисперсии, %	25,1	15,7	14,0	10,4

Примечание. Метод главных компонент, вращение факторов способом Varimax с нормализацией по Кайзеру – Мейеру – Олкину (КМО). Незначимые нагрузки опущены.

Визуально полученная структура факторов представлена на рис. 5.

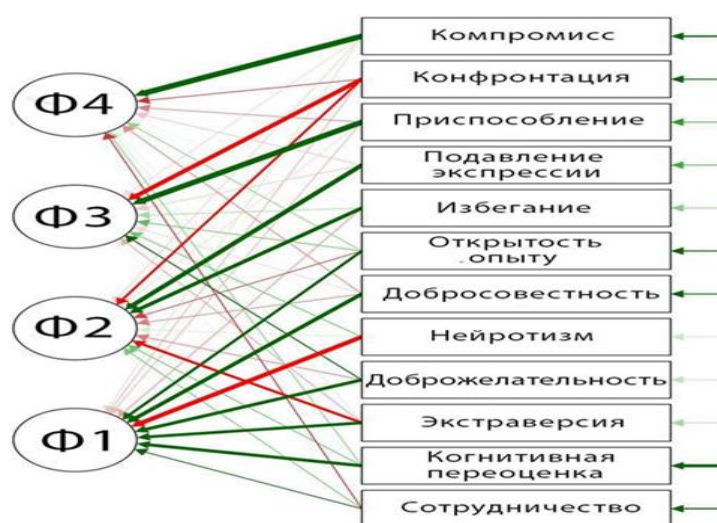


Рис. 5. Структура факторов, полученная в результате эксплораторного факторного анализа (метод главных компонент)

На четвертом этапе по результатам эксплораторного факторного анализа выделено 4 фактора, отражающих структуру взаимосвязи между показателями основных черт личности, эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте. Они охватили 65,2 % доли объяснимой дисперсии.

Фактор 1: «Когнитивная гибкость и конструктивное взаимодействие» (25,1 %).

В первый фактор вошли с положительными нагрузками показатели, характеризующие адаптивные и конструктивные подходы к эмоциональной регуляции и поведению в конфликте: Когнитивная переоценка (0,70), Доброжелательность (0,69), Добросовестность (0,69), Экстраверсия (0,67), Открытость опыту (0,56) и Сотрудничество (0,41). Отрицательная нагрузка показателя Нейротизм (–0,77) может свидетельствовать о том, что эмоциональная неста-

бильность и склонность к негативным переживаниям препятствует использованию когнитивной переоценки и конструктивному поведению.

Этот фактор можно интерпретировать как сочетание личностных и поведенческих характеристик, связанных с психологической устойчивостью, когнитивной гибкостью и ориентацией на взаимовыгодное разрешение конфликтов.

Фактор 2: «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов» (15,7 %)

Во второй фактор вошли переменные, отражающие менее адаптивные способы эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте: положительные нагрузки показателей Подавление экспрессии (0,73) и Избегание (0,69) указывают на склонность к сдерживанию эмоциональных проявлений и уклонению от разрешения конфликтных ситуаций. Отрицательные нагрузки показателей Экстраверсия (–0,58) и Конфронтация (–0,51) подчеркивают, что такая стратегия характерна для менее общительных людей, которые могут быть не склонны к активному и открытому отстаиванию своей позиции.

Этот фактор может быть связан с повышенной эмоциональной чувствительностью, стремлением избежать конфронтации и накоплением внутреннего напряжения.

Фактор 3: «Доброжелательное приспособление» (14,0 %)

Третий фактор объединяет показатели, связанные с пассивными и уступчивыми стратегиями поведения: положительные нагрузки показателей Приспособление (0,90) и Доброжелательность (0,42) указывают на готовность идти на уступки, избегая конфликта. Отрицательное значимое значение показателя Конфронтация (–0,73) подчеркивает противоположность между приспособлением и активным отстаиванием своих интересов.

Этот фактор отражает стратегию, основанную на сглаживании конфликтов за счет уступок, что может быть, как адаптивным, так и неадаптивным в зависимости от контекста.

Фактор 4: «Компромисс» (10,1 %)

В четвертый фактор вошел со значимой нагрузкой только один показатель – Компромисс (0,95), что говорит о его специфичности.

Компромисс как стратегия поведения в конфликте характеризует ориентацию на взаимное удовлетворение интересов сторон, что подразумевает баланс между уступками и отстаиванием своих интересов. Этот фактор можно интерпретировать как универсальную и адаптивную стратегию разрешения конфликтов, которая требует развитых коммуникативных навыков и готовности к диалогу.

Необходимо отметить, что показатель Доброжелательность вошел одновременно в два фактора с положительной нагрузкой: «Когнитивная гибкость и конструктивное взаимодействие» и «Доброжелательное приспособление». Не исключено, что Доброжелательность может быть связующим звеном между когнитивной переоценкой и приспособлением: сначала человек с высоким уровнем доброжелательности может переосмыслить ситуацию, снизив эмоциональное напряжение, а затем адаптировать свое поведение в сторону уступчивости.

Черта «Экстраверсия» также включена в два фактора: с положительной нагрузкой в фактор «Когнитивная гибкость и конструктивное взаимодействие»



и отрицательной нагрузкой в фактор «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов». Экстраверсия как личностная черта, характеризующаяся выраженной социальной активностью, общительностью и ориентацией на позитивные эмоциональные состояния, в данном случае может быть рассмотрена как свидетельство того, что экстраверты, вероятно, обладают повышенной способностью переосмысливать стрессовые ситуации в позитивном ключе, что способствует достижению эмоционального равновесия и эффективному взаимодействию с окружающей средой. Одновременно отрицательная нагрузка на фактор «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов» позволяет предположить, что экстраверты менее склонны к сдерживанию своих эмоциональных проявлений. Эта тенденция может объясняться их потребностью в выражении эмоций и активном вовлечении в социальное окружение. Таким образом, экстраверсия, с одной стороны, вероятно способствует использованию адаптивных способов управления эмоциями, таких как Когнитивная переоценка, а с другой стороны, может препятствовать применению менее адаптивных способов, связанных с подавлением эмоциональных реакций, таких как Подавление экспрессии.

Для стиля поведения в конфликте «Конфронтация» выявлено одновременное вхождение с отрицательной нагрузкой в факторы: «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов» и «Доброжелательное приспособление». Во-первых, в отношении фактора «Подавление эмоций и уклонение от конфликтов» отрицательная нагрузка может указывать на то, что Конфронтация как стратегия поведения несовместима с тенденцией к сдерживанию эмоциональных реакций. Это может быть связано с тем, что конфронтационное поведение предполагает открытое выражение эмоций, например, таких как гнев или разочарование, и активное вовлечение в ситуацию для ее изменения.

Во-вторых, в отношении фактора «Доброжелательное приспособление» отрицательная нагрузка может свидетельствовать о том, что стиль «Конфронтация» противоположен уступчивости и сглаживанию противоречий. Высокий уровень конфронтации может указывать скорее на предпочтение активному отстаиванию своих интересов, даже если это сопряжено с риском нарушения социальных отношений или увеличения напряженности. Данные результаты могут позволить рассматривать Конфронтацию как активный, выразительный и потенциально менее гибкий способ взаимодействия с окружающими и управления эмоциями.

Итоги факторного анализа позволяют заключить следующее: модель объясняется весом факторов в 65,2 %.

При помощи критерия Кайзера – Мейера – Олкина (КМО) проверены гипотезы о несущественности частных корреляций между переменными в генеральной совокупности, который характеризует степень применимости факторного анализа к исследуемой выборке. В нашем исследовании КМО = 0,500, что говорит о низкой степени применимости факторного анализа в данных условиях. Это показатель свидетельствует о слабой корреляционной структуре между переменными, что может ограничивать возможность выявления скрытых факторов.

Критерий сферичности Бартлетта при $p < 0,05$ говорит о приемлемости факторного анализа в имеющейся выборке. В нашем исследовании критерий сферичности Бартлетта имеет $p < 0,001$, что свидетельствует о возможности применения факторного анализа к полученным в ходе эмпирического исследования данным. Следует отметить, что показатель χ^2 имеет $p < 0,001$, что говорит о несоответствии рассматриваемой модели генеральной совокупности.

Несмотря на низкое значение КМО и χ^2 значение критерия Бартлетта подтверждает, что факторный анализ применим к данной выборке, хотя результаты требуют осторожной интерпретации. Важно учитывать ограничения, вызванные низким значением КМО, и рассматривать данные результаты как предварительные.

Заключение

Проведенное исследование, направленное на изучение взаимосвязи черт личности, эмоциональной регуляции и стратегий поведения в конфликте, позволило выявить ключевые аспекты данных феноменов. Полученные результаты подтверждают гипотезы о наличии взаимосвязей между указанными показателями, однако сильных корреляционных связей обнаружено не было, что свидетельствует о сложном и многомерном характере их взаимодействия.

На первом этапе исследования результаты корреляционного анализа показали наличие связей между показателями черт личности и стратегиями поведения в конфликте. Так, Экстраверсия положительно связана с Конфронтацией и отрицательно с Избеганием через фасет Настойчивость, что может объясняться склонностью экстравертов к активному отстаиванию своих интересов. В противоположность этому Доброжелательность положительно связана с Приспособлением и отрицательной связью с Конфронтацией, особенно за счет фасета Сочувствие, который указывает на предпочтение гармонизации отношений даже ценой собственных интересов. Добросовестность проявляет отрицательную связь с Избеганием через фасет Продуктивность, подчеркивая этим, что эффективные и результативные люди предпочитают активные способы разрешения конфликтов. Нейротизм ассоциируется с пассивными стратегиями, такими как Приспособление и Избегание, что связано с низкой стрессоустойчивостью и стремлением избегать напряженных ситуаций. Открытость опыту демонстрирует гибкость в выборе стратегий, поддерживая Приспособление и избегая Конфронтации, что объясняется развитым творческим мышлением и стремлением к альтернативным решениям.

На втором этапе исследования выявлены значимые корреляции между показателями черт личности и эмоциональной регуляцией. Когнитивная переоценка положительно связана с чертами личности Экстраверсия, Доброжелательность, Добросовестность и Открытость опыту, а также отрицательно с чертой Нейротизм. Это указывает на то, что когнитивная переоценка базируется на таких личностных чертах, как позитивная эмоциональность, доверие, ответственность и открытость к новым идеям. Напротив, Подавление экспрессии характеризуется отрицательными связями с Экстраверсией, Открытостью опыту, а также с фасетами Сочувствие и Эмоциональная изменчивость. Люди с выра-



женной эмпатией, эмоциональной отзывчивостью и открытостью, вероятно, предпочитают более экспрессивные формы эмоциональной регуляции.

Третий этап исследования подтвердил наличие корреляций между стратегиями поведения в конфликте и способами эмоциональной регуляции. Когнитивная переоценка положительно связана со стилем поведения в конфликте Сотрудничество и отрицательно – с Конфронтацией, что подчеркивает изменение восприятия ситуации личностью при когнитивной переоценке. Подавление экспрессии, в свою очередь, положительно коррелирует со стилем Избегание и отрицательно – с Конфронтацией, что демонстрирует склонность к откладыванию разрешения конфликтов при минимизации агрессивного поведения.

На основании эксплораторного факторного анализа были выявлены четыре структуры, объединяющие показатели черт личности, стратегий поведения в конфликте, способов эмоциональной регуляции. Установлено, что, несмотря на наличие взаимосвязей, черты личности, эмоциональная регуляция и стратегии поведения в конфликте не образуют единую факторную структуру, что подчеркивает их относительную независимость и специфическую роль в рамках конфликтного взаимодействия.

Таким образом, гипотезы исследования нашли свое эмпирическое подтверждение.

Список литературы

1. Виленская Г.А. Эмоциональная регуляция: факторы ее развития и связанные с ней виды поведения // Психологический журнал. – 2020. – Т. 41, № 5. – С. 63–76.
2. Витко Ю.С., Калугин А.Ю., Щебетенко С.А. Многообразие структур черт личности // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. – 2022. – № 1 (6). – С. 183–193.
3. Воронкова Я.Ю., Радюк О.М., Басинская И.В. «Большая пятерка», или Пятифакторная модель личности // Смысл, функции и значение разных отраслей практической психологии в современном обществе : сб. науч. тр. / под ред. Е.Н. Ткач. – Хабаровск, 2017. – С. 39–45.
4. Гришина Н.В. Психология конфликта. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2008. – 544 с.
5. Дубровина С.В., Климонтова Т.А., Чепурко Ю.В. Стратегия поведения в конфликтной ситуации при различной направленности личности (по параметру экстраверсия-интроверсия) // АНИ: педагогика и психология. – 2016. – № 4 (17).
6. Жирарде М., Гришина Н.В. Психологические особенности отношения к конфликтам // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. – 2014. – Т. 2. – С. 109–114.
7. Ионова М.С. Стиль поведения в конфликте старшеклассников – экстравертов и интровертов // Вестник педагогического опыта. – 2018. – № 41. – С. 134–138.

8. Ионова М.С., Пятаева Е.В. Стратегии поведения в конфликте студентов с экстравертным и интровертным типом личности // Огарёв-Online. – 2020. – № 11. – С. 1–7.
9. Лаврив Т.В. Роль эмоционального интеллекта в выборе стратегий поведения в конфликте // Академическая публицистика : науч. электрон. журн. – 2024. – № 3-2. – С. 286–291.
10. Мишкевич А.М., Щебетенко С.А., Калугин А.Ю. Апробация краткой и сверхкраткой версий вопросника The Big Five Inventory-2, BFI-2-S и BFI-2-XS1 // Психологический журнал. – 2022. – Т. 43, № 1. – С. 95–108.
11. Овчаренко М.С. Взаимосвязь особенностей темперамента личности и типа конфликтного поведения // Вестник науки. – 2023. – № 9 (66), Т. 2. – С. 148–160.
12. Панкратова А.А., Корниенко Д.С. Русскоязычная адаптация опросника ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) Дж. Гросса // Вопросы психологии. – 2017. – № 5. – С. 139–149.
13. Панкратова А.А., Паршикова О.В., Черткова Ю.Д. Связь стратегий эмоциональной регуляции с субъективным благополучием и жизнестойкостью // Психология. Журнал ВШЭ. – 2022. – № 2.
14. Первитская А.М., Болдырева А.И. Проявление эмоциональных барьеров общения и индивидуально–психологических свойств личности в зависимости от уровня самопредъявления в студенческой среде // Вестник Курганского государственного университета. – 2020. – № 1 (55). – С. 52–55.
15. Петрова Е.Г. Особенности выбора стратегии поведения в конфликте в студенческой среде // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. – 2015. – № 2.
16. Психологические барьеры профессиональной карьеры спортсменов – Т.Д. Дубовицкая, Г.М. Романова, И.Н. Макарова, И.Н. Овсянникова // Психология спорта. – 2020. – № 2. – С. 51–53.
17. Психометрика русскоязычной версии The Big Five Inventory-2 / А.Ю. Калугин, С.А. Щебетенко, А.М. Мишкевич и др. // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2021. – Т. 18, № 1. – С. 7–33.
18. Самсонова Г.Г., Белашева И.В. Особенности стратегий эмоциональной регуляции у студентов с разными личностными профилями // Актуальные проблемы исследования массового сознания : материалы 6-й Междунар. науч.-практ. конф. (г. Москва, 19–20 марта 2021 года) / отв. ред. В.В. Константинов. – М. : Перо, 2021. – С. 294–300.
19. Goel D., Khan I. Predictive role of personality on conflict management strategies of individual in IT sector: Indian perspective // National Conference of Emerging Challenges for sustainable Business. – 2012. – P. 600–622.
20. Kilmann R.H., Thomas K.W. Interpersonal Conflict-Handling Behavior as Reflections of Jungian Personality Dimensions // Psychological Reports. – 1975. – Vol. 37. – P. 315–318.



Сведения об авторах

А.М. Мишкевич – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, arinamishkevich@ya.ru).

Т.А. Попова – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, permtan@yandex.ru).

М.В. Шпангель – магистрант 2 курса философско-социологического факультета направления «Психология», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, shpanagelm@yandex.ru).

Information about the authors

A.M. Mishkevich – Ph.D., Associate Professor at Department of Developmental Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, arinamishkevich@ya.ru).

T.A. Popova – Ph.D., Associate Professor at Department of Developmental Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, permtan@yandex.ru).

M.V. Spanagel – 3st Year Master's Student of the Faculty of Philosophy and Sociology of the direction “Psychology”, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, shpanagelm@yandex.ru).

УДК 618.2-055.26

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-138-151

ОСОБЕННОСТИ ГЕСТАЦИОННОЙ ДОМИНАНТЫ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Татьяна Ананьевна Попова, Людмила Ивановна ВештемоваПермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Представлены результаты исследования различий и взаимосвязи между показателями гестационной доминанты, тревожности и психологического благополучия беременных женщин. Выявлено, что первородящие женщины характеризуются более высоким уровнем оптимального и игнорирующего типов гестационной доминанты и психологического благополучия по сравнению с повторнородящими. В то же время женщины обеих выборок демонстрируют высокую тревожность перед родами. Обнаружены различные модели интеркорреляций показателей гестационной доминанты, тревожности и психологического благополучия у первородящих и повторнородящих женщин.

Ключевые слова: гестационная доминанта, психологическое благополучие, тревожность, первородящие и повторнородящие женщины

Для цитирования: Попова Т.А., Вештемова Л.И. Особенности гестационной доминанты, психологического благополучия и уровня тревожности беременных женщин // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 138–151. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-138-151

FEATURES OF GESTATIONAL DOMINANT, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, AND ANXIETY LEVEL IN PREGNANT WOMEN

Tatyana A. Popova, Lyudmila I. Veshtemova

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. This article presents the results of a study of the differences and interrelations between the indicators of gestational dominance, anxiety, and psychological well-being in pregnant women. It was found that first-time mothers have a higher level of optimal and ignoring types of gestational dominance and psychological well-being compared to second-time mothers. At the same time, women in both samples demonstrate high anxiety before childbirth. Different models of intercorrelations between the indicators of gestational dominance, anxiety, and psychological well-being were found in first-time and second-time mothers.



Keywords: gestational dominant, psychological well-being, anxiety, first-time and second-time mothers

For citation: Popova T.A., Veshtemova L.I. Features of the gestational dominant, psychological well-being, and anxiety level in pregnant women // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 138–151. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-138-151

Введение

Одним из важных направлений в изучении психологии беременных является исследование доминанты беременности, которая представляет собой комплексную характеристику состояния женщины и ее окружения, охватывающую четыре ключевых аспекта: медицинский, психологический, социальный и культурный. Психологический компонент гестационной доминанты (ПКГД), описанный И.В. Добряковым [2, 4], традиционно изучается в рамках перинатальной психологии. Он включает механизмы психической саморегуляции, формирующие отношение женщины к беременности и материнству, а также меняющие ее взаимодействие с окружающими. Тип ПКГД имеет значение как для женщины, так и для ее ребенка, и связан с особенностями протекания беременности. Сравнительный анализ женщин с различными типами психологического компонента гестационной доминанты показывает, что женщины с оптимальным типом успешно преодолевают кризис идентичности и демонстрируют более высокие показатели самоактуализации, осмысленности и значимости материнства. В то время как у женщин с другими типами гестационной доминанты наблюдается сосредоточение целей и смыслов жизни только на текущем периоде, без выстраивания дальнейших перспектив. Личностные черты женщин могут выступать предикторами типа психологической компоненты гестационной доминанты в связи с опытом материнства [6].

Психологическое состояние беременных женщин формируется под воздействием различных факторов, включая восприятие беременности, личные ожидания и культурные традиции. На эмоциональное состояние женщины и повышение тревожности могут влиять изменения гормонального фона и физиологическое состояние [1]. Исследования тревожности у женщин с различными типами психологического компонента гестационной доминанты показывают, что у женщин с оптимальным типом доминанты менее выражены симптомы тревожности, нежели у женщин с другими типами ПКГД [3]. У женщин на разных сроках беременности уровень тревожности и субъективного благополучия может варьироваться, что связано с уровнем восприятия изменений в собственном теле и их готовностью к материнству [12].

Женщины, имеющие сильную привязанность к своему гестационному опыту, часто испытывают трудности с адаптацией к новой роли матери, что способствует возникновению тревожных расстройств (В.Н. Станкевич, Н.В. Луговая, 2021). Психоэмоциональное состояние беременных женщин подвержено динамическим изменениям на разных этапах вынашивания ребенка. В исследовании О.А. Лебедевой и С.П. Сидоровой (2021) анализировалась взаимосвязь между гестационной доминантой и уровнями тревожности у женщин,

ожидающих первого ребенка. Авторы выяснили, что высокие уровни тревожности у первородящих женщин часто коррелируют с их восприятием собственного тела и готовностью к материнству. Женщины, которые испытывали затруднения в принятии изменений в своей жизни и новой роли, чаще сообщали о повышенной тревожности. К усилению тревожности приводят сомнения беременных женщин по поводу способности стать хорошими матерями (К.В. Дьяков, 2020). У первородящих женщин, воспринимающих беременность как стрессующий опыт, уровень тревожности значительно выше, поэтому значимыми оказываются поддержка со стороны партнера, отношение семьи и окружения, обеспечение материальных и бытовых потребностей (А.Ю. Соколова, 2022). Тревожность может проявляться как в виде ситуативных (реактивных) эмоциональных всплесков, так и в форме устойчивой (личностной) черты характера. Наиболее высокая тревожность отмечается в первом и третьем триместрах; в первом триместре это связано с неуверенностью в сохранности беременности, а в третьем – с ожиданием родов и перемен в жизни [9]. Л.Л. Баландина, А.Г. Радостева, Т.М. Харламова (2018) в своей работе показали, что даже среди женщин с физиологически нормальным течением беременности почти у 40 % возможны проявления эмоционального напряжения и тревожности различной степени.

Таким образом, исследования показывают, что гестационная доминанта может существенно влиять на уровень тревожности у женщин как в период беременности, так и после родов [8, 10, 12]. Эмоциональное состояние будущих матерей может варьироваться в зависимости от их личного восприятия изменений в жизни и социальных ожиданий. В совокупности эти исследования подчеркивают важность изучения гестационной доминанты как фактора, влияющего на психологическое состояние первородящих, и демонстрируют необходимость комплексного подхода к поддержке женщин во время беременности [8].

В контексте материнства и беременности феномен психологического благополучия приобретает особое значение, поскольку эмоциональное состояние женщины влияет не только на нее, но и на развитие и формирование личности будущего ребенка (Н.А. Юнусова, 2024). По исследованиям В.В. Ильченко и Р.И. Джибилова, существуют статистически значимые связи между отношением женщины к беременности и индивидуально-психологическими характеристиками, их психологическим благополучием [5]. Кроме того, психологическое благополучие беременной женщины связано с принятием собственного тела, с физическими изменениями тела во время беременности. Во всех триместрах беременности на психологическое благополучие женщины влияют развитый эмоциональный интеллект, осознание жизненных смыслов, отсутствие четко выраженной интроспекции, фиксации на негативном прошлом и фаталистического взгляда на настоящее [3].

Психологическое состояние женщин во время беременности может меняться настолько существенно, что этот период стоит рассматривать как своеобразный «кризис» (И.Р. Хох, Е.В. Шакирова, 2017; Д. Пайнз, 2017).

Таким образом, формирование позитивной гестационной доминанты напрямую связано с психологическим благополучием, общим психоэмоциональным фоном женщины и ее успешной адаптацией к материнству [13].



Становится очевидным, что поддержка благополучного формирования гестационной доминанты – важная задача для специалистов психолого-педагогической и медицинской сферы, поскольку она существенно способствует сохранению психологического здоровья беременной и позитивному отношению к предстоящему материнству. Поддержка, внимание к эмоциональным потребностям и создание позитивного окружения могут существенно улучшить качество жизни будущей матери и ее эмоциональное состояние, что в свою очередь положительно скажется на развитии ребенка.

Анализ публикаций, рассматривающих психологические и социокультурные особенности периода беременности, формирование гестационной доминанты, характер психоэмоциональных переживаний женщин, а также различные аспекты субъективного благополучия в этот период, позволил нам определить объект и предмет, цель и задачи работы, сформулировать основные гипотезы и подобрать валидные, достоверные методы эмпирического исследования.

Объект исследования – гестационная доминанта, психологическое благополучие и уровень тревожности первородящих женщин.

Предмет исследования – взаимосвязь показателей типа гестационной доминанты, психологического благополучия и уровня тревожности первородящих и повторнородящих женщин.

Целью настоящего исследования является изучение взаимосвязи между показателями типа отношения к беременности (гестационной доминанты) беременности, психологического благополучия и уровня тревожности первородящих и повторнородящих женщин, а также выявление различий исследуемых показателей в данных выборках.

Мы предположили, что:

1) существуют значимые различия средних показателей ПКГД, психологического благополучия и тревожности в выборках первородящих и повторнородящих женщин;

2) существует взаимосвязь показателей отношения к беременности, психологического благополучия и тревожности в выборках первородящих и повторнородящих женщин;

3) интеркорреляции показателей отношения к беременности, психологического благополучия и уровня тревожности в исследуемых выборках имеют различный характер.

В рамках данного исследования было опрошено 142 беременных женщины. Было сформировано две выборки: первородящие (69 испытуемых) и повторнородящие (73 испытуемых). Были применены валидные и надежные методики: тест отношений беременной (ТОБ) И.В. Добрякова, шкала самооценки уровня тревожности Спилберга – Ханина, опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф. Для анализа данных использовались математико-статистические методы (U-критерий Манна – Уитни и корреляционный анализ Спирмена).

Основная часть

На первом этапе исследования был проведен сравнительный анализ показателей теста отношения к беременности, психологического благополучия и тревожности в выборках первородящих и повторнородящих женщин по непа-

раметрическому *U*-критерию Манна – Уитни (на основании ненормальности распределения данных). В результате сравнения изучаемых показателей в данных выборках были получены статистически достоверные различия по показателям ПКГД (типа психологического компонента гестационной доминанты) и показателям психологического благополучия (таблица).

**Статистически достоверные различия показателей ПКГД,
тревожности и субъективного благополучия в выборках
первородящих и повторнородящих женщин**

№	Показатели	Средний ранг (повторные роды, $n = 73$)	Средний ранг (первые роды, $n = 69$)	<i>U</i> -критерий	<i>p</i>
1	Депрессивный тип	78,59	77,64	2196,5	0,0**
2	Гипогестогнозический тип	63,86	62,76	2943	0,02*
3	Оптимальный тип	76,41	80,3	1925,5*	0,03*
4	Управление средой	78,11	82,07	1967,5*	0,03*
5	Цели в жизни	79,27	82,28	1810,5	0,01**
6	Психологическое благополучие	77,09	80,59	1908,5*	0,03*

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

Результаты сравнительного анализа (см. таблицу) показали достоверные различия по показателям ПКГД «Депрессивный тип», «Гипогестогнозический тип», «Оптимальный тип» и показателям субъективного благополучия «Управление средой», «Цели в жизни», «Психологическое благополучие». У повторнородящих женщин ниже фон настроения, страх перед родами, нежелание менять привычный образ жизни. Первородящие женщины более позитивно относятся к своей беременности, выполняя все назначения врачей.

По показателям ситуативной ($39,49 \pm 10,23$) и личностной ($40,17 \pm 8,74$) тревожности значимых различий выявлено не было, хотя показатели тревожности выше среднего в обеих выборках (ситуативная тревожность в выборке первородящих – 67,68, личностная – 67,5, в выборке повторнородящих – ситуативная – 71,83, личностная – 73,18). Этот факт говорит о высокой тревожности женщин непосредственно перед рождением ребенка, независимо от порядка рождения.

Исследование показало, что первородящие женщины имеют более высокий уровень психологического благополучия и более высокий показатель «Оптимального типа» ПКГД по сравнению с повторнородящими. Это может быть обусловлено отсутствием у первородящих предыдущего опыта, который часто приводит к повышенному уровню контроля ситуации и лучшему эмоциональному состоянию. Обнаруженные различия свидетельствуют о более позитивных установках на беременность и материнство и более высоком уровне психологического благополучия женщин, рожаящих впервые. Возможно, женщины, не имеющие опыта родов, стремятся к большему контролю над ситуацией (более высокие значения показателя «Управление окружением») ввиду новизны и неопределенности из-за отсутствия подобного опыта в изменении собствен-



ного организма в прошлом. Вероятно, стремление к контролю взаимосвязано с таким показателем психологического благополучия как управление окружением. Социальное окружение может оказывать психологическую поддержку и создает необходимые обстоятельства для женщины, беременной первым ребенком. Обнаружено, что отношение беременных женщин к своему состоянию перед предстоящими первыми родами является более оптимальным, нежели у повторнородящих женщин.

Следующим этапом нашего исследования было изучение взаимосвязей изучаемых показателей в обеих выборках. Рассмотрим более подробно характер интеркорреляций показателей психологического благополучия, типа ПКГД, ситуативной и личностной тревожности в обеих выборках. Вначале рассмотрим результаты корреляционного анализа на выборке первородящих женщин (рис. 1 и 2). В группе первородящих женщин между показателями ПКГД и психологического благополучия были выявлены многочисленные положительные и отрицательные статистически достоверные взаимосвязи (см. рис. 1). Депрессивный тип отношения к беременности отрицательно коррелирует с показателями психологического благополучия: управление средой ($r = -0,29$; $p < 0,01$), цели в жизни ($r = -0,30$; $p < 0,01$), личностный рост ($r = -0,38$; $p < 0,001$) и общим психологическим благополучием ($r = -0,32$; $p < 0,01$). Усиление депрессивных проявлений отношения к беременности сопряжено с утратой чувства контроля над окружающей обстановкой, снижением целеустремленности и стремлением к саморазвитию и в целом снижением психологического благополучия (и наоборот).

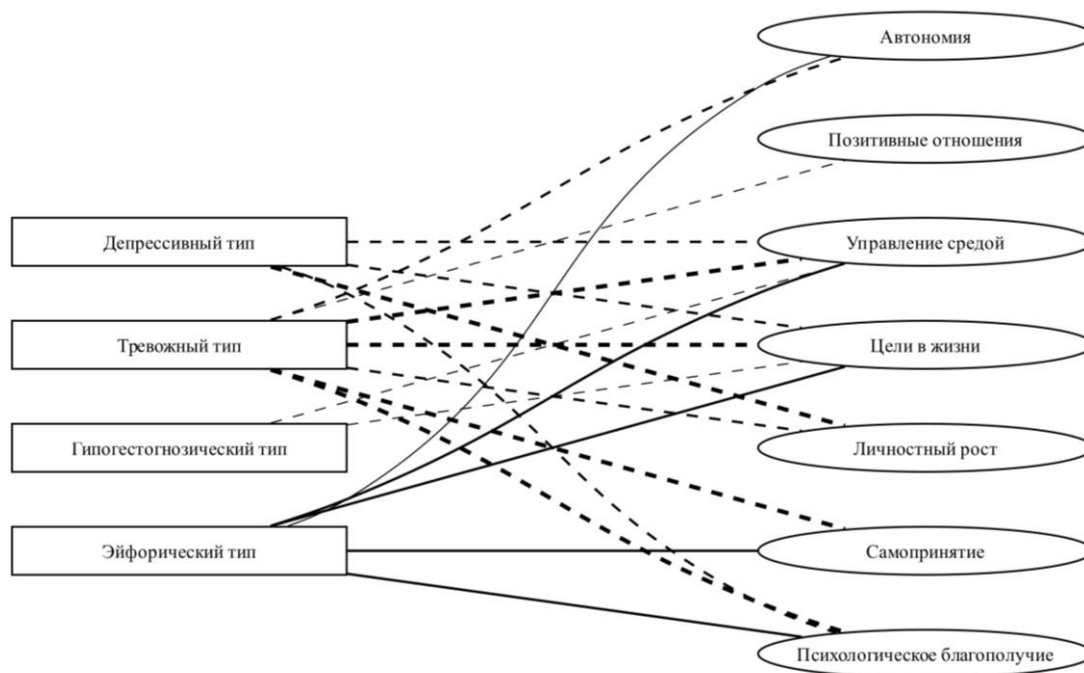


Рис. 1. Плеяда взаимосвязей показателей ПКГД и психологического благополучия в группе первородящих женщин

Первородящие женщины с фрустрацией потребности в контроле чувствуют себя в большей мере беспомощно и склонны верить, что они мало способны влиять на течение и исход беременности, вероятно, из-за отсутствия опыта родов [4, 7]. Данные умеренные по силе взаимосвязи указывают на то, что депрессивный тип отношения характеризуется сниженным субъективным ощущением контроля и удовлетворенности жизнью, одновременно усиливая тревожное состояние беременной женщины.

Тревожный тип гестационной доминанты отрицательно взаимосвязан со всеми показателями психологического благополучия: автономностью ($r = -0,30$; $p < 0,01$), позитивными отношениями ($r = -0,27$; $p < 0,05$), управлением средой ($r = -0,44$; $p < 0,001$), целями в жизни ($r = -0,45$; $p < 0,001$), личностным ростом ($r = -0,31$; $p < 0,01$), самопринятием ($r = -0,41$; $p < 0,001$) и общим психологическим благополучием ($r = -0,43$; $p < 0,001$), с управлением средой ($r = -0,44$; $p < 0,001$), целями в жизни ($r = -0,45$; $p < 0,001$), самопринятием ($r = -0,41$; $p < 0,001$) и общим показателем психологическим благополучием ($r = -0,43$; $p < 0,001$). Чем менее тревожится женщина по поводу будущих родов, тем более психологически благополучной она себя ощущает.

Взаимосвязи неблагоприятного типа ПКГД оказались сильнее связаны с психологическим благополучием, нежели депрессивного типа ПКГД. Данный факт может указывать на то, что психологическое неблагополучие у женщин, которым предстоит рожать впервые, тесно связано с чувством беспокойства по поводу беременности (своего здоровья, здоровья ребенка, неопределенности будущего и пр.). В целом, тревожное отношение к беременности сочетается с фрустрацией потребности в автономии и контроле в тех обстоятельствах жизни, которые влияют на течение беременности [7]. Именно тревожный тип ПКГД является наиболее существенным маркером низкого психологического благополучия у первородящих женщин.

Гипогестогнозический тип характеризуется слабыми отрицательными корреляциями с показателями благополучия: управление средой ($r = -0,24$; $p < 0,05$) и цели в жизни ($r = -0,26$; $p < 0,05$). Это может указывать на недостаточную осознанность своего состояния у беременных женщин, которым предстоит рожать впервые. Возможно, полученные взаимосвязи отражают снижение адаптации стратегий совладания со стрессом в преддверии родов.

Эйфорический тип ПКГД положительно коррелирует с показателями благополучия: автономия ($r = 0,23$; $p < 0,05$), управление средой ($r = 0,33$; $p < 0,01$), цели в жизни ($r = 0,30$; $p < 0,01$), самопринятие ($r = 0,31$; $p < 0,01$) и общим показателем психологического благополучия ($r = 0,30$; $p < 0,01$). Эти умеренные по силе корреляции могут свидетельствовать о положительном восприятии беременности, интегрированности мотивов, связанных с рождением ребенка в жизнь беременной. Эйфорический тип ПКГД у женщин, рожаящих впервые, является наиболее благоприятным, проявляющийся в укреплении самооценки, целей в жизни, а также повышении личностных ресурсов, как для будущих родов, так и для психологического благополучия женщины.

В целом депрессивный и тревожный типы ПКГД связаны со снижением психологического благополучия, а эйфорический – с повышением. Известно, что у женщин с гипогестогнозическим типом ПКГД наиболее вероятны отказы

от будущего ребенка (И.С. Гаврилова, 2015; И.А. Золотова, 2012), тем не менее данный тип не обусловлен психологическим неблагополучием. Оптимальный тип ПКГД также не связан с психологическим благополучием, то есть не является индикатором для низкого и или высокого психологического благополучия. В целом, типы отношения к беременности тесно коррелируют с психологическим благополучием у женщин, которым предстоят первые роды в их жизни. Такой характер взаимосвязей может быть обусловлен как особенностями саморегуляции, так и специфическими психофизиологическими изменениями в связи с влиянием гестационной доминанты.

Тем не менее в группе первородящих женщин между показателями ПТГД и тревожности были получены одна отрицательная и несколько положительных статистически достоверных взаимосвязей (рис. 2).

Депрессивный тип ПКГД умеренно положительно коррелирует с показателем ситуативной тревожности ($r = 0,32$; $p < 0,01$). Это указывает на то, что у женщин с депрессивными переживаниями по отношению к своему состоянию усиливается текущее состояние беспокойства и напряженности. Это связано со снижением личностных ресурсов, выражаемых в снижении адаптивных возможностей стратегий совладания со стрессом во время беременности [8, 9, 12].

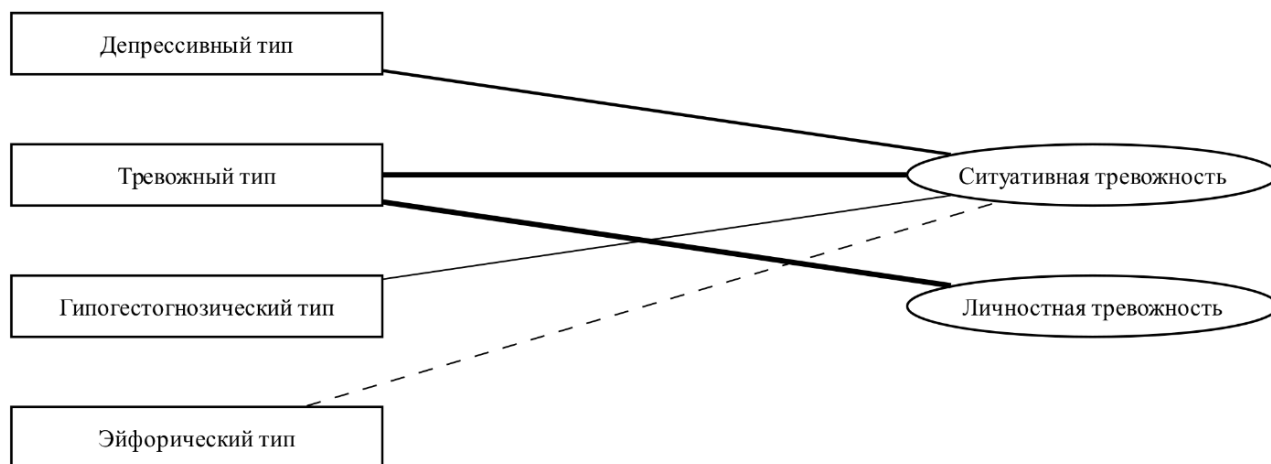


Рис. 2. Плеяда взаимосвязей показателей ПКГД и тревожности в выборке первородящих женщин

Тревожный тип ПКГД оказался наиболее связанным с показателями тревожности: с ситуативной тревожностью ($r = 0,54$; $p < 0,001$) и с личностной тревожностью ($r = 0,50$; $p < 0,001$). Данные результаты указывают на то, что для женщин, склонных к переживанию тревоги и переживающих беспокойство в текущий момент, характерны переживания беспокойства по поводу течения и исхода беременности, что подтверждает ранее полученные результаты и является значимым маркером психологического неблагополучия у первородящих.

Гипогестогнозический тип слабо положительно взаимосвязан с ситуативной тревожностью ($r = 0,26$; $p < 0,05$), что может отражать недостаточную осознанность собственного состояния и стремление минимизировать потенциаль-

ные риски при соответствующем уровне ситуативной тревожности. Возможно, низкий уровень вовлеченности и активности по выработке стратегий преодоления стресса на поздних сроках связаны с адаптивным уходом от переживаний.

Эйфорический тип ПКГД умеренно отрицательно коррелирует с ситуативной тревожностью ($r = -0,26$; $p < 0,05$), что указывает на способность первородящих женщин с преобладанием эйфорических переживаний в отношении беременности более эффективно регулировать свои эмоциональные состояния и испытывать меньшее беспокойство. Вероятно, позитивное восприятие беременности способствует укреплению самооценки, ощущению контроля и использованию проактивных стратегий преодоления.

В целом, результаты корреляционного анализа показали, что наиболее сильные корреляции наблюдаются между показателями тревожного типа ПКГД и ситуативной тревожности, тогда как эйфорический и гипогестогнозический типы ПКГД оказались умеренно взаимосвязаны с ситуативной тревожностью. С показателями личностной и ситуативной тревожности взаимосвязан показатель тревожного типа ПКГД. Также депрессивный и тревожный типы гестационного компонента доминанты коррелируют с высокой ситуативной и личностной тревожностью, тогда как эйфорический тип ПКГД коррелирует отрицательно с показателем тревожности.

Рассмотрим далее результаты корреляционного анализа в выборке женщин, ожидающих повторные роды («повторнородящих»). Выявленные статистически достоверные связи между типами психологического компонента гестационной доминанты, показателями психологического благополучия (рис. 3) и тревожности (рис. 4) характеризуют особенности данной выборки.

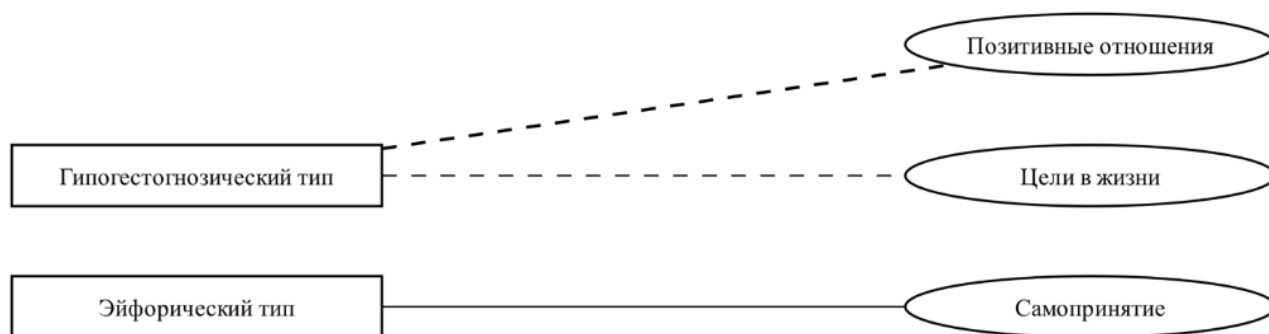


Рис. 3. Плеяда взаимосвязей показателей ПКГД и психологического благополучия в группе повторнородящих женщин

В выборке повторнородящих женщин гипогестогнозический тип ПКГД умеренно и отрицательно взаимосвязан с показателями «Позитивными отношения» ($r = -0,30$; $p < 0,01$) и «Цели в жизни» ($r = -0,26$; $p < 0,05$). Полученные результаты указывают на то, что женщины, которые склонны к уменьшению значимости беременности, испытывают низкую удовлетворенность своими межличностными отношениями и в меньшей степени стремятся к своим целям. Возможно, это обусловлено преобладанием адаптивных стратегий избегания, характерных для данного типа ПКГД. В то же время эйфорический тип ПКГД



положительно взаимосвязан с самопринятием ($r = 0,25$; $p < 0,05$), что свидетельствует о принятии собственных изменений на фоне идеализации предстоящего рождения ребенка.

В выборке повторнородящих женщин выявлены менее выраженные взаимосвязи психологического отношения к беременности (типы ПКГД) с ситуативной и личностной тревожностью.

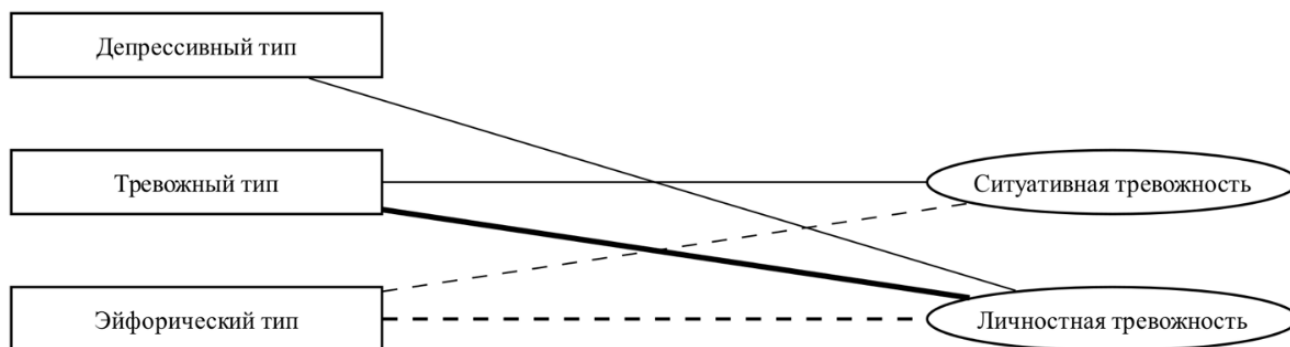


Рис. 4. Плеяда взаимосвязей показателей ПКГД и тревожности в группе повторнородящих женщин

Депрессивный тип ПКГД положительно взаимосвязан с личностной тревожностью ($r = 0,23$; $p < 0,05$), что может свидетельствовать о сохранении тревожных тенденций у женщин с депрессивным типом отношения к беременности. Тревожный тип положительно связан с ситуативной ($r = 0,23$; $p < 0,05$) и личностной тревожностью ($r = 0,38$; $p < 0,001$), что говорит об устойчивости тревожных проявлений у женщин, склонных к переживаниям тревоги. Напротив, эйфорический тип ПКГД характеризуется умеренными отрицательными взаимосвязями как с ситуативной тревожностью ($r = -0,23$; $p < 0,05$), так и с личностной тревожностью ($r = -0,29$; $p < 0,01$). Полученные взаимосвязи отражают общие для беременных (вне зависимости от опыта родов) закономерности, где неоптимальные типы ПКГД обусловлены соответствующими личностными свойствами и состояниями [11, 12].

Эйфорический тип ПКГД является индикатором благоприятного для беременной женщины состояния. В группе повторнородящих женщин тревожный тип ПКГД выступает наиболее значимым маркером уровня ситуативной и личностной тревожности, депрессивный тип связан лишь с увеличением беспокойства, а эйфорический тип связан с меньшей выраженностью тревожных состояний.

Стоит отметить, что общим для обеих выборок (первородящих и повторнородящих женщин) оказались взаимосвязи не только между типом ПКГД и тревожностью, но и связи показателей психологического благополучия «Управление средой» и «Целями в жизни» со сроком беременности ($r = 0,25$ и $r = 0,26$ соответственно при $p < 0,05$). Данные взаимосвязи характеризуют беременных женщин в целом, а не какую-либо одну группу. Беременные женщины характеризуются постепенным усилением чувства контроля и большей осмысленностью собственных целей в жизни по мере приближения к родам.

Это согласуется с результатами большого лонгитюдного исследования, указывающими на то, что по мере усиления влияния гестационной доминанты увеличивается психологическое благополучие (A.D. Quick, I. Tung, K. Keenan, A.E. Hipwell, 2023).

Сравнение характера взаимосвязей в группах первородящих и повторнородящих женщин показывает, что типы ПКГД у первородящих теснее связаны с различными аспектами психологического благополучия, в то время как у повторнородящих эти связи менее выражены. Это может объясняться тем, что первородящие женщины сталкиваются с новыми для них ситуациями и требуют более существенной и длительной адаптации, тогда как повторнородящие уже имеют опыт и, возможно, более устойчивы к психологическим изменениям, связанным с беременностью.

Таким образом, у женщин, ожидающих первые роды, тип психологического компонента гестационной доминанты может выступать надежным маркером их психологического состояния. Неблагоприятные типы ПКГД – депрессивный и тревожный – тесно связаны со снижением психологического благополучия (в том числе с отдельными аспектами), а также связаны с усилением как ситуативной, так и личностной тревожности, что отражает фрустрацию потребности в автономии и ослабление адаптивных копинг-стратегий. В то же время эйфорический тип ПКГД положительно коррелирует с показателем самопринятия собственных изменений, ощущения контроля над внешними обстоятельствами, и отрицательно взаимосвязан с тревожностью, что может свидетельствовать о более позитивном восприятии ими состояния беременности. Гипогестогнозический тип взаимосвязан с показателями благополучия, может отражать недостаточный уровень понимания собственных изменений, а также возможное избегание стресса. Оптимальный тип ПКГД является наиболее неоднозначным, ввиду того, что он не связан ни с одним из исследуемых показателей, поэтому данный тип ПКГД не стоит рассматривать как индикатор благополучия или неблагополучия.

В ходе корреляционного анализа была установлена статистически значимая связь между типом гестационной доминанты и уровнем тревожности: депрессивный тип отношения к беременности коррелирует с высокими показателями тревожности и снижением общего психологического благополучия. Напротив, эйфорический тип ПКГД связан с низкой тревожностью и высоким уровнем самопринятия, что свидетельствует о положительном восприятии беременности.

Опыт родов, вероятно, влияет на отношение к беременности и текущее психологическое благополучие женщин. Тип ПКГД формируется в процессе первой беременности, поэтому закономерные изменения в течение беременности у повторнородящих женщин (как и возможные риски) достаточно известны и в меньшей степени могут повлиять на изменения в ПКГД. В целом, результаты данного исследования подтверждают, что первородящие женщины более восприимчивы к эмоциональным и психологическим изменениям в период беременности.



Заключение

На основе анализа результатов исследования нами сформулированы следующие выводы.

1. Выявлены значимые различия показателей гестационной доминанты, уровня тревожности и психологического благополучия у первородящих и повторнородящих женщин:

а) первородящие женщины характеризуются более высоким уровнем оптимального и игнорирующего (гипогестогнозического) типов ПКГД по сравнению с повторнородящими;

б) первородящие женщины характеризуются более низким уровнем депрессивного типа ПКГД по сравнению с повторнородящими;

в) у первородящих женщин обнаружены более высокие показатели психологического благополучия (общий показатель благополучия, управление средой, цели в жизни).

2. Выявлены различия в характере взаимосвязей показателей гестационной доминанты и психологического благополучия у первородящих и повторнородящих женщин:

а) в группе первородящих женщин наиболее выражены отрицательные взаимосвязи между депрессивным, тревожным, гипогестогнозическим типами ПКГД и показателями психологического благополучия, положительная связь между эйфорическим ПКГД и показателями благополучия;

б) в группе повторнородящих женщин представлены отрицательные взаимосвязи между гипогестогнозическим типом ПКГД и показателями психологического благополучия, положительная связь – между эйфорическим ПКГД и показателем благополучия (самопринятие);

3. Выявлены различия в характере взаимосвязей между показателями ПКГД и тревожности у первородящих и повторнородящих женщин:

а) в группе первородящих женщин представлены положительные взаимосвязи между депрессивным, тревожным типами ПКГД и показателями личностной и ситуативной тревожности, отрицательная связь – между эйфорическим ПКГД и ситуативной тревожностью.

б) в группе повторнородящих женщин присутствуют положительные взаимосвязи между депрессивным, тревожным типами ПКГД и показателями ситуативной и личностной тревожности, отрицательная связь – между эйфорическим типом ПКГД и показателями тревожности.

Таким образом, результаты нашего исследования согласуются с полученными ранее данными В.В. Ильченко и Р.И. Джибилова относительно существования статистически значимых взаимосвязей между типами гестационной доминанты, индивидуально-психологическими характеристиками и уровнем психологического благополучия беременных женщин [5].

Список литературы

1. Бойкова Т.Г. Психоэмоциональное состояние матерей в период беременности // Психология и семья. – 2021. – № 3 (1). – С. 45–56.
2. Болзан Н.А. Психологическое благополучие женщин на разных сроках беременности // Право. Экономика. Психология. – 2025. – № 1 (37). – С. 83–90.
3. Болзан Н.А. Эмоциональный компонент как один из основных показателей психологического благополучия женщин во время беременности // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2023. – № 5 (177). – С. 243.
4. Добряков И.В. Показатели тревоги и депрессии у беременных женщин при различных типах психологического компонента гестационной доминанты // Вестник российской военно-медицинской академии. – 2014. – № 1 (45). – С. 46–50.
5. Добряков И.В. Ретроспективное определение особенностей психологического компонента гестационной доминанты // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2014. – № 2. – С. 71–75.
6. Ильченко В.В., Джигилов Р.И. Личностные свойства и психологическое благополучие беременных женщин с разным типом психологического компонента гестационной доминанты // Психическое здоровье. – 2020. – № 2. – С. 41–45.
7. Корниенко Д.С., Радостева А.Г. Личностные черты как предикторы типа психологической компоненты гестационной доминанты в связи с опытом материнства // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2018. – Вып. 3. – С. 393–405. – DOI: 10,17072/2078-7898/2018-3-393-405
8. Кузьмина А.С., Прайзендорф Е.С., Логинова И.В. Ранние дезадаптивные схемы и тип отношения к беременности у женщин на позднем сроке гестации // Клиническая и специальная психология. – 2022. – Т. 11, № 4. – С. 114–137. – DOI: 10.17759/cpse.2022110405
9. Макарова Т.В. Тревожность у женщин в разных триместрах беременности // Молодой ученый. – 2022. – № 7 (402). С. 141–144.
10. Петрова А.А., Соловьёва М.П. Влияние стресса на здоровье матери и ребенка: результаты исследования // Вестник здоровья. – 2022. – № 12 (4). – С. 89–95.
11. Хайрутдинова Д.Ф., Канева А.В. Взаимосвязь уровня тревожности, психологического компонента гестационной доминанты и социально-психологических факторов у беременных женщин. – Киров, 2020. – Т. 1 (24). – С. 31–34. – EDN: PYHWT A
12. Шевцова А.А., Вьюшкова С.С. Индивидуально-типологические особенности беременных женщин с различной гестационной доминантой // Актуальные проблемы клинической психологии и практика их решения. – М., 2023. – С. 295–301. – EDN: DFWMJU
13. Шендерова А.А. Влияние материнства на эмоциональное состояние и психическое здоровье женщин, а также их роль в формировании привязанности у детей // Вестник психологии и педагогики. – 2021. – № 4 (38). – С. 112–119.



Сведения об авторах

Т.А. Попова – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, permtan@yandex.ru).

Л.И. Вештемова – магистрант 2 курса философско-социологического факультета направления «Психология», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, lveshtemova@mail.ru).

Information about the authors

T.A. Popova – Ph.D., Associate Professor at Department of Developmental Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, permtan@yandex.ru).

L.I. Veshtemova – 3st Year Master's Student of the Faculty of Philosophy and Sociology of the direction “Psychology”, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, lveshtemova@mail.ru).

Раздел 4. КЛИНИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.942

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-152-159

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ С ВИННОЙ, СТЫДОМ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИЕЙ

Алексей Витальевич Краснов, Кристина Павловна Любомирова

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Исследование направлено на изучение взаимосвязей между самоповреждающим поведением, стратегиями эмоциональной регуляции (когнитивная переоценка и подавление экспрессии) и моральными эмоциями (вина и стыд). В пилотном исследовании приняли участие 63 респондента в возрасте от 18 до 50 лет. Использовались следующие методики: опросник эмоциональной регуляции (ERQ), методика измерения чувства вины и стыда (TOSCA-3) и шкала причин самоповреждающего поведения. Результаты корреляционного анализа показали, что гипотеза о связи подавления экспрессии с частотой самоповреждающего поведения не подтвердилась. Были выявлены значимые положительные связи между склонностью к вине и соматическим способам самоповреждающего поведения, а также между склонностью к стыду, соматическим способам и общим уровнем самоповреждающего поведения. Также установлена положительная корреляция между отстраненностью и использованием когнитивной переоценки.

Ключевые слова: самоповреждающее поведение, эмоциональная регуляция, вина, стыд, отстраненность, когнитивная переоценка, подавление экспрессии

Для цитирования: Краснов А.В., Любомирова К.П. Взаимосвязь самоповреждающего поведения с виной, стыдом и эмоциональной регуляцией // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 152–159. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-152-159

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-INJURIOUS BEHAVIOR AND GUILT, SHAME, AND EMOTIONAL REGULATION

Alexey V. Krasnov, Kristina P. Lubomirova

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. This study aims to investigate the relationships between self-injurious behavior (SIB), emotional regulation strategies (cognitive reappraisal and expressive suppression), and moral emotions (guilt and shame). A pilot study



involved 63 respondents aged 18 to 50. The following instruments were used: the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), the Test of Self-Conscious Affect-3 (TOSCA-3), and the Scale of Reasons for Self-Injurious Behavior. The results of the correlation analysis showed that the hypothesis linking expressive suppression to the frequency of SIB was not confirmed. However, significant positive correlations were found between the propensity for guilt and the somatic method of SIB, as well as between the propensity for shame and both the somatic method and the overall level of SIB. A positive correlation was also established between detachment and the use of cognitive reappraisal.

Keywords: self-injurious behavior, emotional regulation, guilt, shame, cognitive reappraisal, expressive suppression, detachment

For citation: Krasnov A.V., Lubomirova K.P. The relationship between self-injurious behavior and guilt, shame, and emotional regulation // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 152–159. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-152-159

Введение

Самоповреждающее поведение (несуицидальное самоповреждающее поведение) – это вид аутоагрессивного поведения, умышленные действия по нанесению себе физического вреда без суицидальных намерений, направленные на управление эмоциональным состоянием. К наиболее распространенным способам самоповреждающего поведения DSM-5 относит порезы ножом, бритвой, иглой или другим острым предметом [3].

Самоповреждающее поведение (СП) представляет собой сложный феномен, который возникает под влиянием множества биологических, психологических и социальных факторов. К причинам СП, согласно современным исследованиям [4], относят повышение ощущения непреодолимого внутреннего конфликта, снижение самооценности и самообвинения. К ним приводят сложность в контроле своих чувств и эмоций, чувство отчужденности, ощущение изоляции, трудности в межличностных отношениях, эмоциональное насилие и эмоциональное пренебрежение, все это порождает ощущение никчемности и беспомощности, чувство вины и стыда, приносит существенные душевные страдания, а непреодолимое желание избавиться от боли может привести к СП как неадаптивной стратегии эмоциональной регуляции.

Метаанализ исследований взаимосвязи эмоциональной дисрегуляции и СП [6] показал, что у людей с более высокой эмоциональной дисрегуляцией вероятность СП в три раза выше. Причем основной вклад в СП вносят ограниченный доступ к стратегиям регуляции эмоций, неприятие эмоциональных реакций, трудности с контролем импульсов и трудности с целенаправленной деятельностью.

При этом в исследованиях показано [5], что в возрастной группе подростков до 18 лет среди мотивов самоповреждения значимо преобладает мотив «самонаказание», который напрямую связан с переживаниями вины и стыда, когда физическая боль используется как способ самонаказания и временного

облегчения психологического страдания. Также отмечается, что после акта самоповреждения интенсивность многих негативных эмоций (напряженность, тревога, гнев) снижается, однако чувства стыда и вины, напротив, усиливаются. Это создает порочный цикл: возникшие после самоповреждения стыд и вина становятся новым источником невыносимых негативных эмоций, для регуляции которого человек может снова прибегнуть к самоповреждению [4].

Таким образом, СП рассматривается как следствие неадаптивных стратегий эмоциональной регуляции: эмоциональная дисрегуляция усугубляет вину и стыд, создавая круг, в котором усиливается самообвинение, далее индивид прибегает к СП в попытке уменьшить интенсивность эмоций, что в дальнейшем возвращает стыд и вину [4].

Одна из ключевых теорий эмоциональной регуляции при изучении тревожных расстройств, фобий, депрессивных реакций, импульсивных действий является процессуальная модель эмоциональной регуляции Дж. Гросса [7, 8]. В данной работе мы будем опираться на нее.

Модель Дж. Гросса опирается на когнитивную теорию эмоций, а именно на *модальную модель* эмоции. Согласно этой модели, эмоции включают транзакции «человек – ситуация», которые имеют значение для индивида в свете текущих активных целей и порождают скоординированные гибкие мультисистемные реакции, которые изменяют текущую транзакцию «человек – ситуация» ключевым образом. Дж. Гросс представляет эту транзакцию как последовательность этапов развития эмоции: «ситуация – внимание – оценка – реакция».

Регуляция эмоций касается того, как сами эмоции регулируются (регуляция эмоций), а не того, как эмоции регулируют что-то еще (регуляция посредством эмоций). Регуляция эмоций относится к процессу оформления того, какие эмоции человек переживает, когда он их переживает, и как он переживает или выражает эти эмоции.

Таким образом, выделяется пять классов способов регуляции эмоций: выбор ситуации, изменение ситуации, распределение внимания, когнитивное изменение и модуляция ответа. В своих исследованиях автор изучал две из выделенных пяти стратегий эмоциональной регуляции.

Когнитивная переоценка. Данная стратегия связана с интерпретацией ситуации таким образом, чтобы изменить эмоциональное состояние;

Подавление экспрессии. Данная стратегия связана с подавлением внешних проявлений эмоционального состояния.

Данная модель согласуется с ключевым видением СП как умышленных действий по нанесению себе физического вреда без суицидальных намерений, направленных на управление эмоциональным состоянием. Самоповреждающее действие здесь – следствие неадаптивных стратегий эмоциональной регуляции.

Прямых работ, одновременно изучающих взаимосвязь СП, эмоциональной регуляции и эмоций стыда и вины не найдено, чаще всего встречаются исследования двух из трех представленных феноменов.



Данная работа является пилотной работой в исследовании роли эмоциональной регуляции во взаимосвязи эмоций вины и стыда с самоповреждающим поведением.

Цель данного исследования – определить взаимосвязи эмоциональной регуляции, эмоций и СП.

На основе теоретического анализа были выдвинуты четыре гипотезы.

Гипотеза 1: подавление экспрессии как стратегия эмоциональной регуляции положительно коррелирует с частотой СП.

Гипотеза 2: индивидуальная склонность испытывать эмоцию вины положительно коррелирует с соматическим способом СП.

Гипотеза 3: индивидуальная склонность испытывать эмоцию стыда положительно коррелирует с инструментальным способом СП.

Гипотеза 4: отстраненность положительно коррелирует с когнитивной переоценкой как стратегией эмоциональной регуляции.

Организация и методы исследования

Организация исследования: исследование проводилось с февраля по апрель 2025 года. Исследование было проведено в сети интернет, в дистанционном формате, с помощью Google формы. В исследовании приняли участие 63 респондента в возрасте от 18 до 50 лет (средний возраст – 23,2 года, стандартное отклонение – 4,12), из них 50 женщин и 13 мужчин. Территориально большинство респондентов находились в городе Пермь, но были участники и из других городов (Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург и др.).

Методики исследования:

В исследовании было использовано 4 опросника:

Русская адаптация опросника ERQ (Emotion Regulation Questionnaire). Авторы – А.А. Панкратова и Д.С. Корниенко. Методика разработана в рамках процессуальной модели эмоциональной регуляции и направлена на диагностику двух стратегий эмоциональной регуляции – когнитивной переоценки и подавления экспрессии. Под когнитивной переоценкой имеется в виду изменение отношения к ситуации, что позволяет изменить эмоциональный ответ, а под подавлением экспрессии – сдерживание внешних проявлений уже возникшего эмоционального ответа [2].

Методика Измерение чувства вины и стыда (Test of self-conscious Affect-3 – TOSCA-3). Авторы – И.К. Макогона, С.Н. Ениколопова. Методика предназначена для измерения индивидуальных различий в склонности к переживанию стыда и вины. Методика состоит из 16 коротких жизненных сценариев-ситуаций, предполагающих появление у человека чувств вины, стыда и других моральных эмоций. Авторы адаптации говорят о низкой валидности и надежности двух шкал (α -гордость и β -гордость) поэтому в исследовании использовались следующие 4 шкалы, подтвердившие свою валидность и надежность:

Вина-черта – оценивает склонность к переживанию чувства вины в результате негативной оценки человеком своего поведения.

Стыд-черта – оценивает склонность к переживанию чувства стыда в результате негативной оценки человеком своей личности как таковой.

Экстернальность – оценивает склонность к обвинению других людей или внешних обстоятельств за последствия своих действий (предрасположенность к внешнему локусу контроля).

Отстраненность – оценивает степень эмоциональной включенности (а точнее, не включенности) в ситуацию и последствия происходящего [1].

Шкала причин самоповреждающего поведения (автор – Н.А. Польская). Это шкала самоотчета, направленная на изучение самоповреждающих действий исследуемого, частоту и их характер. Она состоит из трех блоков. В данной работе был использован только 1 блок методики, он позволяет судить о способе нанесения самоповреждения: инструментальном или соматическом.

Инструментальный (сюда входят порезы режущими предметами, уколы или проколы кожи острыми предметами, самоожоги, удары частями тела по твердым поверхностям и т.п.);

Соматический (сюда входят выдергивание волос, удары по собственному телу, обкусывание губ, прикусывание щек и языка и т.п.) [4].

Результаты

Проверка шкал на соответствие закону нормального распределения

Математическая обработка данных для статистических критериев была выполнена в программе JASP. Каждая шкала прошла проверку на соответствие закону нормального распределения с использованием критерия Шапиро – Уилка, а также показатели асимметрии и эксцесса были сопоставлены с нормативами Н.У. Kim [9]. Результаты говорят о том, что распределение данных по всем шкалам соответствуют закону нормального распределения, в связи с чем дальнейшая статистическая проверка проводилась с помощью параметрических статистических критериев.

Гипотеза 1: подавление экспрессии как стратегия эмоциональной регуляции положительно коррелирует с частотой СП.

Для выявления взаимосвязей между стратегиями эмоциональной регуляции и уровнем СП был использован корреляционный анализ Пирсона (табл. 1), который не выявил значимых корреляционных связей между указанными показателями. Таким образом, первая гипотеза не подтвердилась.

Таблица 1

Корреляционный анализ показателей стратегий эмоциональной регуляции и общего уровня СП

	Когнитивная переоценка	Подавление экспрессии
Общий уровень СП	–0,18	0,28

Гипотеза 2: индивидуальная склонность испытывать эмоцию вины положительно коррелирует с соматическим способом СП.

Гипотеза 3: индивидуальная склонность испытывать эмоцию стыда положительно коррелирует с инструментальным способом СП.



Гипотеза 4: отстраненность положительно коррелирует с когнитивной переоценкой как стратегией эмоциональной регуляции.

Для проверки следующих трех гипотез был использован корреляционный анализ Пирсона (табл. 2) для изучения взаимосвязи между показателями индивидуальной склонности испытывать чувства стыда и вины с показателями эмоциональной регуляции и СП.

Таблица 2

Корреляционный анализ показателей стратегий эмоциональной регуляции, СП и чувств вины и стыда

	Когнитивная переоценка	Подавление экспрессии	Соматический способ СП	Инструментальный способ СП	Общий уровень СП
Вина-черта	–0,02	0,08	0,28*	–0,30*	0,06
Стыд-черта	–0,21	0,09	0,38**	–0,04	0,26*
Экстернальность	0,09	0,10	0,18	–0,05	0,11
Отстраненность	0,28*	–0,06	–0,18	0,05	–0,14

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

Корреляционный анализ показал следующие значимые корреляции среди шкал:

- вина-черта положительно коррелирует с соматическим способом СП ($r = 0,28$; $p < 0,05$) и отрицательно – с инструментальным способом СП ($r = -0,30$; $p < 0,05$);
- стыд-черта положительно коррелирует с соматическим способом СП ($r = 0,38$; $p < 0,01$) и общим уровнем СП ($r = 0,26$; $p < 0,05$);
- отстраненность положительно коррелирует с когнитивной переоценкой ($r = 0,28$; $p < 0,05$).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что индивиды с большей склонностью испытывать вину чаще использует соматический способ нанесения самоповреждения и для них не характерно использовать инструментальный способ.

Также полученные данные свидетельствуют о том, что для индивидов с большей склонностью испытывать стыд характерно частое использование соматического способа нанесения самоповреждения.

Также результаты показывают, что чем больше у индивида склонность к отстранению от эмоциональной включенности в ситуацию и ее последствия, тем для него характернее использовать стратегию когнитивной переоценки ситуации, т.е. изменение отношения к ситуации, что позволяет изменить эмоциональный ответ.

Обсуждение результатов исследования

Вопреки исходной гипотезе и теоретическим данным ряда авторов [7, 9], в данной работе не подтвердилась связь между подавлением экспрессии и частотой СП. Это может быть связано с небольшим объемом выборки, с ее неклиническим характером, а также с тем, что подавление экспрессии не напрямую действует на СП, являясь напряженным фоном. В дальнейшем необ-

ходимо увеличить выборку, а также изучить эту взаимосвязь у лиц с высоким уровнем СП.

Интересны полученные взаимосвязи склонности испытывать вину и стыд со способами СП: индивид с большей склонностью испытывать вину чаще использует соматический способ нанесения самоповреждения и для него не характерно использовать инструментальный способ, тогда как для человека с большей склонностью испытывать стыд характерно более частое использование соматического способа нанесения самоповреждения. В случае с виной-чертой это может быть объяснено тем, что соматический способ СП является способом неосознанного самонаказания, который позволяет снизить чувство вины, а обратная корреляция с инструментальным способом может быть объяснена тем, что последний может избегаться человеком при склонности испытывать чувство вины, так как этот способ больше осуждается в обществе. Наличие корреляции между стыдом-чертой и соматическим способом СП может быть объяснено тем, что соматический способ СП может помогать сбрасывать чрезмерное напряжение от испытываемого стыда. В дальнейшем необходимо изучить более детально полученные характеры связи именно с соматическим способом, а не инструментальным.

Показанная в исследовании взаимосвязь между отстраненностью и стратегией когнитивной переоценки может быть объяснена тем, что склонность к отстранению от эмоциональной включенности в ситуацию и ее последствия может облегчать использование стратегии когнитивной переоценки ситуации.

Заключение

Таким образом, в данной работе не подтвердилась связь между подавлением экспрессии и частотой самоповреждающего поведения. В статье представлены статистические свидетельства взаимосвязи склонности испытывать вину и стыд со способами самоповреждающего поведения: индивид с большей склонностью испытывать вину чаще использует соматический способ нанесения самоповреждения и для него не характерно использовать инструментальный способ, тогда как для человека с большей склонностью испытывать стыд характерно более частое использование соматического способа нанесения самоповреждения.

В дальнейшем необходимо более детально изучить связи вины и стыда именно с соматическим способом нанесения самоповреждения, а не инструментальным.

Ограничением данного исследования является неклинический характер и малый объем выборки, что не позволяет разделить ее на группы по уровню выраженности самоповреждающего поведения. Также в качестве ограничения мы рассматриваем кроссекционный характер статистического анализа.

Список литературы

1. Макогон И.К., Ениколопов С.Н. Апробация методики измерения чувств вины и стыда (Test of Self-Conscious Affect-3 – TOSCA-3) // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2015. – Т. 8, № 1. – С. 6–21.



2. Панкратова А.А. Подход Дж. Гросса к изучению эмоциональной регуляции: примеры кросс-культурных исследований // Вопросы психологии. – 2014. – № 1. – С. 147–155.
3. Польская Н.А. Феноменология и функции самоповреждающего поведения при нормативном и нарушенном психическом развитии : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.04. – М., 2017. – 423 с.
4. Польская Н.А. Эмоциональная дисрегуляция в структуре самоповреждающего поведения // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – Т. 26, № 4. – С. 65–82.
5. Хуторянская Ю.В., Поздняк В.В., Гречаный С.В. Несуицидное самоповреждающее поведение у подростков // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2022. – Т. 122, № 12. – С. 105–110.
6. Emotion dysregulation and non-suicidal self-injury: A systematic review and meta-analysis / J.C. Wolff, E. Thompson, S.A. Thomas et al. // European psychiatry: the journal of the Association of European Psychiatrists. – 2019. – Vol. 59. – P. 25–36.
7. Gross J.J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations // Handbook of emotion regulation / J.J. Gross (Ed.). – 2nd ed. – New York, NY : Guilford Press, 2014.
8. Gross J.J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review // Review of General Psychology. – 1998. – Vol. 2 (3). – P. 271–299.
9. Kim H.Y. Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution using skewness and kurtosis // Restorative Dentistry & Endodontics. – 2013. – Vol. 38 (1). – P. 52–54.

Сведения об авторах

А.В. Краснов – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, aleks-krasnov@yandex.ru).

К.П. Любомирова – студентка 6 курса специальности «Клиническая психология», профиль «Патопсихологическая диагностика и психотерапия», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, Ezpo4ta@yandex.ru).

Information about the authors

A.V. Krasnov – Ph.D., Associate Professor at Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, aleks-krasnov@yandex.ru).

K.P. Lubomirova – 6th Year Student of Clinical Psychology, with a Specialization in Psychopathological Assessment and Psychotherapy, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, Ezpo4ta@yandex.ru).

УДК 159.922.1

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-160-171

ПОЗИТИВНЫЙ ОБРАЗ ТЕЛА КАК ЗАЩИТНЫЙ ФАКТОР ПРИ НАРУШЕНИЯХ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВУШЕК

Екатерина Викторовна Кушева

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Нарушения пищевого поведения (НПП) представляют собой распространенную проблему, так как негативно сказываются на здоровье и психологическом благополучии населения. Зарубежные авторы разрабатывают позитивный подход к изучению факторов, способствующих предотвращению НПП. В частности, развивается концепция позитивного образа тела как защитного фактора, однако в России исследований по данной теме недостаточно. С целью изучения связей между позитивным образом тела, риском НПП и характеристиками образа тела у девушек в возрасте от 18 до 25 лет ($n = 101$) проведено эмпирическое исследование. В качестве методик использованы Опросник пищевых предпочтений (О.А. Скугаревский, 2007), Мультиmodalный опросник отношения к собственному телу (Л.Т. Баранская, С.С. Татаурова, 2009), методика Body appreciation scale-2 (T.L. Tylka, N.L. Wood-Barcalow, 2015) в авторском переводе. Обнаружено, что позитивный образ тела присутствует у всех девушек, независимо от риска НПП. Позитивный образ тела тесно положительно связан с оценкой привлекательности собственной внешности и удовлетворенностью параметрами тела и отрицательно – с тревогой по поводу лишнего веса и проявлениями нарушений в пищевом поведении. Выявлены различия в структуре связей позитивного образа тела у девушек с риском и без риска НПП, что подчеркивает ресурсную роль позитивного образа тела в профилактике НПП.

Ключевые слова: позитивный образ тела, признательность телу, пищевое поведение, нарушения пищевого поведения, НПП, риск НПП

Для цитирования: Кушева Е.В. Позитивный образ тела как защитный фактор при нарушениях пищевого поведения у девушек // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 160–171. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-160-171



POSITIVE BODY IMAGE AS A PROTECTIVE FACTOR IN EATING DISORDERS IN GIRLS

Ekaterina V. Kusheva

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. Eating disorders (ED) are a common problem, as they negatively affect the health and psychological well-being of the population. Foreign authors are developing a positive approach to the study of factors contributing to the prevention of ED. In particular, the concept of a positive body image as a protective factor is developing, but there is not enough research on this topic in Russia. In order to study the links between a positive body image, the risk of ED and body image characteristics in girls aged 18 to 25 years ($n = 101$), an empirical study was conducted. The methods used were the Eating Attitude Test (O.A. Skugarevsky, 2007), the Multimodal Questionnaire of attitudes towards one's own body (L.T. Baranskaya and S.S. Tataurova, 2009), and the Body appreciation scale-2 method (T.L. Tylka and N.L. Wood-Barcalow, 2015) in the author's translation. It was found that a positive body image is present in all girls, regardless of the risk of ED. A positive body image is closely positively associated with an assessment of the attractiveness of one's own appearance and satisfaction with body parameters, and negatively with anxiety about excess weight and manifestations of eating disorders. Differences in the structure of positive body image relationships between girls at risk and without the risk of ED have been identified, which highlights the resource role of a positive body image in the prevention of ED.

Keywords: positive body image, appreciation of the body, eating behavior, eating disorders, ED, ED risk

For citation: Kusheva E.V. Positive body image as a protective factor in eating disorders in girls // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 160–171. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-160-171

Введение

Нарушения пищевого поведения (далее – НПП) представляют собой серьезную общественную проблему, поскольку широко распространены и имеют негативные последствия для здоровья. Традиционно НПП чаще встречаются в женских выборках, чем в мужских [28]: по статистическим данным, от 5,5 до 17,9 процентов молодых женщин, имеют НПП [12, 29]. Под НПП понимаются поведенческие синдромы, связанные с нарушениями процесса приема пищи [6]. По данным зарубежных и отечественных авторов, одними из ключевых факторов развития НПП являются нарушение образа тела и неудовлетворенность им [3, 5, 22]. Образ тела рассматривается как многомерный конструкт, включающий восприятие тела, а также мысли, чувства и поведение, которые связаны с ним [14]. Неудовлетворенность телом является оценочным компонентом образа тела [4].

На формирование образа тела и неудовлетворенность им оказывает влияние социокультурный треугольник (теория трехстороннего влияния J.K. Thompson с коллегами) (см. [17]): интернализованные идеалы внешности, транслируемые СМИ, высказывания родителей и влияние сверстников. Послания СМИ и их некритичное восприятие порождают повышение значимости внешнего облика и искажение восприятия собственного тела. Попытки достигнуть «идеального» тела приводят к нездоровым привычкам в питании и неадекватной физической активности [16, 25]. Выраженные НПП и их субклинические проявления характеризуются хроническим течением и связаны с серьезными негативными последствиями для физического и психического здоровья. В частности, НПП сопряжены с самостигматизацией и стыдом, отказом от социальных взаимодействий, чувством одиночества [21], симптомами тревоги и депрессии [27].

Одним из успешных способов предотвращения и коррекции НПП является формирование позитивного образа тела. Позитивный образ тела как самостоятельный конструкт представляет собой целостную систему ценностного отношения к телу, которое выражается в принятии индивидуальных физических особенностей, трактовке красоты в более широком смысле, критичном отношении к угрожающим телесному образу воздействиям извне (негативные высказывания, оценки окружающих, давление СМИ) [35]. По результатам зарубежных исследований позитивный образ тела положительно связан с благоприятной оценкой собственной внешности [11, 30], многочисленными показателями психологического благополучия (например, самооценкой, оптимизмом, активным совладанием, позитивным аффектом удовлетворенностью жизнью и состраданием к себе [11, 30, 34], с интуитивным питанием [10, 34] и физической активностью в случаях, когда мотив для занятий спортом не основан на коррекции внешнего вида [19]. Важно, что позитивный и негативный образы тела не являются полюсами одного континуума, и позитивный образ тела не сводится только к удовлетворенности телом и позитивной оценке внешности. Считается, что позитивный образ тела выступает в качестве защитного фактора от НПП и неудовлетворенности телом [11, 18]. Тем не менее в отечественных работах позитивный образ тела и его защитный потенциал представлены лишь в нескольких исследованиях Т.А. Мешковой [5] и К.Н. Белогай с соавторами [2].

Таким образом, на сегодняшний день распространенность НПП и их негативные последствия остаются актуальной проблемой в обществе. В то же время при существенном объеме литературы по теме, связь НПП с защитными факторами в России остается недоисследованным вопросом. С целью изучения связей позитивного образа тела с НПП и компонентами образа тела проведено настоящее исследование.

В качестве гипотез выдвинуто несколько предположений: 1) позитивный образ тела имеет связи с оценочным компонентом образа тела; 2) позитивный образ тела отрицательно связан с риском НПП. Эмпирическим обоснованием гипотез выступают полученные в зарубежных исследованиях данные о связи позитивного образа тела с удовлетворенностью телом и оценкой внешности [11]; отрицательной связи с симптомами НПП [36].



Методы

Процедура. Исследование проводилось в 2022–2023 годах. Участникам на добровольной основе предлагалось заполнить в дистанционном формате батарею методик на платформе Online Test Pad.

Выборка. 101 девушка в возрасте от 18 до 25 лет ($M = 20,3$; $SD = 2$), без клинического диагноза «расстройство пищевого поведения». Выборка формировалась методом «снежного кома» через социальные сети. По результатам методики «Опросник пищевых предпочтений» девушки были разделены на две группы: с риском НПП ($n = 30$), без риска НПП ($n = 71$).

Методики. В качестве диагностического инструментария для измерения склонности к НПП использовался «Опросник пищевых предпочтений» в адаптации О.А. Скугаревского [7]. Методика состоит из 26 вопросов, связанных с поведенческими проявлениями, которые характеризуются стремлением к худобе тела, ограничительным поведением в питании и страхом набора веса. Ответы с 1 по 25 пункты оцениваются следующим образом: вариантам «всегда», «обычно», «часто» соответствуют баллы 3, 2, 1, вариантам «иногда», «редко», «никогда» – 0 баллов. Пункт 26 интерпретируется как обратный. Критическим значением для выявления склонности к риску НПП является суммарный балл, превышающий порог в 20 баллов.

Оценка характеристик образа тела проводилась с помощью методики «Мультимодальный опросник отношения к собственному телу» (MBSRQ-AS), разработанный Т. Cash в 2000 году, в адаптации Л.Т. Баранской и С.С. Татауровой [1]. Методика включает 34 пункта, направленных на оценку отдельных аспектов отношения к собственному телу: оценка внешнего вида, ориентация на внешний вид, удовлетворенность параметрами тела, озабоченность избыточным весом и самооценка веса. С 1 по 22 пункты ответы оцениваются от 1 (определенно не согласен) до 5 (определенно согласен); пункт 23 оценивается как 1 (никогда), 5 (очень часто); пункты 24 и 25 оцениваются от 1 (очень низкий вес) до 5 (очень избыточный вес), с 26 до 34 пункта можно ответить от 1 (не удовлетворен) до 5 (удовлетворен).

Диагностика позитивного образа тела осуществлялась с помощью методики «Body appreciation scale-2» T.L. Tylka и N.L. Wood-Barcalow, опубликованной в 2015 году [35]. Опросник состоит из 10 утверждений, позволяющих оценить положительное отношение к телу. Пункты оцениваются по пятибалльной шкале Ликерта: 1 – никогда, 5 – всегда. Для проведения исследования методика была переведена на русский язык и опробована на выборке девушек в возрасте от 18 до 25 лет ($n = 149$). Русскоязычная версия показала удовлетворительные для использования результаты: конфирматорный факторный анализ ($\chi^2/df = 1,75$; $CFI = 0,9$; $TLI = 0,9$; $RMSEA = 0,07$; $SRMR = 0,03$), надежность с помощью α -Кронбаха = 0,94.

Методы статистической обработки данных. Статистическая обработка данных проводилась в программе JASP 0.19.3.0. Для оценки нормальности распределения использовались показатели асимметрии и эксцесса. Для выявления взаимосвязей между показателями применялся корреляционный анализ Пирсона.

Результаты исследования

Описательные статистики для изучаемых переменных представлены в табл. 1.

Таблица 1

Описательные статистики показателей риска НПП, позитивного образа тела и характеристик образа тела ($n = 101$)

Показатели	M	SD	As	Ex
Признательность телу	33,29	9,23	-0,10	-0,73
Риск НПП	14,45	14,71	1,23	0,52
Оценка внешности	23,78	6,69	-0,38	-0,58
Ориентация на внешность	42,83	6,48	-0,23	-0,36
Удовлетворенность параметрами тела	29,68	6,84	0,21	-0,60
Самооценка веса	6,42	1,31	-0,35	1,65
Озабоченность лишним весом	11,35	4,57	0,22	-0,98

Как видно из таблицы, все переменные, кроме Риска НПП и Самооценки веса, имеют показатели асимметрии и эксцесса в пределах нормативных значений ($As < 1$, $Ex < 1$), что позволяет принять распределение за нормальное. Переменная Риск НПП имеет выраженную положительную асимметрию, что свидетельствует о преобладании в выборке девушек без риска нарушений пищевого поведения. Переменная Самооценка веса имеет выраженный эксцесс, что указывает на преобладание девушек, преувеличивающих свой вес.

Для выявления связей позитивного образа тела с риском НПП и характеристиками образа тела у девушек проведен корреляционный анализ. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

Коэффициенты корреляции позитивного образа тела с риском НПП и характеристиками образа тела у девушек ($n = 101$)

Переменные	Признательность телу
Риск НПП	-0,71***
Оценка внешности	0,86***
Ориентация на внешность	-0,1
Удовлетворенность параметрами тела	0,82***
Самооценка веса	-0,16
Озабоченность лишним весом	-0,62***

Примечание. *** $p < ,001$.

Обнаружены статистически значимые отрицательные корреляции Признательности телу с Риском НПП ($r = -0,71$) и Озабоченностью лишним весом ($r = -0,62$); статистически значимые положительные корреляции с переменными Оценка внешности ($r = 0,86$), Удовлетворенность параметрами тела ($r = 0,82$). Не выявлено значимых связей с переменными Ориентация на внешность и Самооценка веса.

Положительные и отрицательные корреляции позитивного образа тела с характеристиками образа тела и риском НПП свидетельствуют о следующем. Девушки, которые проявляют уважение и любовь к телу, оценивают себя как физически привлекательных, меньше не удовлетворены отдельными параметрами своего тела и, соответственно, не сильно обеспокоены собственным весом. Чем более выражен позитивный образ тела, тем ниже риск проявления НПП.

Далее проведен корреляционный анализ внутри групп девушек с риском НПП и без риска НПП. Результаты в группе девушек с риском НПП представлены на рис. 1.

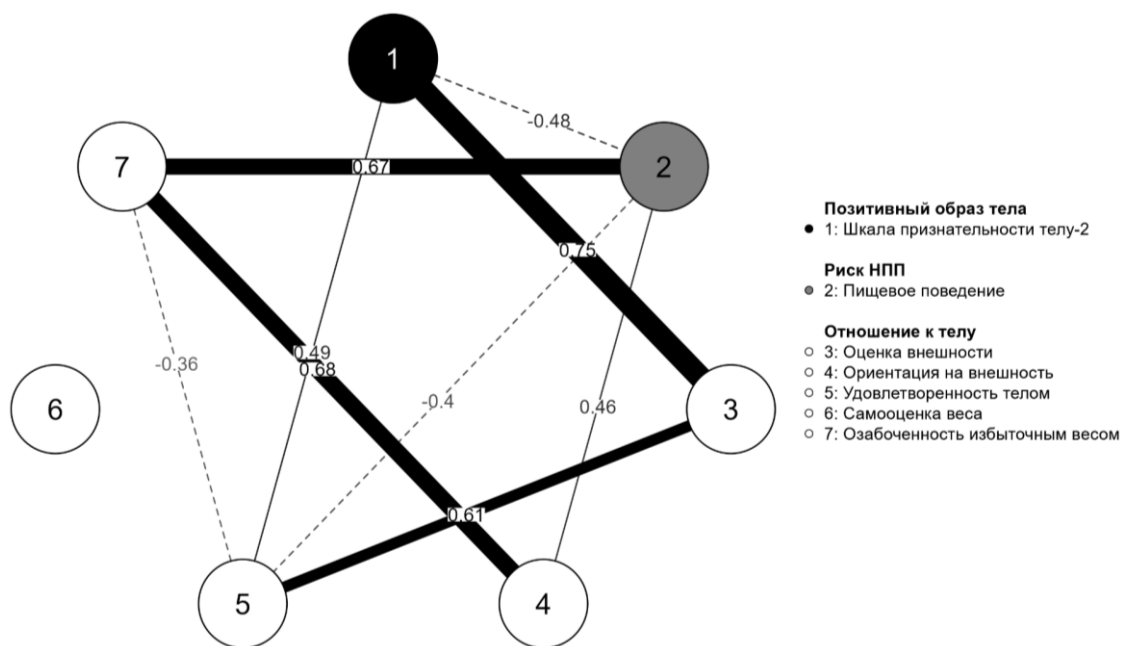


Рис. 1. Корреляционные связи характеристик образа тела и риска НПП у девушек с риском НПП ($n = 30$) (отображаются только значимые корреляции)

Как видно из рисунка, Признательность телу образует статистически значимые положительные связи с такими показателями отношения к телу, как Оценка внешности ($r = 0,75$) и Удовлетворенность телом ($r = 0,49$), отрицательные связи с Риском НПП ($r = -0,48$). Озабоченность избыточным весом образует положительные связи с Ориентацией на внешность ($r = 0,68$), Риском НПП ($r = 0,67$), отрицательную связь – с Удовлетворенностью телом ($r = -0,36$). Связь между такими негативными проявлениями НПП как тревога по поводу лишнего веса и значимостью внешнего облика в данной группе подтверждает результаты многочисленных исследований ([20, 31, 32] и др.). Показатель самооценки веса не образует связи ни с одним исследуемых показателей. Следовательно, у девушек с риском НПП, несмотря на неудовлетворенность телом, присутствует и позитивный образ тела.

Иная картина наблюдается в группе девушек без риска НПП (рис. 2).

Как видно из рисунка, у девушек без риска НПП разнообразная корреляционная сеть, что свидетельствует о более сложной системе взаимосвязей, которая может обеспечивать более позитивное восприятие тела и отсутствие

симптомов НПП. Признательность телу образует статистически значимые связи со всеми переменными, кроме Ориентации на внешность. Риск НПП положительно связан с Озабоченностью избыточным весом ($r = 0,56$), Ориентацией на внешность ($r = 0,31$) и отрицательно – с Признательностью телу ($r = -0,49$), Оценкой внешности ($r = -0,47$), Удовлетворенностью телом ($r = -0,47$). Можно заметить, что все показатели, положительно связанные с позитивным образом тела, имеют обратные связи с симптомами, сопутствующими НПП.

Существенным отличием в группах девушек с риском и без риска НПП является количество и теснота связей. Девушки без риска НПП имеют более тесные связи позитивного образа тела с удовлетворенностью отдельными параметрами тела и оценкой физической привлекательности собственной внешности (корреляции между переменными различаются с группой без риска НПП практически в два раза).

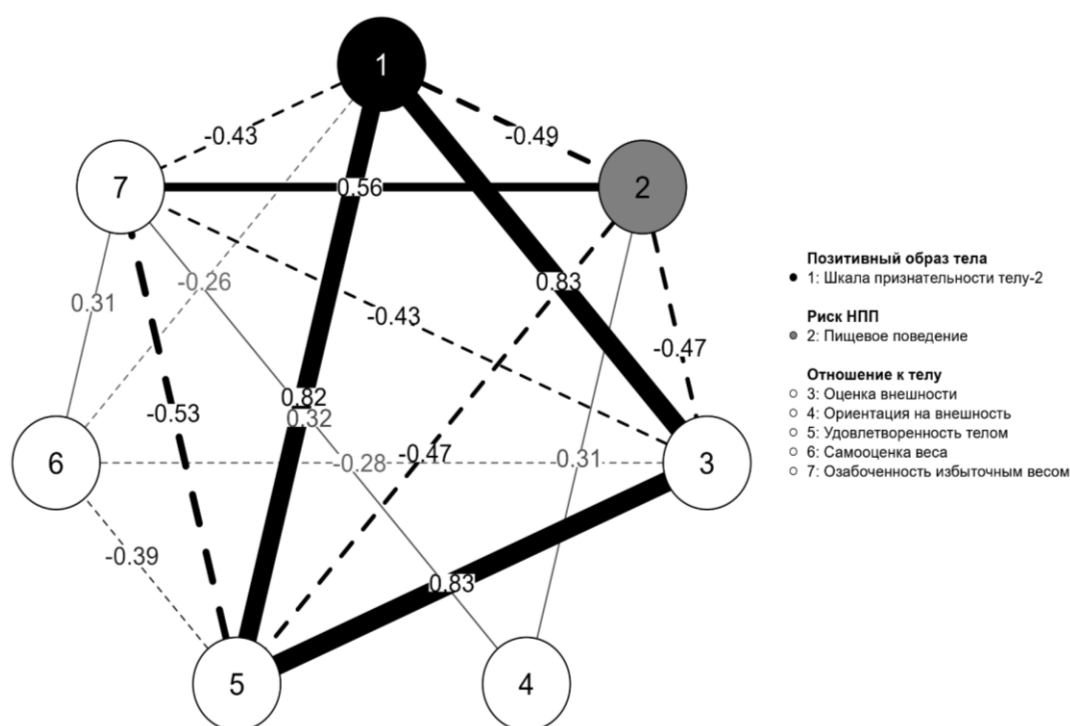


Рис. 2. Корреляционные связи характеристик образа тела и риска НПП у девушек без НПП ($n = 71$) (отображаются только значимые корреляции)

Обсуждение результатов

Настоящее исследование направлено на изучение связей позитивного образа тела с оценочными компонентами образа тела и риском НПП.

Обнаружено, что позитивный образ тела присутствует у всех девушек независимо от степени неудовлетворенности телом, что согласуются с зарубежными исследованиями [9, 16]. Совместное проявление негативного и позитивного образа тела подтверждает идею о сложности и неоднородности феномена телесности, и подчеркивает важность целостного изучения проблемы [5].



Позитивный образ тела обратно и тесно связан с тревогой по поводу лишнего веса и симптомами НПП у девушек. Этот результат позволяет предполагать, что развитие позитивного образа тела – принятие внешности и ценность функциональности тела – способствует снижению риска НПП. Следовательно, вмешательства с целью профилактики и коррекции НПП должны быть направлены на разные аспекты образа тела, и не ограничиваться только снижением неудовлетворенности телом. Например, N. Behera и S. Khuntia обнаружили, что повышение самооценки и устойчивости личности способствует снижению беспокойства из-за внешности [13].

Дополнительно проведен анализ различий в связях у девушек с риском и без риска НПП. Обнаружены различия в количестве и тесноте связей между изучаемыми феноменами. У девушек с риском НПП тесные, но не разнообразные связи, наблюдаются между симптомами НПП и оценочными компонентами образа тела. Выявленные связи позволяют говорить о суженном наборе аспектов восприятия собственного тела. Тревога по поводу лишнего веса закономерно проявляется совместно с ориентацией на внешность и симптомами НПП: девушки преувеличивают значимость внешности, прикладывают усилия для поддержания привлекательности, т.е. закликиваются на определенном образе внешности, который должен сохраняться. Вместе с тем в данной группе выявлены связи позитивных компонентов образа тела. Физическая привлекательность тесно связана с удовлетворенностью отдельными частями тела и самим позитивным образом тела, при обратной связи этих показателей с симптомами НПП. Соответственно, развитие позитивного образа тела может быть ресурсом в работе с НПП [26, 33].

В группе девушек без риска НПП практически все показатели связаны между собой, что отражает разнообразие представлений о телесном образе и взаимосвязанности различных сторон телесного в формировании общего восприятия собственного тела. Несмотря на связь симптомов НПП с тревогой по поводу лишнего веса и ориентацией на внешность, корреляции между переменными менее тесные, чем у девушек с НПП. Существенное значение имеют сильные связи между компонентами позитивного образа тела – удовлетворенностью и оценкой физической привлекательности тела – при тесных обратных связях с показателями неудовлетворенности и симптомов НПП. Можно сказать, что позитивный образ тела и его компоненты играют роль в сдерживании НПП, т.е. выступают защитным фактором. В связи с полученными данными интересны результаты исследования A. Jansen с коллегами: обнаружено, что респонденты без НПП демонстрируют предвзятость восприятия привлекательности собственного тела, т.е. оценивают свои тела более позитивно, чем другие, чего не делают респонденты с НПП [23]. Авторы указывают на то, что такая предвзятость (позитивные иллюзии) является прототипичным способом поддержания здоровья и защиты от депрессии; однако респонденты с НПП положительной предвзятости лишены и видят себя «более точно».

В результате обе гипотезы получили эмпирическую поддержку, а данные свидетельствуют о значимой роли позитивного образа тела в снижении риска НПП у девушек. Нам кажется перспективным перенятие опыта зарубежных

коллег по разработке и апробации программ терапии развития компонентов позитивного образа тела [8, 9, 15, 24] для снижения риска НПП среди девушек и женщин.

Заключение

Риск развития НПП и неудовлетворенность телом среди женской половины населения не одно десятилетие занимают умы ученых. При изученности факторов способствующих и ослабляющих НПП и неудовлетворенность, существенно ограничены исследования позитивных, ресурсных аспектов телесности. Настоящее исследование предприняло попытку изучения позитивного образа тела и его связи с риском НПП и оценочных компонентов образа тела у девушек.

Опыт многочисленных зарубежных исследований указывает на то, что положительное восприятие тела связано с более здоровым отношением к пище и улучшением состояния здоровья. Полученные в данной работе результаты подтверждают, что позитивный образ тела и неудовлетворенность телом не являются взаимоисключающими феноменами, и связаны с риском НПП. Позитивный образ тела присутствует у всех девушек и может ослаблять симптомы НПП. Следовательно, идея о позитивном образе тела как защитном факторе при риске НПП находит свое подкрепление на российской выборке.

Полученные данные о связи позитивного образа тела с риском НПП и оценочными компонентами образа тела могут быть использованы для разработки профилактических и коррекционных вмешательств в психологической практике. Предполагается, что основной мишенью для программ может стать позитивный образ тела как ресурсный фактор.

Вместе с тем настоящее исследование имеет ряд ограничений. Во-первых, при исследовании не учитывались социально-демографические характеристики девушек, что может осложнять распространение полученных данных на иные выборки. Во-вторых, объем выборки девушек с риском НПП оказывается относительно небольшим, что ориентирует на проведение дополнительных исследований для проверки устойчивости результатов.

Резюмируя, следует сказать о дальнейших перспективах. Исследование позитивного образа тела в отечественной психологии определенно обладает потенциалом. Как минимум, необходимо адаптировать или разработать диагностический инструментарий, позволяющий оценивать компоненты позитивного образа тела для исследований и психологической практики. Еще одним направлением может стать оценка профилей отношений с телом и питанием не только в женских, но и мужских выборках. Наконец, совместная разработка практическими психологами и психологами-исследователями программ психологического вмешательства по коррекции и профилактике НПП за счет развития позитивного образа тела.

Список литературы

1. Баранская Л.Т., Татаурова С.С. Методика исследования образа тела. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. 2009. – 84 с.



2. Белогай К.Н., Борисенко Ю.В., Бугрова Н.А. Концептуализация понятия «позитивный образ тела» в современных зарубежных исследованиях // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2021. – №. 4. – С. 33–39.

3. Ерохина Е.А., Филиппова Е.В. Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований) // Современная зарубежная психология. – 2019. – Т. 8, №. 4. – С. 57–68.

4. Кирюхина Н.А., Польская Н.А. Эмоциональная дисрегуляция и неудовлетворенность телом в женской популяции // Клиническая и специальная психология. 2021. Т. 10. №. 3. С. 126–147.

5. Мешкова Т.А. Концепция позитивного образа тела в современной зарубежной психологии // Современная зарубежная психология. – 2021. – Т. 10, №. 2. – С. 55–69.

6. Михайлова А.П., Штрахова А.В. Пищевое поведение в норме, в условиях стресса и при патологии : библиогр. обзор // Психология. Психофизиология. – 2018. – Т. 11, №. 3. – С. 80–95.

7. Скугаревский О.А. Нарушения пищевого поведения : моногр. – Минск : БГМУ, 2007. – 340 с.

8. Терапия расстройств пищевого поведения: от исследований к практике // Консультативная психология и психотерапия. – 2024. – Т. 32, № 3. – С. 90–95. – DOI: 10.17759/cpp.2024320305

9. Alleva J.M. [et al.]. Expand Your Horizon: A programme that improves body image and reduces self-objectification by training women to focus on body functionality // Body image. – 2015. – Vol. 15. – P. 81–89.

10. Avalos L.C., Tylka T.L. Exploring a model of intuitive eating with college women // Journal of Counseling Psychology. – 2006. – Vol. 53. – P. 486–497.

11. Avalos L.C., Tylka T.L., Wood-Barcalow N. The body appreciation scale: Development and psychometric evaluation // Body image. – 2005. – Vol. 2, №. 3. – P. 285–297.

12. Badreldin A., Shikieri E. Eating Disorders and Their Associated Factors among Women Aged 18–50 Years: A Cross-sectional Study // Journal of food and nutrition research. – 2022. – Vol. 10, № 5. – P. 332–340. – DOI: 10.12691/jfnr-10-5-1

13. Behera N., Khuntia S. Self-esteem, Self-objectification, Appearance Anxiety, Resilience, and Gender: Testing a Moderated Mediation Analysis // The Open Psychology Journal. – 2025. – Vol. 18, №. 1.

14. Cash T.F. Body image: Past, present, and future // Body image. – 2004. – Vol. 1, №. 1. – P. 1–5.

15. Cassone S., Lewis V., Crisp D.A. Enhancing positive body image: An evaluation of a cognitive behavioral therapy intervention and an exploration of the role of body shame // Eating disorders. – 2016. – Vol. 24, №. 5. – P. 469–474.

16. Cerea S. [et al.]. Eating disorder symptom dimensions and protective factors: A structural network analysis study // Appetite. – 2024. – Vol. 197. – P. 107326.

17. Frederick D.A. [et al.]. Pathways from sociocultural and objectification constructs to body satisfaction among women: The US Body Project I // *Body Image*. – 2022. – Vol. 41. – P. 195–208.
18. Guest E. [et al.]. The effectiveness of interventions aiming to promote positive body image in adults: A systematic review // *Body image*. – 2019. – Vol. 30. – P. 10–25.
19. Homan K.J., Tylka T.L. Appearance-based exercise motivation moderates the relationship between exercise frequency and positive body image // *Body Image*. – 2014. – Vol. 11. – P. 101–108.
20. Izydorczyk B., Sitnik-Warchulska K. Sociocultural appearance standards and risk factors for eating disorders in adolescents and women of various ages // *Frontiers in psychology*. – 2018. – Vol. 9. – P. 429.
21. Jabłońska E., Bładowska K., Bronkowska M. Zaburzenia odżywiania jako problem zdrowotny i psychospołeczny // *Kosmos*. – 2019. – Vol. 68, №. 1. – P. 121–132.
22. Jackson A.M. [et al.]. Body image and eating behaviors: A latent profile analysis // *Body Image*. – 2022. – Vol. 41. – P. 396–405.
23. Jansen A. [et al.]. I see what you see: The lack of a self-serving body-image bias in eating disorders // *British Journal of Clinical Psychology*. – 2006. – Vol. 45, №. 1. – P. 123–135.
24. Levine M.P., Piran N. The role of body image in the prevention of eating disorders // *Body image*. – 2004. – Vol. 1, №. 1. – P. 57–70.
25. Mendia J., Pascual A., Conejero S. Diferencias de género en variables asociadas a los trastornos alimentarios // *Revista de psicopatología y psicología clínica*. – 2022. – Vol. 27, №. 2. – P. 103–111.
26. Merino M. [et al.]. Body perceptions and psychological well-being: a review of the impact of social media and physical measurements on self-esteem and mental health with a focus on body image satisfaction and its relationship with cultural and gender factors // *Healthcare*. – 2024. – Vol. 12, №. 14. – P. 1396.
27. Moini J., LoGalbo A., Ahangari R. Eating disorders. – [S. l.], 2024. – P. 353–367. – DOI: 10.1016/b978-0-323-95975-9.00023-8
28. Qian J. [et al.]. An update on the prevalence of eating disorders in the general population: a systematic review and meta-analysis // *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. – 2021. – P. 1–14.
29. Silén Y., Keski-Rahkonen A. Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people // *Current opinion in psychiatry*. – 2022. – Vol. 35, № 6. – P. 362–371.
30. Swami V. [et al.]. German translation and psychometric evaluation of the Body Appreciation Scale // *Body Image*. – 2008. – Vol. 5, № 1. – P. 122–127.
31. Thompson A.M., Chad K.E. The relationship of social physique anxiety to risk for developing an eating disorder in young females // *Journal of adolescent health*. – 2002. – Vol. 31, №. 2. – P. 183–189.



32. Titchener K., Wong Q.J.J. A weighty issue: Explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety // *Eating behaviors*. – 2015. – Vol. 16. – P. 13–16.

33. Torres S. [et al.]. A comprehensive study of positive body image as a predictor of psychological well-being in anorexia nervosa // *Nutrients*. – 2024. – Vol. 16, №. 11. – P. 1787.

34. Tylka T.L., Kroon Van Diest A.M. The Intuitive Eating Scale-2: item refinement and psychometric evaluation with college women and men // *Journal of counseling psychology*. – 2013. – Vol. 60 (1). – P. 137–153.

35. Tylka T.L., Wood-Barcalow N.L. What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition // *Body image*. – 2015. – Vol. 14. – P. 118–129.

36. Woodward K., McIlwain D., Mond J. Feelings about the self and body in eating disturbances: The role of internalized shame, self-esteem, externalized self-perceptions, and body shame // *Self and Identity*. – 2019. Vol. 18, №. 2. – P. 159–182.

Сведения об авторе

Е.В. Кушева – ассистент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, katakxx@mail.ru).

Information about the author

E.V. Kusheva – Assistant Professor of the Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, katakxx@mail.ru).

УДК 159.922.76-056.34

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-172-188

СВЯЗЬ РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ

Анастасия Геннадьевна Продовикова, Алина Рустамовна Галиуллина

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Статья посвящена изучению взаимосвязи родительского отношения и детско-родительского эмоционального взаимодействия с эмоциональным интеллектом матерей, воспитывающих детей с аутизмом. В результате эмпирического исследования выявлено, что матери детей с аутизмом чаще воспринимают ребенка как несамостоятельного и неспособного к чему-либо. Показано, что они в меньшей степени поддерживают симбиотические отношения с ребенком, не склонны чрезмерно опекать его, а также менее строго и авторитарно ведут себя с ребенком, чем матери детей с нормой развития. Организуя взаимодействие с ребенком, матери детей с аутизмом в большей мере склонны принимать во внимание настроение и самочувствие ребенка, чем матери из группы сравнения.

У матерей детей с аутизмом обнаружены положительные взаимосвязи эмоционального интеллекта с большинством шкал опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия. Данных взаимосвязей нет в группе матерей детей с нормой развития. В обеих группах матерей выявлена положительная взаимосвязь внутриличностного эмоционального интеллекта и принятия ребенка таким, какой он есть. Результаты проведенного исследования доказывают необходимость развития эмоционального интеллекта у матерей детей с РАС и его важную роль в организации детско-родительского взаимодействия.

Ключевые слова: родительское отношение, детско-родительское взаимодействие, эмоциональный интеллект, матери детей с аутизмом

Для цитирования: Продовикова А.Г., Галиуллина А.Р. Связь родительского отношения и эмоционального интеллекта матерей детей с аутизмом // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 172–188. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-172-188



THE RELATIONSHIP OF PARENTAL RELATIONSHIP AND EMOTIONAL INTELLIGENCE MOTHERS OF CHILDREN WITH AUTISM

Anastasia G. Prodivikova, Alina R. Galiullina

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. The article is devoted to the study of the relationship between parenting and child-parent emotional interaction with the emotional intelligence of mothers raising children with autism. Empirical research has revealed that mothers of children with autism are more likely to perceive a child as not self-sufficient and incapable of anything. It is shown that they maintain a symbiotic relationship with the child to a lesser extent, are not inclined to overprotect him, and also behave less strictly and authoritatively with the child than mothers of children with normal development. When organizing interaction with a child, mothers of children with autism are more likely to take into account the mood and well-being of the child than mothers from the comparison group.

Mothers of children with autism have found positive correlations of emotional intelligence with most scales of the questionnaire of child-parent emotional interaction. There are no such correlations in the group of mothers of children with normal development. In both groups of mothers, a positive relationship between intrapersonal emotional intelligence and acceptance of the child was revealed. The results of the study prove the need for the development of emotional intelligence in mothers of children with ASD and its important role in the organization of child-parent interaction.

Keywords: parental attitude, parent-child interaction, emotional intelligence, mothers of autistic child

For citation: Prodivikova A.G., Galiullina A.R. The relationship of parental relationship and emotional intelligence mothers of children with autism // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 172–188. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-172-188

Введение

Согласно данным Всероссийского мониторинга за 2022 год, общая численность обучающихся с расстройствами аутистического спектра составила 45 888 человек и это количество интенсивно растет с каждым годом. Мировая статистика говорит о том, что примерно у 1 из 100 детей диагностируется расстройство, относящееся к аутистическому спектру [13]. Появление ребенка с аутизмом является стрессовым фактором для родителей, что приводит к перераспределению семейных ролей и обязанностей. В исследовании О.С. Ефимовой обнаруживается, что основная роль в воспитании, реабилитации и обучении ребенка-инвалида ложится на мать, которая посвящает себя ребенку, отцовская же роль заключается в материальном обеспечении [5]. Е.И. Брагина с соавторами обнаружили, что для матерей детей с аутизмом характерно более негативное отношение к своей семейной роли. Своеобразие же отношения

матери к ребенку с аутизмом проявляется в наличии ряда особенностей. Это и эмоциональное отвержение, повышенный контроль и инфантилизация ребенка. И вместе с тем матерям свойственна эмоциональная концентрация на ребенке и склонность к симбиотическому слиянию [2].

На отношение матери к ребенку с РАС накладывают отпечаток специфические особенности этого варианта дизонтогенеза: дети имеют нарушения социального взаимодействия, трудности налаживания зрительного контакта, ограниченные интересы, стереотипные движения и речевые нарушения и др. Поэтому возрастает значение способностей матери к распознаванию и управлению эмоциями как своими, так и собственного ребенка, в построении гармоничных отношений с ребенком с РАС и обучении его социальным навыкам и эмоциональной регуляции. Отметим, что родительское отношение к ребенку и эмоциональный интеллект матери является важным ресурсом в реабилитационной помощи детям с аутизмом. *Проблемой* нашего исследования был вопрос о том, какова связь родительского отношения и эмоционального интеллекта матерей детей с аутизмом?

В психологии есть ряд семантически близких понятий, используемых для описания психологических образований, возникающих при освоении роли родителя: «родительское отношение», «родительские установки», «родительская позиция», «родительство», «Стиль семейного воспитания» и ряд других. Родительское отношение по мнению А.Я. Варги, А.С. Спиваковской, Р.В. Овчаровой и других психологов интегрирует в себе эмоционально-ценностное отношение к ребенку, проявляющееся во взаимодействии с ним. Оно относительно устойчиво и носит скорее неосознаваемый характер. Структура родительского отношения описывается следующим образом:

1. Когнитивный компонент (знание о том, как взаимодействовать с ребенком).
2. Эмоциональный компонент (эмоции и переживания, возникающие в процессе реализации родительского отношения).
3. Поведенческий компонент (формы контакта с ребенком, действия и поступки в отношении него) [10].

Если первоначально особенности отношения родителей к детям с аутистическими расстройствами рассматривалось как одна из причин дизонтогенетического развития (Л. Каннер, Б. Беттельхейм), то в современных исследованиях отмечается, что родители переживают хронический стресс в связи с постановкой диагноза и повседневных уходом за ребенком, они «бывают беспомощны, у них наблюдаются проявления депрессии, тревожность. Возникает стремление обвинить других в происходящем» [1, с. 135]. Отмечается, что есть определенная специфика реагирования родителей на диагноз «аутизм» в сравнении с другими вариантами дизонтогенеза (сенсорные нарушения, ДЦП). Особенно остро эту ситуацию переживают матери, которым требуется больше времени для принятия диагноза ребенка. Сам процесс принятия может занимать от трех до пяти лет [7]. Негативные психологические состояния родителей могут усиливать поведенческие проблемы у детей.



В семьях, воспитывающих детей с особенностями развития, можно обнаружить эмоционально негативное отношение к ребенку и выраженный сверхконтроль. Это часто обусловлено представлениями родителей о ребенке и их ожиданиями [12]. Одни родители могут видеть лишь недостатки ребенка, не верят в его способности к самостоятельности и опасаются его социальной неполноценности, а успехи и достижения игнорируют. Такие родители стыдятся посещать с ребенком общественные мероприятия, недостаточно близки с ребенком и демонстрируют эмоциональное отвержение. Другие родители проявляют скорее противоположное отношение: они не обращают внимание на недостатки ребенка, преувеличивают его возможности и могут игнорировать наличие заболевания. Третий вариант родительского отношения характеризуется восприятием ребенка как болезненного, слабого и неспособного справиться с трудностями. Здесь родители стараются избегать возможных конфликтов и ссор, концентрируя свои усилия на развитии и воспитании особенного ребенка. Все описанные три типа родительского отношения негативно влияют на личность ребенка, усугубляя проявления дизонтогенеза. Формы родительского отношения могут различаться в зависимости от его пола. Как правило, к мальчикам родители предъявляют более жесткие требования и наказания, девочек чаще принимают и жалеют [12].

Семьи, воспитывающие ребенка с расстройствами аутистического спектра, отличаются особой ранимостью, напряженностью своих переживаний. Они подвержены глубокой психологической эго-защите с отрицанием факта заболевания у своих детей, и могут продолжать надеяться на «исцеление» или «рождение» здорового ребенка, а также у них проявляются и другие эмоциональные расстройства. Такие реакции объясняются особенностями взаимодействия с ребенком, страдающим аутизмом. Дети с этим диагнозом нередко не демонстрируют привычных для типично развивающихся детей сигналов привязанности, например, отсутствие зрительного контакта, слабое реагирование на эмоциональные стимулы. Отсутствие эмоционального отклика со стороны ребенка может лишать мать возможности ощутить радость от материнства [7]. Как отмечает И.В. Пономаренко с соавторами, высокий уровень тревожности у матерей, даже при высоком уровне эмоционального интеллекта, может негативно сказываться на реабилитационном процессе ребенка. Матери могут бессознательно препятствовать проведению процедур и других мероприятий [11].

Исследование О.Г. Нугаевой, Г.К. Труфановой, Е.О. Асмус показало, что у родителей детей с РАС высокий показатель по шкале «симбиоз» – 90 %. Значительная часть родителей склонна воспринимать ребенка как «маленького неудачника», что проявляется в игнорировании его интересов и увлечений [9]. Родители, не осознавая этого, могут невольно ограничивать развитие ребенка. В условиях стресса, с которым родители сталкиваются ежедневно, у них может нарастать и отвержение ребенка. Это не связано с недостатком любви, а скорее с состоянием внутреннего отчаяния и эмоционального истощения. Постановка диагноза и предстоящая неопределенная реальность влияют негативно на каждого члена семьи, но особенно сильно ранит матерей, которые проводят с детьми большую часть времени [3].

В.В. Гагай и А.Ф. Берестова исследовали характер эмоционального взаимодействия матерей с детьми с ОВЗ младшего школьного возраста. По данным авторов, большей части матерей (более 50 %) присущ низкий уровень сформированности способностей воспринимать состояние ребенка, дефицитный уровень умений и навыков воздействия на эмоциональное состояние ребенка, а также свойственно недостаточное понимание причин состояния своего ребенка и ограниченное стремление к телесному контакту. Также матери склонны использовать неконструктивные способы взаимодействия со своим ребенком и в основном характеризуются низким уровнем родительской компетентности [4].

На особенности детско-родительского взаимодействия влияет эмоциональный интеллект матерей. Д.В. Люсин рассматривает эмоциональный интеллект как способность понимать и идентифицировать свои эмоции и эмоции других людей, а также способность управлять ими [8].

Эмоциональный интеллект родителей – фактор, оказывающий влияние на психическое развитие детей с ОВЗ. О.А. Коваль было показано наличие связи когнитивного и эмоционального развития дошкольников с речевой патологией с эмоциональным интеллектом родителей [6]. Обнаружено, у родителей детей с речевой патологией статистически ниже способности к управлению межличностными и внутриличностными эмоциями. У этой группы родителей ниже способность контролировать экспрессию переживаемых эмоций. Показатель межличностного эмоционального интеллекта родителей дошкольников с речевыми нарушениями характеризуется более низким значением, чем у родителей условно здоровых детей. Родители детей с речевой патологией не стремятся к расширению эмоционального словаря ребенка. Они чаще прибегают к неодобряющему стилю воспитания, при котором родитель негативно относится к эмоциональным реакциям ребенка, а также требует послушания своим требованиям [6].

Целью нашего исследования является выявление связи родительского отношения к ребенку и эмоционального интеллекта матерей детей с аутизмом.

Гипотезы:

1. Матери детей с аутизмом имеют достоверно более высокие показатели по шкалам «Симбиоз» и «Маленький неудачник» опросника родительского отношения, чем матери нормотипичных детей [9].

2. Матери детей с аутизмом демонстрируют достоверно более низкие показатели по шкалам «Способность воспринимать состояние ребенка», «Стремление к телесному контакту», «Понимание причин состояния своего ребенка» опросника детско-родительского взаимодействия, чем матери нормотипичных детей [8].

3. У матерей детей с аутизмом уровень межличностного эмоционального интеллекта ниже, чем у матерей нормотипичных детей [6].

4. У матерей детей с аутизмом межличностный эмоциональный интеллект обнаруживает отрицательную взаимосвязь с авторитарной гиперсоциализацией [6].



Методы

Участники исследования

Всего в исследовании приняли участие 80 матерей в возрасте от 22 до 47 лет. Критерием деления выборки на группы было наличие ребенка с диагнозом, относящимся к расстройствам аутистического спектра. Так, в *экспериментальную группу* вошло 40 матерей детей с РАС. Возраст матерей в этой группе варьировал от 23 до 47 лет ($M = 36,1$; $SD = 5,108$), средний возраст детей составил 5,65 лет ($SD = 1,21$). Согласно данным анкеты, которую заполняли матери, речевые навыки имелись у 50 % детей, общее недоразвитие речи – у 28 %, бытовая жестовая речь, слоги, звукоподражание, эхолалия – у 20 %. Коммуникативные навыки сформированы у 50 % детей, частично сформированы – у 22 %, общение через жесты, крики, звуки – у 5 %, отсутствуют – у 20 %, альтернативная коммуникация с помощью карточек PECS – у 3 %. Владение навыками самообслуживания у детей по данным анкетирования матерей сформировано у 65 % детей, частично сформировано – у 20 %, отсутствует – у 15 %. *Контрольная группа* состояла из 40 матерей детей с нормотипичным развитием. Возраст женщин был в диапазоне от 22 до 43 лет ($M = 35,85$; $SD = 5,911$), средний возраст детей – 4,95 ($SD = 1,40$).

Исследование проводилось онлайн с октября по ноябрь 2024 года с использованием электронных бланков интернет-ресурса onlinetestpad.com. Базой для проведения исследования выступили группы социальной сети «ВКонтакте»: «Аутизм и РАС © Autosanimus», «Аутизм», «АУТИЗМ И РАС| БЛОГ, ПОДДЕРЖКА, ОБЩЕНИЕ», «ОСОБОЕ РОДИТЕЛЬСТВО. Аутизм. Пермь», а также Telegram-канал «Наши дети».

Испытуемым предлагалось выполнить следующие *методики*:

1. Опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин, 1988) предназначен для выявления таких типов отношения как «принятие/отвержение», «симбиоз», «кооперация», «авторитарная гиперсоциализация» и «маленький неудачник»;

2. Опросник детско-родительского эмоционального взаимодействия (Е.И. Захарова, 1997) диагностирует компоненты детско-родительских отношений родителей дошкольников, разбитые на три блока: блок чувствительности, блок эмоционального принятия и блок поведенческих проявлений эмоционального взаимодействия;

3. Тест эмоционального интеллекта (Д.В. Люсин, 2004) направлен на оценку параметров внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта.

Статистический анализ. Оценка характера распределения данных проводилась с помощью критерия Шапиро – Уилка. Для проверки гипотез использовались сравнительный анализ с помощью непараметрического U-критерия Манна – Уитни и ранговый корреляционный анализ по Ч. Спирмену. Обработка результатов осуществлялась в программе JASP 0.18.3.

Результаты

В группе матерей детей с РАС средние значения по шкале «Кооперация» ($m = 7,32$) превышают нормативные значения, средние значения по шкалам «Принятие-отвержение» ($m = 23,37$) и «Симбиоз» ($m = 3,9$) соответствуют нормативному диапазону, а средние значения по шкалам «Авторитарная гиперсоциализация» ($m = 2,27$) и «Маленький неудачник» ($m = 2,82$) ниже нормы. Матери детей с РАС стремятся взаимодействовать с ребенком, поддерживают его инициативы, вовлечены в жизнь ребенка и не фокусируются на их возможных неудачах. У матерей детей с РАС положительное отношение к ребенку осложняется эмоциональным напряжением, которое может проявляться в воспитании ребенка с особыми потребностями. Матери стремятся поддерживать близость с ребенком, избегая чрезмерной опеки. Вместе с тем женщины не склонны строго контролировать детей и требовать послушания.

По «Опроснику детско-родительского эмоционального взаимодействия» у матерей детей с РАС преобладают низкие значения по шкалам: «Способность воспринимать состояние» ($m = 3,37$), «Понимание причин состояния» ($m = 3,02$), «Умение воздействовать на эмоциональное состояние ребенка» ($m = 3,13$). Все остальные шкалы находятся в пределах средних значений. Матери детей с РАС действительно испытывают трудности в эмоциональном взаимодействии с ребенком, а именно, им сложно понять эмоциональное состояние ребенка, определить причины этого состояния и эффективно на него воздействовать. Вместе с тем матери склонны сопереживать ребенку, безусловно принимают его, принимают себя в качестве родителя, стремятся к телесному контакту, способны оказать эмоциональную поддержку.

По тесту эмоционального интеллекта у матерей детей с РАС выявлены средние значения в пределах нормативных значений по всем шкалам за исключением субшкалы «Контроль экспрессии». По субшкале «Контроль экспрессии» средние значения ($m = 9,67$) не достигают нормативных показателей. У большинства матерей достаточный уровень осознания собственных эмоций, эмпатии и способности устанавливать эмоциональный контакт. Однако у матерей имеются сложности в регуляции внешних проявлений эмоций в стрессовых ситуациях.

В группе матерей нормотипичных детей средние значения по шкалам «Принятие-отвержение» ($m = 25,12$) и «Кооперация» ($m = 7,22$) превышают нормативные показатели, средние значения по шкалам «Симбиоз» ($m = 4,52$) и «Авторитарная гиперсоциализация» ($m = 3,37$) соответствуют нормативному диапазону, значения по шкале «Маленький неудачник» ($m = 2,3$) не достигают уровня нормы. Матери склонны принимать детей, такими какие они есть, положительно оценивать их увлечения и интересы, поддерживать их начинания. Матери не склонны к гиперопеке, эмоционально близки со своими детьми. Матери не проявляют строгость к своим детям и не навязывают жесткие правила поведения. Матери верят, что их дети способны быть самостоятельными и целеустремленными.



Средние значения по шкалам «Опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия» у матерей нормотипичных детей находятся в нормативных пределах. Результаты говорят о гармоничном эмоциональном взаимодействии матерей со своими детьми. Они хорошо понимают своих детей, чувствуют настроение и желания ребенка, испытывают искренние и теплые чувства в процессе взаимодействия, готовы оказать поддержку и помощь, при этом проявляют безусловное принятие и любовь к детям. Матери детей с нормой развития получают удовлетворенность от взаимодействия с ними.

По тесту эмоционального интеллекта Д.В. Люсина у матерей нормотипичных детей средние значения по субшкалам «Контроль экспрессии» ($m = 9,65$), «Управление своими эмоциями» ($m = 12,52$) находятся ниже нормативных значений. Данные по остальным шкалам и субшкалам соответствуют нормативному диапазону. Таким образом, матерям бывает трудно владеть своими эмоциями и регулировать их внешние проявления.

Сравнительный анализ данных по опроснику «Родительское отношение» в группах матерей, воспитывающих детей с РАС и детей с нормой развития, обнаружил статистически значимые различия по шкалам: «Симбиоз» ($U = 588,50$ при $p < 0,05$), «Авторитарная гиперсоциализация» ($U = 510,50$ при $p < 0,01$), «Маленький неудачник» ($U = 955,50$ при $p < 0,05$). Матери детей с аутизмом менее склонны к симбиотическим отношениям по сравнению с матерями нормотипичных детей. Они устанавливают психологическую дистанцию в общении, в меньшей степени стремятся потакать желаниям ребенка, защищать его возможных трудностей. Матери детей с РАС меньше склонны к контролю и навязыванию социальных норм или своей воли. Матерям детей с РАС свойственно восприятие ребенка как неумелого и неспособного, возможно потому, что дети с данным дизонтогенезом имеют реальные трудности с самообслуживанием, повседневной коммуникацией и др.

По опроснику детско-родительского эмоционального взаимодействия Е.И. Захаровой достоверные различия были выявлены по шкалам: «Способность воспринимать состояние ребенка» ($U = 550,50$ при $p < 0,05$), «Понимание причин состояния» ($U = 594,00$ при $p < 0,05$), «Чувства, возникающие у матери во взаимодействии с ребенком» ($U = 551,00$ при $p < 0,05$), «Безусловное принятие» ($U = 465,00$ при $p \leq 0,001$), «Ориентация на состояние ребенка при построении взаимодействия» ($U = 1027,50$ при $p < 0,05$). У матерей детей с РАС, по сравнению с матерями детей с нормой развития, менее развита способность воспринимать эмоциональное состояние ребенка, чувствовать его настроение и отношение к окружающим. Матерям детей с РАС сложнее понимать причины изменений эмоционального состояния ребенка. Матери детей с РАС испытывают менее позитивные чувства в ситуации взаимодействия с ребенком, как матери нормотипичных детей, что может быть следствием наличия усталости, эмоционального напряжения, трудностей принятия ребенка таким, как есть. По шкале «Ориентация на состояние ребенка при построении взаимодействия» у матерей детей с РАС значения выше, чем у матерей группы сравнения. Матери детей с РАС, выстраивая взаимодействие и совместную деятельность с ребенком, больше ориентируются на его эмоциональное и физическое состояние.

Матери детей с РАС и матери нормотипичных детей не имеют значимых различий по уровню выраженности компонентов эмоционального интеллекта.

В табл. 1 резюмированы результаты сравнительного анализа двух групп испытуемых.

Таблица 1

**Особенности отношения к ребенку у матерей,
воспитывающих детей с РАС и нормотипичных детей**

	Матери детей с РАС	Матери нормотипичных детей
Опросник родительского отношения	В меньшей степени верят в способности ребенка, интересуются его увлечениями, его внутренним миром	В большей степени стремятся к эмоциональной близости с ребенком, удовлетворении его желаний. Вместе с тем матери более склонны требовать безоговорочного послушания и исполнения своей воли
Опросник детско-родительского эмоционального взаимодействия	В большей мере склонны учитывать состояние ребенка при взаимодействии с ним	Лучше идентифицируют эмоциональное состояние ребенка и правильно выявляют его причины. Матери чаще признают нежные чувства, возникающие во взаимодействии с ребенком, склонны к принятию ребенка таким, как есть

Результаты корреляционного анализа

В группе матерей детей с РАС имеются следующие значимые взаимосвязи между параметрами родительского отношения, характеристиками эмоционального взаимодействия с ребенком и компонентами эмоционального интеллекта (табл. 2 и 3):

1. Шкала «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ($r = 0,326$ при $p \leq 0,05$) прямо коррелирует со шкалой «Принятие-отвержение». Чем выше способность матерей к пониманию своих эмоций и управлению ими, тем выше уровень принятия матерями своих детей с РАС.

2. Субшкалы эмоционального интеллекта «Управление чужими эмоциями» ($r = -0,324$ при $p \leq 0,05$), «Понимание своих эмоций» ($r = -0,331$ при $p \leq 0,05$) имеют обратные корреляции со шкалой «Маленький неудачник». Чем ниже способность матерей распознавать собственные эмоции и регулировать эмоциональные проявления у детей, тем чаще матери воспринимают ребенка как неуспешного и несамостоятельного.

3. Шкалы теста эмоционального интеллекта: «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ($r = 0,522$ при $p \leq 0,001$), «Межличностный эмоциональный интеллект» ($r = 0,506$ при $p \leq 0,001$), «Понимание эмоций» ($r = 0,547$ при $p \leq 0,001$), «Управление эмоциями» ($r = 0,473$ при $p \leq 0,01$) образуют прямые корреляции со шкалой «Отношение к себе как родителю» опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия. Другими словами, чем лучше у матерей развиты способности распознавать эмоции и управлять ими, тем больше у них уверенности в преодолении трудностей в воспитании и обучении детей.



4. Шкала «Внутриличностный эмоциональный интеллект» положительно коррелирует со шкалами опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия: «Понимание причин состояния ребенка» ($r = 0,458$ при $p \leq 0,01$), «Чувства матери в ситуации взаимодействия» ($r = 0,453$ при $p \leq 0,01$), «Безусловное принятие» ($r = 0,421$ при $p \leq 0,01$), «Оказание эмоциональной поддержки» ($r = 0,440$ при $p \leq 0,01$) и «Умение воздействовать на состояние ребенка» ($r = 0,588$ при $p \leq 0,001$). Чем лучше матери детей с РАС распознают свои эмоции и управляют ими, тем более положительные эмоции они испытывают при взаимодействии с ребенком, лучше разбираются в причинах эмоциональных состояний у него, высоко оценивают и поощряют старания и достижения ребенка, а также лучше контролируют его настроение.

5. Шкала «Межличностный эмоциональный интеллект» образует прямые корреляции со шкалами «Чувства матери в ситуации взаимодействия» ($r = 0,398$ при $p \leq 0,05$) и «Преобладающий эмоциональный фон» ($r = 0,348$ при $p \leq 0,05$). Чем лучше матери, воспитывающих детей с аутизмом, распознают эмоции в другом человеке и управляют ими, тем в большей мере они склонны признаваться в переживании нежных чувств во взаимодействии с ребенком и получать удовольствие от совместных игр.

6. Шкалы теста эмоционального интеллекта «Управление эмоциями» ($r = 0,457$ при $p \leq 0,01$) и «Понимание эмоций» ($r = 0,403$ при $p \leq 0,05$) демонстрируют положительные взаимосвязи со шкалой «Умение воздействовать на состояние ребенка» ОДРЭВ. Чем лучше матери, воспитывающие детей с РАС, понимают свои эмоции и эмоции ребенка и умеют ими управлять, тем выше их умение успокаивать ребенка, веселить его, мотивировать на развивающие занятия и др.

Таблица 2

Взаимосвязь параметров родительского отношения и шкал теста эмоционального интеллекта у матерей, воспитывающих детей с РАС

Шкалы	Внутриличностный ЭИ	Управление чужими эмоциями	Понимание своих эмоций
Принятие – отвержение	0,326*		
Маленький неудачник		–0,324*	–0,331*

Примечание. * $p \leq 0,05$.

Таблица 3

Взаимосвязь параметров детско-родительского эмоционального взаимодействия и шкал теста эмоционального интеллекта у матерей, воспитывающих детей с РАС

Шкалы	Межличностный ЭИ	Внутриличностный ЭИ	Понимание эмоций	Управление эмоциями	Общий уровень ЭИ
Понимание причин состояния ребенка		0,458**	0,410**	0,314*	0,398*

Окончание табл. 3

Шкалы	Межличност- ный ЭИ	Внутриличност- ный ЭИ	Понимание эмоций	Управление эмоциями	Общий уровень ЭИ
Чувства матери в ситуации вза- имодействия	0,398*	0,453**	0,470**	0,399*	0,453**
Безусловное принятие		0,421**		0,410**	0,371*
Отношение к се- бе как родителю	0,506***	0,522***	0,547***	0,473**	0,573***
Преобладающий эмоциональный фон взаимодей- ствия	0,348*	0,379*	0,430**		0,363*
Оказание эмо- циональной поддержки		0,440**	0,374*	0,313*	0,351*
Умение воздей- ствовать на со- стояние ребенка		0,588***	0,403*	0,457**	0,462**

Примечание. * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.

В группе матерей, воспитывающих нормотипичных детей, были обнаружены следующие статистически значимые взаимосвязи между шкалами опросника родительского отношения А.Я. Варги, В.В. Столина, опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия Е.И. Захаровой и теста эмоционального интеллекта Д.В. Люсина (табл. 4 и 5):

1. Шкала «Внутриличностный эмоциональный интеллект» имеет прямую корреляцию со шкалой «Принятие – отвержение» ($r = 0,407$ при $p \leq 0,01$). Чем выше у матерей нормотипичных детей, как и матерей детей с РАС, способность распознавать собственные эмоции и регулировать их, тем чаще они принимают безусловно своих детей такими как есть.

2. Шкала «Управление эмоциями» образует положительную взаимосвязь со шкалой «Принятие – отвержение» ($r = 0,390$ при $p \leq 0,05$). Чем выше у матерей нормотипичных детей способности к управлению собственным эмоциональным состоянием и эмоциями других людей, тем более высокий уровень принятия психологических особенностей их детей им свойственен.

3. Субшкала теста эмоционального интеллекта «Контроль экспрессии» обнаруживает прямую корреляцию со шкалой «Принятие – отвержение» ($r = 0,587$ при $p \leq 0,001$) и обратную – со шкалой «Маленький неудачник» ($r = -0,349$ при $p \leq 0,05$). Чем более развиты у матерей нормотипичных детей способности контролировать внешнее выражение своих эмоций, тем более высокий уровень принятия своих детей им свойственен и тем реже они воспринимают своего ребенка как неуспешного и неумелого.

4. Шкала «Управление эмоциями» имеет обратные взаимосвязи со шкалами «Способность воспринимать состояние ребенка» ($r = -0,469$ при $p \leq 0,01$)



и «Понимание причин состояния» ($r = -0,375$ при $p \leq 0,05$). Чем сильнее у матерей выражены способности к управлению своими и чужими эмоциями, тем хуже они распознают настроение своих детей и обнаруживают его причины.

Общий уровень эмоционального интеллекта имеет обратную корреляцию со шкалой «Способность воспринимать состояние ребенка» ($r = -0,410$ при $p \leq 0,01$). Чем выше у матерей эмоциональный интеллект, тем, как не парадоксально, ниже их способности чувствовать настроение ребенка и его отношение к ситуации.

Сравним выявленные в обеих подгруппах матерей взаимосвязи показателей эмоционального интеллекта и параметров родительского отношения и эмоционального взаимодействия с ребенком. Заметим, что у матерей детей с РАС имеется намного больше прямых корреляций показателей эмоционального интеллекта с характеристиками эмоционального взаимодействия с ребенком. Так, чем выше способности к распознаванию и управлению эмоциями, тем лучше матери чувствуют состояние ребенка, могут воздействовать на него, а также более склонны к принятию ребенка и себя в роли родителя. В группе матерей, воспитывающих нормотипичных детей, обнаружены отрицательные связи показателей эмоционального интеллекта и способностей матерей чувствовать настроение ребенка и понимать его причины. Вместе с тем в обеих группах выявлена общая корреляция: чем выше внутриличностный эмоциональный интеллект матери, тем больше она склонна принимать ребенка таким, какой он есть.

Таблица 4

Взаимосвязь параметров родительского отношения и шкал теста эмоционального интеллекта у матерей, воспитывающих нормотипичных детей

Шкалы	Управление своими эмоциями	Контроль экспрессии	Внутриличностный ЭИ	Управление эмоциями
Принятие – отвержение	0,372*	0,587***	0,407**	0,390*
Маленький неудачник		-0,349*		

Примечание. * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.

Таблица 5

Взаимосвязь параметров детско-родительского эмоционального взаимодействия и шкал теста эмоционального интеллекта у матерей, воспитывающих нормотипичных детей

Шкалы	Внутриличностный ЭИ	Управление эмоциями	Общий уровень ЭИ
Способность воспринимать состояние ребенка	-0,355*	-0,469**	-0,410**
Понимание причин состояния ребенка		-0,375*	

Примечание. * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

Обсуждение результатов

Воспитание детей с аутизмом – это вызов для матери, это постоянная, ежедневная работа личности. В данном исследовании мы видим, как при статистически сходном уровне эмоционального интеллекта у матерей обеих групп, различными оказываются взаимосвязи эмоционального интеллекта с показателями эмоционального взаимодействия с ребенком у матерей, воспитывающих детей с аутизмом. Матери адаптируются к особенностям собственного ребенка, к его своеобразной эмоциональной жизни, к ограничениям коммуникативных каналов. Им всегда приходится быть бдительными, вчувствоваться в собственного ребенка, чтобы вовремя заметить наступающее пресыщение той или иной активностью. Своеобразие воспитательных, родительских задач, которые стоят перед матерями, воспитывающими детей с РАС, и обуславливает выявленные в исследовании различия в детско-родительских отношениях групп матерей.

Матери детей с РАС более склонны относиться к ребенку как несамостоятельному, неспособному, лишая его собственного «Я», что возможно является отражением имеющихся у ребенка трудностей с самообслуживанием, самовыражением и коммуникацией. Подобное отношение к ребенку выражено тем сильнее, чем менее способна мать отслеживать собственное эмоциональное состояние и регулировать настроение ребенка. Матери детей с аутизмом менее склонны к симбиотическим отношениям с ребенком и эмоциональному слиянию с ним, чем матери, воспитывающие нормотипичных детей. Эти результаты частично подтверждают *первую гипотезу* о наличии различий между двумя группами матерей по шкалам «Симбиоз» и «Маленький неудачник». Но вступают в определенное противоречие с полученными в исследовании О.Г. Нугаевой, Г.К. Труфановой, Е.О. Асмус [9] данными о высоких значениях по шкале «Симбиоз» у родителей детей с РАС. Возможно небольшой объем выборки родителей как в нашем исследовании, так и в исследовании О.Г. Нугаевой с коллегами [9] является причиной рассогласования результатов.

Для матерей детей с РАС менее характерно авторитарное поведение по отношению к ребенку, чем для матерей нормотипичных детей. Перед матерями, воспитывающими особых детей, стоит задача поиска новых форм детско-родительского взаимодействия, которые будут эффективны в воспитании их ребенка. Матери детей с РАС активно включаются в процесс реабилитации ребенка, занимаются развитием и совершенствованием коммуникативных и речевых навыков. Приспосабливаясь к особенностям и потребностям ребенка, матери детей с РАС находят свои уникальные и оптимальные для их жизненной ситуации стратегии воспитания.

У матерей, имеющих детей с РАС, менее развиты способности чувствовать эмоциональное состояние ребенка, способности находить причины смены настроения у него, также они реже испытывают позитивные эмоции во взаимодействии с ребенком. Эти особенности матерей объясняются тем, что одной из центральных особенностей аутистического развития является нарушение эмоциональной сферы, приводящее к трудностям аффективного реагирования, поэтому дети с РАС не всегда дают эмоциональный отклик, понятный для матерей.



Матери, воспитывающие детей с РАС, в меньшей степени безусловно принимают своих детей со всеми их недостатками, они чаще испытывают негативные чувства, во взаимодействии с ребенком. Вместе с тем матери детей с РАС чаще ориентируются на состояние ребенка, его настрой, планируя совместную деятельность, игры или развивающие занятия. Наша *вторая гипотеза* о различиях между группами матерей по шкалам: «Способность воспринимать состояние ребенка», «Стремление к телесному контакту», «Понимание причин состояния ребенка» не была полностью подтверждена. Матери обеих групп продемонстрировали одинаковое стремление к телесному взаимодействию с ребенком. Это расходится с данными, полученными В.В. Гагай и А.Ф. Берестовой, о том, что матери детей с ограниченными возможностями здоровья демонстрируют меньшее стремление к телесному контакту [4]. Возможно, выявленные различия обусловлены спецификой выборки: в нашем исследовании это матери детей с аутизмом. Интересно другое: несмотря на то, что аутизм характеризуется сложностью в установлении телесного контакта, в нашей выборке матери видимо нашли способ прикосновений и тактильной стимуляции, отвечающий потребностям ребенка и его индивидуальным особенностям сенсорных систем, который помогает компенсировать недостаток других каналов коммуникации. Физический контакт с матерью отличается от взаимодействия с другим человеком, и ребенок проявляет здесь большую готовность к тактильной стимуляции. С другой стороны, мать может использовать прикосновения для выражения нежности и любви к ребенку.

По уровню эмоционального интеллекта группы матерей демонстрировали сходные показатели, у обеих групп были выявлены низкие способности к контролю экспрессии. *Третья гипотеза* о различиях в показателях межличностного эмоционального интеллекта опровергнута. Наши данные противоречат результатам, полученным в исследовании О.А. Коваль, в котором родители детей с речевыми нарушениями имели более низкие показатели межличностного эмоционального интеллекта, чем у родителей нормотипичных детей [6]. Данный аспект нуждается в дальнейших исследованиях на более репрезентативных выборках родителей. Кроме того, вариант дизонтогенеза у детей в нашем исследовании отличается от того нарушения развития, который изучала О.А. Коваль.

Обратная корреляция межличностного эмоционального интеллекта и родительского отношения «авторитарная гиперсоциализация» не выявлена ни у матерей, воспитывающих ребенка с аутизмом, ни у матерей с нормотипичным ребенком. *Четвертая гипотеза* опровергнута. В обеих группах выявлены положительные взаимосвязи между безусловным принятием ребенка и внутриличностным эмоциональным интеллектом. В группе матерей детей с РАС межличностный эмоциональный интеллект взаимосвязан с принятием себя в качестве родителя, тенденцией испытывать позитивные чувства в ситуациях взаимодействия с ребенком, преобладающим спокойным, доброжелательным эмоциональным фоном при общении с ребенком. Для матерей важной является способность управлять своими собственными эмоциями, умение адаптироваться к постоянно меняющимся обстоятельствам, связанным с симптоматикой ребенка.

Полученные результаты могут быть использованы при организации помощи семьям, воспитывающим детей с РАС. Матери таких детей более склонны эмоционально отдаляться от ребенка, относится к нему как маленькому неудачнику, не требуя послушания. Обнаруженные взаимосвязи эмоционального интеллекта с безусловным принятием ребенка и с показателями эмоционального взаимодействия с ним необходимо учитывать при разработке программ психологического сопровождения матерей, воспитывающих детей с аутизмом. Так, в ходе психологической работы важно информировать матерей об особенностях детей с РАС, формировать адекватное представление о способностях и возможностях детей, тренировать продуктивное детско-родительское взаимодействие, развивать способности к распознаванию эмоций в себе и в ребенке, а также навыки их регуляции. Развитие эмоционального интеллекта способствует не только улучшению внутрисемейной коммуникации, но и помогает матери совладать с повседневным стрессом, тем самым препятствуя формированию родительского выгорания.

Выводы

1. Для группы матерей детей с РАС более свойственно восприятие ребенка как несамостоятельного и неспособного, они более склонны к эмоциональной дистанции с ребенком, готовы предъявлять ему минимальные требования и осуществлять слабый контроль. Первая гипотеза о различиях в группах матерей по шкалам «Симбиоз» и «Маленький неудачник» частично подтвердилась.

2. Матери детей с РАС чаще испытывают трудности в определении эмоционального состояния ребенка и понимании причин его переживаний, более склонны переживать отрицательные эмоции в совместной деятельности с ним. Несмотря на это, при организации взаимодействия с ребенком они чаще принимают во внимание его настроение. Наша вторая гипотеза о различиях в группах матерей по шкалам «Способность воспринимать состояние своего ребенка», «Стремление к телесному контакту», «Понимание причин состояния своего ребенка» частично подтвердилась.

3. Матери, воспитывающие детей с РАС, и матери нормотипичных детей демонстрируют сходные показатели эмоционального интеллекта. Гипотеза о том, что у матерей детей с РАС уровень межличностного эмоционального интеллекта ниже, чем у матерей здоровых детей не подтвердилась.

4. В группе матерей детей с РАС были выявлено, что шкала «Внутриличностный эмоциональный интеллект» имеет прямую корреляцию с родительским отношением «Принятие – отвержение». Эта взаимосвязь характерна и для группы матерей, имеющих нормотипичных детей. Гипотеза о том, что межличностный эмоциональный интеллект и авторитарная гиперсоциализация имеют обратную взаимосвязь, не подтвердилась.

5. Эмоциональный интеллект в группе матерей детей с аутизмом образует прямые корреляции с большинством шкал опросника детско-родительского эмоционального взаимодействия: «Понимание причин состояния ребенка», «Безусловное принятие», «Отношение к себе как родителю» и др. В группе матерей нормотипичных детей подобные связи отсутствуют, обнаружена лишь обратная корреляция общего уровня эмоционального интеллекта и способности воспринимать состояние ребенка.



Список литературы

1. Алпатова Н.С., Карпова С.А., Федосеева Е.С. Коррекционно-педагогическая работа с детьми с расстройствами аутистического спектра. Вопросы теории и практики : учеб. пособие. – Саратов : Вуз. образование, 2018. – 309 с.
2. Брагина Е.А., Белозерова Л.А., Прокофьева М.В. Отношение к ребенку и семейной роли матерей детей с расстройствами аутистического спектра и детей с нарушениями речи [Электронный ресурс] // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2021. – № 2. – С. 39–45. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=hgxfmm> (дата обращения: 10.10.2025).
3. Бухтоярова А.А. Психологические факторы формирования родительского принятия матерей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями [Электронный ресурс] // Наукосфера. – 2021. – № 6–2. – С. 17–22. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46561804> (дата обращения: 10.10.2025).
4. Гагай В.В., Берестовая А.Ф. Зависимость типа взаимодействия родителей и детей с ограниченными возможностями здоровья от уровня родительской компетентности [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – № 5. – С. 1–17. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zavisimost-tipa-vzaimodeystviya-roditeley-i-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-ot-urovnya-roditelskoj-kompetentnosti> (дата обращения: 10.10.2025).
5. Ефимова О.С. Исследование внутрисемейных взаимоотношений в семьях, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] // Педагогика и психология образования. – 2019. – № 1. – С. 196–206. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vnutrisemeynyh-vzaimootnosheniy-v-semyah-imeyuschih-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya> (дата обращения: 10.10.2025).
6. Коваль О.А. Связь психологического развития дошкольников, имеющих речевую патологию, и уровня развития эмоционального интеллекта родителей // Клиническая и специальная психология. – 2020. – Т. 9, № 1. – С. 142–168. – DOI:10.17759/cpse.2020090108
7. Краснощекова И.В., Дереча В.А., Ковшова О.С. Психологическая структура материнского отношения к детям : моногр. / под ред. В.А. Деречи. – М. : Юрайт, 2022. – 141 с.
8. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте [Электронный ресурс] // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М. : Ин-т психологии РАН, 2004. – С. 29–36. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=UVGYGB> (дата обращения: 10.10.2025).
9. Нугаева О.Г., Труфанова Г.К., Асмус Е.О. Психологическое сопровождение семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра [Электронный ресурс] // Педагогический ИМИДЖ. – 2022. – Т. 16, № 4 (57). – С. 555–564. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-semey-vospityvayuschih-detey-s-rasstroystvami-autisticheskogo-spektra> (дата обращения: 10.10.2025).

10. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2003. – 319 с.

11. Особенности эмпатии и эмоционального интеллекта у родителей детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] / И.В. Пономаренко, И.А. Курусь, А.А. Митенко и др. // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2019. – №. 4. – С. 52–57. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41602476> (дата обращения: 10.10.2025).

12. Попова Е.Д. Специфика отношения родителей к детям с аутизмом [Электронный ресурс] // Молодой ученый. – 2022. – № 38 (433). – С. 197–200. – URL: <https://moluch.ru/archive/433/95072/> (дата обращения: 10.10.2025).

13. Хаустов А.В., Шумских М.А. Тенденции включения детей с РАС в систему общего образования: результаты Всероссийского мониторинга [Электронный ресурс] // Аутизм и нарушения развития. – 2023. – № 21 (3). – С. 5–17. – URL: <https://doi.org/10.17759/autdd.2023210301> (дата обращения: 10.10.2025).

Сведения об авторах

А.Г. Продовикова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, arilama@yandex.ru).

А.Р. Галиуллина – выпускница специальности «Клиническая психология», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, madam.galiullina@inbox.ru).

Information about the authors

A.G. Prodivikova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, arilama@yandex.ru).

A.R. Galiullina – Graduate of the Specialty "Clinical Psychology", Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, madam.galiullina@inbox.ru).



УДК 355.252:159.944.4

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-189-193

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА У УЧАСТНИКОВ СВО В ЗАВИСИМОСТИ ОТ БОЕВОГО ОПЫТА

Наталья Валерьевна Ротманова, Евгения Александровна Ильина

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь, Россия

Аннотация. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) представляет собой одно из наиболее значимых психических последствий участия в боевых действиях. Актуальность исследования обусловлена необходимостью выявления различий в проявлениях ПТСР у участников специальной военной операции (СВО) с различным боевым опытом. В работе проведен сравнительный анализ четырех выборок военнослужащих (25–39 лет и 40–55 лет, с опытом участия только в СВО и с многократным опытом боевых действий). Использовались стандартизированные методики: опросник COPE-30, шкала IES-R, индекс жизненного стиля (LSI), а также опросник травматического стресса И.О. Котенева. Статистический анализ выполнен с применением программы Jamovi, включал *t*-критерий Стьюдента и корреляционный анализ.

Результаты показали, что у военнослужащих без предыдущего боевого опыта выше уровень тревожности и выраженность симптомов вторжения, в то время как у ветеранов с многократным опытом чаще фиксируются эмоциональное оцепенение, депрессивные проявления и использование неадаптивных копинг-стратегий. Корреляционный анализ выявил значимые взаимосвязи между симптомами ПТСР и стратегиями совладания со стрессом ($r = 0,41$; $p < 0,05$), а также между интенсивностью стрессовых симптомов и механизмами психологической защиты ($r = 0,38$; $p < 0,05$).

Практическая значимость исследования заключается в разработке рекомендаций по адаптации и психологическому сопровождению военнослужащих в трудовых коллективах. Для «новичков» важна первичная профилактика тяжелых форм ПТСР и формирование конструктивных копинг-стратегий. Для ветеранов необходимы комплексные реабилитационные программы, учитывающие накопленный травматический опыт и коморбидные расстройства.

Ключевые слова: посттравматическое стрессовое расстройство, боевой опыт, совладание со стрессом, адаптация, военнослужащие

Для цитирования: Ротманова Н.В., Ильина Е.А. Особенности проявления посттравматического стрессового расстройства у участников СВО в зависимости от боевого опыта // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 189–193. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-189-193

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN PARTICIPANTS OF THE SPECIAL MILITARY OPERATION DEPENDING ON COMBAT EXPERIENCE

Natalia V. Rotmanova, Evgeniya A. Ilyina

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. Post-traumatic stress disorder (PTSD) is one of the most significant mental consequences of participation in combat operations. The relevance of this study is due to the need to identify differences in the manifestations of PTSD among participants in the special military operation (SMO) with different combat experience. The study conducted a comparative analysis of four samples of military personnel (25–39 years old and 40–55 years old, with experience of participation only in the SMO and with multiple combat experience). Standardized methods were used: the COPE-30 questionnaire, the IES-R scale, the Life Style Index (LSI), and the I.O. Kotenev Traumatic Stress Questionnaire. Statistical analysis was performed using the Jamovi program, including the Student's *t*-test and correlation analysis.

The results showed that military personnel without previous combat experience had higher levels of anxiety and more pronounced symptoms of intrusion, while veterans with multiple experiences were more likely to experience emotional numbness, depressive symptoms, and the use of maladaptive coping strategies. Correlation analysis revealed significant relationships between PTSD symptoms and stress coping strategies ($r = 0.41$; $p < 0.05$), as well as between the intensity of stress symptoms and psychological defense mechanisms ($r = 0.38$; $p < 0.05$).

The practical significance of the study lies in the development of recommendations for the adaptation and psychological support of military personnel in work teams. For "newcomers" primary prevention of severe forms of PTSD and the formation of constructive coping strategies are important. For veterans, comprehensive rehabilitation programs are necessary, taking into account their accumulated traumatic experiences and comorbid disorders.

Keywords: post-traumatic stress disorder, combat experience, stress coping, adaptation, military personnel

For citation: Rotmanova N.V., Ilyina E.A. Features of the manifestation of post-traumatic stress disorder in participants of the special military operation depending on combat experience // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 189–193. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-189-193

Введение

Проблема посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) у военнослужащих сохраняет свою актуальность в условиях современного общества. Боевые действия приводят не только к физическим, но и к психическим последствиям, затрудняющим социальную и профессиональную адаптацию. Ряд авторов отмечает, что многократное участие в вооруженных конфликтах оказывает



кумулятивное воздействие на психику, формируя более стойкие и сложные клинические картины (Е.О. Лазебная, А.Л. Пушкарев, Н.В. Тарабрина и др. [1–5]).

При этом остается малоизученным вопрос о различиях между военнослужащими, участвующими только в СВО, и теми, кто имеет опыт предыдущих конфликтов.

Актуальность исследования

В современных условиях актуальность изучения ПТСР обусловлена несколькими факторами.

Во-первых, наблюдается устойчивый рост числа военнослужащих, вовлеченных в боевые действия. Многие из них имеют опыт участия сразу в нескольких военных кампаниях: Афганистан, Чечня, Грузия, Сирия, а сегодня – СВО. Такая ситуация формирует уникальный контингент ветеранов, в психике которых накапливаются последствия многократных травмирующих событий.

Во-вторых, существующие исследования в основном касаются военнослужащих с единичным опытом участия в боевых действиях. Между тем специфика психических последствий у ветеранов, прошедших через несколько конфликтов, остается малоизученной. Существует противоречие: одни авторы указывают, что повторное участие в боевых действиях усиливает выраженность ПТСР за счет кумулятивного эффекта, другие считают, что предыдущий опыт способствует формированию более устойчивых копинг-стратегий, снижая вероятность тяжелых форм расстройства.

В-третьих, различия в проявлениях ПТСР у «новичков» и «ветеранов» имеют непосредственное практическое значение. Для первой категории важно своевременно оказать помощь, направленную на первичную адаптацию к посттравматическим состояниям, тогда как для второй – разрабатывать программы коррекции, учитывающие многослойность накопленных психологических травм.

Дополнительным подтверждением актуальности является высокая социальная значимость проблемы. ПТСР влияет не только на психологическое состояние военнослужащих, но и на их способность к социальной адаптации после возвращения в гражданскую жизнь. Трудности с возвращением к работе, нарушенные семейные отношения, рост числа зависимостей и коморбидных расстройств создают вызовы для системы здравоохранения и социальной политики.

Цель исследования – сравнительный анализ проявлений ПТСР у участников СВО с боевым опытом, полученным ранее в других конфликтах, и у тех, кто участвовал только в СВО.

Гипотеза исследования – наличие предыдущего боевого опыта усиливает выраженность симптомов ПТСР и влияет на специфику копинг-стратегий и механизмов психологической защиты.

Методы

В исследовании приняли участие военнослужащие в возрасте от 25 до 55 лет ($n = 100$), разделенные на четыре группы: 1) 25–39 лет, только СВО; 2) 25–39 лет, СВО + другие конфликты; 3) 40–55 лет, только СВО; 4) 40–55 лет, СВО + другие конфликты. Применялись методики:

- опросник COPE-30;
- индекс жизненного стиля (LSI);
- шкала IES-R;
- опросник травматического стресса (И.О. Котенева).

Анализ данных проводился в Jamovi. Использовались описательные статистики, t-тест Стьюдента, корреляционный анализ (коэффициент Пирсона).

Результаты

Полученные данные свидетельствуют о различиях в проявлениях ПТСР:

- у военнослужащих без боевого опыта выше уровень навязчивых воспоминаний и избегания;
- у ветеранов с многократным опытом чаще наблюдаются эмоциональное оцепенение и депрессивные проявления;
- представители старшей группы более склонны к пассивным копинг-стратегиям.

Корреляционный анализ показал значимые связи между симптомами ПТСР и использованием стратегий совладания, а также между интенсивностью стрессовых переживаний и уровнями психологической защиты.

Выводы

1. Наличие предыдущего боевого опыта усиливает выраженность отдельных симптомов ПТСР, изменяет структуру копинг-поведения и механизмов психологической защиты, что согласуется с исследованиями Е.О. Лазебной, которая также отмечает кумулятивный эффект травматизации у военнослужащих, участвовавших в нескольких конфликтах.

2. Молодые военнослужащие без опыта характеризуются повышенной тревожностью и уязвимостью, что согласуется с работами А.Л. Пушкарева по ПТСР у военнослужащих, в которых он подтверждает, что возраст является значимым фактором в развитии расстройства. Он отмечает, что у молодых симптомы более острые, но менее устойчивые, тогда как старших участников боевых действий симптомы носят более хронический характер.

3. Ветераны с накопленным опытом чаще демонстрируют хронические формы симптоматики, требующие комплексных мер реабилитации. Практическая значимость заключается в разработке программ профилактики и коррекции, ориентированных на особенности каждой группы.

Список литературы

1. Лазебная Е.О. Психология посттравматического стресса у участников боевых действий. – М., 2018.
2. Пушкарев А.Л. Посттравматическое стрессовое расстройство. – М., 2019.
3. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб. : Питер, 2009.
4. Brewin C. Posttraumatic Stress Disorder: Malady or Myth? – Yale University Press, 2020.
5. Olff M., van Zuiden M. Neurobiology of PTSD. Curr Opin Psychol. – 2021.



Сведения об авторах

Н.В. Ротманова – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, rotmanova@pspu.ru).

Е.А. Ильина – магистрант кафедры теоретической и прикладной психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, smirnov_do@pspu.ru).

Information about the authors

N.V. Rotmanova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theoretical and Applied Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, rotmanova@pspu.ru).

E.A. Ilyina – Master's Student of the Department of Theoretical and Applied Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, 69530@pspu.ru).

УДК 616-006.04-053.2

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-194-209

СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ, РОДИТЕЛЬСКОГО ВЫГОРАНИЯ И ДОМИНИРУЮЩЕГО СОСТОЯНИЯ У МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ С ОНКОГЕМАТОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ В УСЛОВИЯХ СТАЦИОНАРА

Татьяна Михайловна Харламова, Екатерина Евгеньевна Перцева

Пермский государственный национальный исследовательский университет, Пермь, Россия

Аннотация. Представлены результаты исследования тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями в условиях стационара, проведенного на базе Краевой детской клинической больницы. В диагностический комплекс вошли: «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина, «Опросник родительского выгорания» И.Н. Ефимовой, «Определение доминирующего состояния» Л.В. Куликова. Выявлено, что у матерей детей с онкозаболеванием в большей степени выражены ситуативная тревожность, тонус, эмоциональный тон, удовлетворенность жизнью, а у матерей условно здоровых детей – личностная тревожность. Показано, что чем более матери больных детей склонны к проявлениям тревожности, тем сложнее им заботиться о детях и тем критичнее они воспринимают себя, а матери условно здоровых детей тем ниже оценивают свою родительскую компетентность, пассивнее и пессимистичнее относятся к жизни. Установлено, что чем более матери детей с онкодиагнозом подвержены циничному отношению к чувствам собственного ребенка, тем менее уверены в своих силах, тем большую испытывают угрозу своему родительскому статусу, тем менее удовлетворены жизнью и собой в роли родителя. В то же время, чем менее матери данных детей пренебрегают уходом и заботой о них, тем спокойнее себя чувствуют и тем более уверены в возможности содействовать лечению ребенка. Соответственно, у матерей условно здоровых детей при снижении редукции родительских достижений повышаются активность, внутреннее ощущение собранности, усиливается желание достичь личностного успеха, почувствовать удовлетворенность жизнью. Различия обнаружены и в системообразующих показателях. Результаты исследования могут быть полезны специалистам в области семейной психологии, психологии детско-родительских отношений, дифференциальной и клинической психологии.

Ключевые слова: тревожность, родительское выгорание, доминирующее состояние, матери детей с онкогематологическими заболеваниями, стационар, матери условно здоровых детей



Для цитирования: Харламова Т.М., Перцева Е.Е. Специфика проявления тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями в условиях стационара // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 194–209. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-194-209

FEATURES OF ANXIETY, PARENTAL BURNOUT, AND PREDOMINANT PSYCHOLOGICAL STATES IN MOTHERS OF CHILDREN WITH ONCOHEMATOLOGICAL DISEASES DURING INPATIENT TREATMENT

Tatiana M. Kharlamova, Ekaterina E. Pertseva
Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. The study presents findings on anxiety, parental burnout, and predominant psychological states in mothers of children with oncohematological diseases during inpatient treatment, conducted at the Regional Children's Clinical Hospital. The set of diagnostic instruments included the State-Trait Anxiety Inventory by C. Spielberger adapted by Y.L. Khanin, the Parental Burnout Questionnaire by I.N. Efimova, and the Assessment of Predominant Psychological States by L.V. Kulikov. Results revealed that mothers of children with cancer demonstrated higher levels of situational anxiety, psychological tension, emotional tone, and life satisfaction, whereas mothers of healthy children exhibited higher levels of anxiety. Greater anxiety in mothers of ill children corresponded with increased caregiving challenges and heightened self-criticism. Mothers of healthy children who experienced greater anxiety showed reduced parental competence and more passive and pessimistic outlooks. The study further revealed that mothers of children with an oncological diagnosis who exhibited more cynical attitudes toward their child's feelings tended to feel less confident, perceive greater threats to their parental role, and report lower satisfaction with their lives and themselves as parents. In contrast, mothers who maintained attentive care and involvement with their children reported greater calmness and higher confidence in their ability to support the child's treatment. For mothers of healthy children, a decrease in parental accomplishment reduction was associated with greater activity, an increased sense of internal composure, a stronger desire for personal achievement, and higher levels of life satisfaction. Differences were also identified in systemic indicators. These findings may be useful for specialists in family psychology, the psychology of parent-child relations, and differential and clinical psychology.

Keywords: anxiety, parental burnout, predominant psychological state, mothers of children with oncohematological diseases, inpatient setting, mothers of conditionally healthy children

For citation: Kharlamova T.M., Pertseva E.E. Features of anxiety, parental burnout, and predominant psychological states in mothers of children with oncohematological diseases during inpatient treatment // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 194–209. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-194-209

Для психологической науки и практики проблема материнства сохраняет свою актуальность на протяжении длительного времени [7, 11, 13], но современные вызовы требуют в ее изучении новых акцентов, в том числе связанных с ростом онкозаболеваний у детей. Согласно исследованиям А.Д. Каприна, «показатель детской (0–17 лет) заболеваемости злокачественными новообразованиями составил в 2023 году 12,7 на 100 тыс. детского населения» [4, с. 7], при этом первое место в структуре злокачественных образований детского возраста занимают онкогематологические заболевания [9, с. 557] под которыми понимают заболевания крови, опухоли кроветворной и лимфоидной тканей, гемобластозы, рак крови [12, с. 24]. Психотравмирующее воздействие онкодиагноза ребенка на родителей не вызывает сомнения, особенно в плане сложности и продолжительности лечения, неопределенности его результатов, что подтверждается работами Е.В. Кореня и С.Н. Мосихиной, утверждающих, что дети с заболеванием онкологического спектра «в отличие от взрослых больных, в значительно большей степени нуждаются в сопровождении, уходе и участии родителей, с самого начала и на всем протяжении болезни, лечение которой может потребовать длительного пребывания ребенка в стационаре» [5, с. 90–91]. В этот период, на фоне смены жизненных приоритетов, отрыва от профессиональной деятельности, усложнения финансовой ситуации, постоянного психического напряжения из-за страданий ребенка, родители особенно подвержены тревоге и выгоранию. Данная проблема находится в фокусе внимания исследователей (Н.Б. Аскарғалиева [1]; Р.Б. Мирошкин [8]; Т.В. Рябова, Н.В. Клипинина с соавт. [16] и др.), но остается недостаточно изученной. В нашей работе мы постарались дополнить имеющиеся знания, обратившись к изучению тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями в условиях стационара.

Гипотезы исследования

1. Предполагается, что существуют статистически значимые различия в показателях тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями и матерей условно здоровых детей.

2. Предполагается, что существуют статистически значимые различия в характере взаимосвязей показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния в исследуемых выборках.

Процедура и методики исследования

Выборка

Исследование проявления тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей проводилось в очном формате, индивидуально, в период с марта по июнь 2025 года на базе ГБУЗ ПК «Краевая детская



клиническая больница». В нем приняли участие 38 испытуемых, в том числе 19 матерей детей с онкогематологическими заболеваниями в возрасте от 21 до 52 лет ($M = 39,2$; $SD = 8,6$) и 19 матерей условно здоровых детей в возрасте от 21 до 49 лет ($M = 35,4$; $SD = 7,7$). Дополнительно к методикам респондентам была предложена анкета. Ответы респондентов на ее вопросы позволили установить, что среди матерей детей с онкогематологическими заболеваниями 11 состоят в браке, 8 отметили статус «не замужем», 7 участниц исследования являются многодетными, 8 имеют двух детей и 4 – единственного ребенка. Среди больных детей 8 мальчиков и 11 девочек, средний возраст которых 9,7 лет. Из числа матерей условно здоровых детей 16 состоят в браке, 3 «не замужем», 1 участница является многодетной, 7 имеют двух детей и 11 – единственного ребенка.

Методики исследования

«Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина [15], позволяющая дифференцированно измерить тревожность как состояние в данный момент времени и как личностное свойство. Под реактивной (ситуативной) тревожностью понимается различная по интенсивности и динамике эмоциональная реакция на актуальную стрессовую ситуацию, а под личностной тревожностью – устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и склонности воспринимать широкий круг ситуаций как угрожающие и требующие соответствующего эмоционального отклика. Методика содержит 40 утверждений. Ответы формируются по 4-балльной шкале (нет, это не так; пожалуй, так; верно; совершенно верно). Показатели реактивной и личностной тревожности подсчитываются по формулам. Низкий уровень тревожности диагностируется при значениях менее 30 баллов, умеренный – при значениях от 31 до 45 баллов, высокий – при 46 и более баллах.

«Опросник родительского выгорания» И.Н. Ефимовой (модификация опросника эмоционального выгорания К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой) [2, 3], позволяющий оценить уровень эмоционального выгорания в сфере детско-родительских отношений при выполнении родительских функций по заботе, воспитанию и развитию детей. Опросник включает три шкалы: «уровень эмоционального истощения» (шкала позволяет измерить выраженность у родителей эмоционального перенапряжения, чувства опустошенности внутренних ресурсов, безразличия к своему ребенку и окружающему миру), «деперсонализация» (шкала измеряет склонность к формальным контактам, бездушному, циничному отношению к чувствам и переживаниям собственного ребенка, сопровождающееся снижением эмпатии, потерей отзывчивости, соучастия), «редукция родительских достижений» (шкала позволяет измерить тенденцию к уменьшению или упрощению действий, связанных с заботой о детях, снижению чувства компетентности в выполнении своей родительской роли). Методика состоит из 22 утверждений, ответы на которые формируются по 7-балльной шкале (никогда, очень редко,

редко, иногда, часто, очень часто, постоянно). Обработка результатов проводится по формуле в соответствии с ключом. Чем выше количество баллов по шкалам «уровень эмоционального истощения» и «деперсонализация», тем более выражены данные симптомы и на оборот, чем меньше количество баллов по шкале «редукция родительских достижений», тем более выражен данный симптом.

Методика «Определение доминирующего состояния» (ДС 6) Л.В. Куликова [6], позволяющая определить характеристики личностного уровня психических состояний респондентов посредством субъективных самооценок. Данный вариант методики включает 6 дихотомических шкал: «активное – пассивное отношение к жизненной ситуации» (при высоких оценках диагностируется оптимистичное отношение к жизни, готовность к преодолению трудностей и достижению поставленных целей, при низких – отсутствие веры в собственные силы, общий пессимистичный настрой), «тонус высокий – низкий» (при высоких значениях данной шкалы доминируют стенические состояния, в том числе внутренняя собранность, наполненность энергией, высокая работоспособность, вера в позитивное будущее, а при низких значениях – астенические реакции, усталость, инертность, разочарованность настоящим и мрачное видение будущего, отсутствие желания действовать), «спокойствие – тревога» (при высоких оценках диагностируется абсолютное душевное равновесие, при низких – беспокойство, немотивированное чувство тревоги, угрозы благополучию, престижу), «устойчивость – неустойчивость эмоционального тона» (при высоких значениях данной шкалы преобладают положительный эмоциональный тон, адекватность психических реакций, поведения и деятельности, при низких оценках доминируют негативный эмоциональный тон, лабильность настроения, раздражительность), «удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью» (при высоких оценках диагностируется способность брать на себя ответственность, преодолевать трудности, самостоятельно выбирать жизненную траекторию и добиваться успеха, при низких оценках – неудовлетворенность жизнью в целом, склонность к сомнениям и самокопанию, отсутствие желания принимать ответственность за собственную жизнь), «положительный – отрицательный образ себя» (контрольная шкала, позволяющая определить критичность и адекватность самооценки; при высоких баллах по данной шкале имеют место неискренность, низкая критичность и недостаточная адекватность самооценки, при низких – высокая критичность в оценке себя до негативного отношения в сочетании со стремлением к искренности). Опросник состоит из 42 утверждений, ответы на которые формируются по 7-балльной шкале с учетом пола респондентов (полностью не согласна, согласна в малой степени, согласна почти на половину, согласна на половину, согласна более чем наполовину, согласна почти полностью, согласна полностью). Обработка результатов теста проводится в соответствии с ключом.

Методы математической статистики

Обработка результатов тестирования проводилась с применением критерия Шапиро – Уилка (для проверки данных на нормальность распределения), *U*-критерия Манна – Уитни (для оценки различий между двумя выборками),



метода ранговой корреляции Спирмена (для выявления связей между показателями тревожности, родительского выгорания, доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями и матерей условно здоровых детей). Расчет производился в программах Microsoft Excel и Jasp 0.19.3.0.

Описание результатов

Результаты проверки данных на нормальность распределения

Проверка эмпирических данных по критерию Шапиро – Уилка выявила у исследуемых показателей как соответствие, так и отклонение от нормального распределения. С учетом этого факта, а также малого объема выборок, далее были применены непараметрические методы математической статистики – *U*-критерий Манна – Уитни и корреляционный анализ Спирмена.

Результаты сравнительного анализа показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями и матерей условно здоровых детей

С целью выявления специфики проявления исследуемых показателей в выборках матерей больных и условно здоровых детей был применен *U*-критерий Манна – Уитни (табл. 1).

Таблица 1

Сравнительный анализ показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния в группах матерей детей с онкогематологическими заболеваниями и матерей условно здоровых детей

Шкалы	Матери детей с онкогематологическими заболеваниями (<i>n</i> = 19)		Матери условно здоровых детей (<i>n</i> = 19)		<i>U</i>	<i>p</i>
	<i>M</i> ₁	<i>SD</i> ₁	<i>M</i> ₂	<i>SD</i> ₂		
Ситуативная тревожность	43,00	12,74	32,36	9,36	272,50	0,007
Личностная тревожность	44,42	10,21	35,57	11,17	272,00	0,008
Тонус высокий – низкий	50,36	13,42	58,57	9,92	107,00	0,03
Устойчивость – неустойчивость эмоционального тона	54,47	13,35	62,89	7,94	105,50	0,02
Удовлетворенность – не-удовлетворенность жизнью	56,26	13,75	65,31	10,20	101,50	0,02

Как видно из таблицы, статистически значимые различия в исследуемых выборках обнаружены по показателям тревожности и доминирующего состояния. Полученные данные позволяют утверждать, что у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, по сравнению с матерями условно здоровых детей, в большей степени выражена ситуативная тревожность, а также показатели тонуса, эмоционального тона и удовлетворенности – неудовлетворенности

жизнью. В свою очередь у матерей второй выборки в большей степени выражена личностная тревожность. Специфику проявления исследуемых показателей можно объяснить особенностями выборок.

Результаты сравнительного анализа частично подтверждают гипотезу о существовании статистически значимых различий в показателях тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями и матерей условно здоровых детей, так как различия по показателям родительского выгорания не обнаружены.

Результаты корреляционного анализа

Для выявления связей между показателями тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния был применен метод ранговой корреляции Спирмена. Обнаружены как общие для обеих выборок, так и специфичные межметодиковые взаимосвязи исследуемых показателей (табл. 2–7). Для выборки матерей детей с онкогематологическими заболеваниями характерны следующие специфичные корреляции между показателями тревожности и родительского выгорания (см. табл. 2 и 3): чем выше ситуативная и личностная тревожность, тем более выражен процесс деперсонализации (прямые связи). В выборке матерей условно здоровых детей специфичной является обратная взаимосвязь показателя личностной тревожности с редукцией родительских достижений (обратная шкала).

Таблица 2

Взаимосвязи показателей тревожности и родительского выгорания в группе матерей детей с онкогематологическими заболеваниями

Шкалы	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция родительских достижений
Ситуативная тревожность	0,70***	0,54*	–0,47*
Личностная тревожность	0,57*	0,68**	

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Таблица 3

Взаимосвязи показателей тревожности и родительского выгорания в группе матерей условно здоровых детей

Шкалы	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция родительских достижений
Ситуативная тревожность	0,75***		–0,62**
Личностная тревожность	0,83***		–0,74***

Примечание. ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Полученные данные позволяют утверждать, что чем более матери больных детей склонны к сильным эмоциональным реакциям на актуальные стрессоры и чем устойчивее тревожность в структуре их личности, тем сложнее им



заботиться о детях, оказывать необходимую поддержку, проявлять участие. Следствием этого является снижение эмпатии, формальный характер взаимоотношений с ребенком, избегание контактов с ним, отстранение от роли родителя. Данный факт можно объяснить механизмами психологической защиты в условиях длительного стресса. Для сравнения, чем более выражена личностная тревожность у матерей условно здоровых детей, тем менее компетентными родителями они себя считают, что проявляется в склонности обесценивать свои успехи в сфере заботы о детях, испытывать чувство вины или внутренней неполноценности. Эти факты согласуются с результатами исследования А.В. Березиной (2023) о психоэмоциональном состоянии матерей, воспитывающих детей раннего возраста.

Далее было проведено сравнение характера взаимосвязей показателей тревожности и доминирующего состояния (см. табл. 4 и 5). Установлено, что для матерей детей с онкогематологическими заболеваниями специфичной является обратная связь личностной тревожности с показателем положительного – отрицательного образа себя, а для выборки матерей условно здоровых детей – обратная связь показателей тревожности с активным – пассивным отношением к жизненной ситуации.

Таблица 4

Взаимосвязи показателей тревожности и доминирующего состояния в группе матерей детей с онкогематологическими заболеваниями

Шкалы	Актив. – пассив. отношение к жизнен. ситуации	Тонус высокий – низкий	Спокойствие – тревога	Устойчив. – неустойчив. эмоц. тона	Удовл. – неудовл. жизнью	Положит. – отрицат. образ себя
Ситуативная тревожность		–0,67**	–0,75***	–0,69***	–0,66**	–0,67**
Личностная тревожность		–0,74***	–0,61**	–0,83***	–0,70***	–0,77***

Примечание. ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Таблица 5

Взаимосвязи показателей тревожности и доминирующего состояния в группе матерей условно здоровых детей

Шкалы	Актив. – пассив. отношение к жизнен. ситуации	Тонус высокий – низкий	Спокойствие – тревога	Устойчив. – неустойчив. эмоц. тона	Удовл. – неудовл. жизнью	Положит. – отрицат. образ себя
Ситуативная тревожность	–0,51*	–0,64**	–0,77***	–0,58**	–0,70***	–0,51*
Личностная тревожность	–0,71***	–0,61**	–0,75***	–0,57**	–0,74***	

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Полученные данные позволяют утверждать, что чем сильнее у матерей больных детей проявляется личностная тревожность, тем критичнее и негативнее они воспринимают и оценивают себя, в том числе в роли родителя. Для сравнения, чем более выражена у матерей условно здоровых детей тревожность как ситуативное состояние и личностное свойство, тем пассивнее и пессимистичнее их жизненная позиция в целом и в плане преодоления препятствий в детско-родительских отношениях. Вместе с тем личностная тревожность матерей данной выборки не связана с самовосприятием и, в отличие от матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, уверенность в себе свойственна им и в условиях стресса.

Сравнительный анализ характера взаимосвязей показателей родительского выгорания и доминирующего состояния также позволил обнаружить специфичные для изучаемых выборок корреляции (см. табл. 6 и 7). Было установлено, что чем выше у матерей больных детей уровень эмоционального истощения, тем ниже самооценка (обратная связь), чем более выражена деперсонализация, тем ниже показатели спокойствия, удовлетворенности жизнью и восприятия образа себя (обратные корреляции), а также чем выше значения показателя редукции родительских достижений (обратная шкала), тем более выражено спокойствие (прямая связь). Для выборки матерей условно здоровых детей характерны следующие специфичные корреляции: чем сильнее эмоциональное истощение, тем ниже показатели активного отношения к жизненной ситуации (обратная связь), чем более выражены показатели редукции родительских достижений (обратная шкала), тем выше тонус и удовлетворенность жизнью (прямые взаимосвязи).

Таблица 6

**Взаимосвязи показателей родительского выгорания
и доминирующего состояния в группе матерей детей
с онкогематологическими заболеваниями**

Шкалы	Актив. – пассив. отноше- ние к жизнен. ситуации	Тонус высо- кий – низкий	Спокой- ствие – тревога	Устой- чив. – не- устойчив. эмоц. тона	Удовл. – неудовл. жизнью	Положит. – отрицат. образ себя
Уровень эмоцион. истощения		–0,50*	–0,74***	–0,68**	–0,53*	–0,61**
Деперсонализация		–0,52*	–0,67**	–0,72***	–0,61**	–0,55*
Редукция роди- тельск. достижений	0,56*		0,49*			

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Данные, представленные в обозначенных таблицах, позволяют утверждать, что чем сильнее матери детей с онкогематологическими заболеваниями чувствуют внутреннюю эмоциональную опустошенность, безразличие к миру и своему ребенку, тем критичнее и негативнее оценивают себя в роли родителя,



а матери условно здоровых детей, в свою очередь, теряют веру в возможность успешного преодоления сложностей в детско-родительских отношениях. Обнаружено также, что чем более матери больных детей подвержены циничному отношению к чувствам и переживаниям собственного ребенка, тем менее уверены в своих силах и возможностях, тем большую испытывают угрозу своему родительскому статусу и благополучию, тем менее удовлетворены ходом жизни и собственной самореализацией и тем негативнее оценивают себя в роли родителя. Данные тенденции в выборке матерей условно здоровых детей не выявлены.

Таблица 7

Взаимосвязи показателей родительского выгорания и доминирующего состояния в группе матерей условно здоровых детей

Шкалы	Актив. – пассив. отноше- ние к жизнен. ситуации	Тонус высо- кий – низкий	Спокой- ствие – тревога	Устой- чив. – не- устойчив. эмоц. тона	Удовл. – неудовл. жизнью	Положит. – отрицат. образ себя
Уровень эмоцион. истощения	–0,81***	–0,57**	–0,57*	–0,66**	–0,63**	
Деперсонализация		–0,59**		–0,66**		
Редукция роди- тельск. достижений	0,63**	0,51*			0,48*	

Примечание. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Интерес представляют специфичные корреляции показателя редукции родительских достижений (обратная шкала): чем менее матери детей с онкогематологическими заболеваниями пренебрегают уходом и заботой о них, чем чаще общаются с ребенком, тем спокойнее и увереннее чувствуют себя и тем более верят в свои возможности. Соответственно, у матерей условно здоровых детей повышается активность, внутреннее ощущение собранности, усиливается желание развить собственные интересы и способности, достичь личностного успеха и почувствовать удовлетворенность жизнью.

Выявленные в процессе корреляционного анализа общие межметодические взаимосвязи (19) и системообразующие показатели (ситуативная тревожность и эмоциональное истощение) подтверждают присутствие у матерей больных и условно здоровых детей стабильного личностного конструкта, не связанного с особенностями выборок. Полученные данные можно объяснить общностью материнского статуса испытуемых.

В качестве специфичных системообразующих показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния (имеют наибольшее количество корреляций) в выборке матерей детей с онкогематологическими заболеваниями выступают личностная тревожность, деперсонализация и спокойствие – тревога, а в выборке матерей условно здоровых детей – тонус высокий – низкий и удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью.

Результаты корреляционного анализа подтверждают гипотезу о существовании статистически значимых различий в характере взаимосвязей показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния в исследуемых выборках.

Интерпретация и обсуждение результатов исследования

Эмпирическое исследование, проведенное с целью выявления специфики проявления тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, по сравнению с матерями условно здоровых детей, позволило установить следующее.

У матерей больных детей в большей степени выражены беспокойство, озабоченность и нервозность, что можно объяснить, как опасным диагнозом, поставленным ребенку, так и ситуацией нахождения в стационаре. Данный факт согласуется с мнением Е.В. Фирсун с соавторами, что пребывание в стационаре сопровождается усложнением бытовых условий, ограничением возможностей полноценного отдыха, отсутствием личного пространства, усиливающими у матерей детей с онкозаболеваниями эмоциональное напряжение [14]. Повышение тонуса у данных респондентов можно объяснить переживанием острого стресса, который, по мнению Л.В. Куликова, способен спровоцировать ощущение подъема сил, необходимых для концентрации на процессе лечения, а повышение эмоционального тона – с потребностью сохранять адекватность и эффективность саморегуляции. Более высокую удовлетворенность жизнью можно объяснить готовностью матерей больных детей преодолевать трудности [6, с. 18–21]. Для сравнения, у матерей условно здоровых детей в большей степени выражена личностная тревожность, охватывающая широкий спектр детско-родительских отношений. Специфику проявления исследуемых показателей можно объяснить особенностями выборок, где ключевым отличительным параметром является ситуация с онкозаболеванием ребенка на которой сконцентрированы матери первой выборки.

Установлено, что чем более матери больных детей склонны к сильным эмоциональным реакциям на актуальные стрессоры и чем устойчивее тревожность в структуре их личности, тем сложнее им заботиться о детях, оказывать необходимую поддержку, проявлять участие. Следствием этого является снижение эмпатии, формальный характер ухода за ребенком и взаимоотношений с ним – до избегания контактов, отстранения от роли родителя. Полученные данные согласуются с результатами исследования А.Г. Продовиковой и А.А. Гаспарян (2025), где утверждается, что «чем больше выражена тревога матери относительно болезни ребенка, тем в большей степени она склонна к тенденции развивать негативное, бездушное, циничное отношение к ребенку, к его чувствам и переживаниям» [10, с. 70]. Результаты исследования согласуются и с утверждением Е.В. Фирсун, что хроническое эмоциональное напряжение приводит родителей детей с онкозаболеваниями к эмоциональному отупению [14]. Для сравнения, чем более выражена личностная тревожность у матерей условно здоровых детей, тем менее компетентными родителями они себя



считают, что проявляется в склонности обесценивать свои успехи, испытывать в широком диапазоне взаимодействия с детьми чувство вины или внутренней несостоятельности.

Обнаружено, что чем сильнее у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями проявляется личностная тревожность, тем критичнее и негативнее они воспринимают и оценивают себя, в том числе в роли родителя. Полученные данные подтверждают выводы Е.В. Фисун, В.Г. Полякова и С.В. Климовой о склонности матерей детей с онкозаболеванием к самоотречению и самонаказанию [14]. Для сравнения, чем более выражена у матерей условно здоровых детей тревожность как ситуативное состояние и личностное свойство, тем пассивнее и пессимистичнее их жизненная позиция в целом и в плане преодоления препятствий в детско-родительских отношениях. Вместе с тем личностная тревожность матерей данной выборки не связана с самовосприятием и, в отличие от матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, уверенность в себе и позитивное самовосприятие свойственны им и в условиях стресса.

Установлено, что чем сильнее матери больных детей чувствуют внутреннюю опустошенность, безразличие к миру и своему ребенку, тем критичнее и негативнее оценивают себя в роли родителя, а матери условно здоровых детей, в свою очередь, теряют веру в возможность успешного преодоления сложностей в детско-родительских отношениях. Обнаружено также, что чем более матери детей с онкогематологическими заболеваниями подвержены циничному отношению к чувствам и переживаниям собственного ребенка, тем менее уверены в своих силах и возможностях, тем большую испытывают угрозу своему родительскому статусу и благополучию, тем менее удовлетворены ходом жизни и собственной самореализацией и тем негативнее оценивают себя в роли родителя. Возможно, это связано с отсутствием ресурса, способного восстановить эмоциональный потенциал. Данные тенденции в выборке матерей условно здоровых детей не выявлены.

Доказано, что чем менее матери больных детей пренебрегают заботой о них, чем чаще общаются с ребенком, поддерживают его, тем более уверены в своих возможностях содействовать его выздоровлению. Данный факт согласуется с мнением А.В. Спиридонова и Л.Н. Бенелли (2020) о важности для ребенка чувств матери [11, с. 39]. Соответственно, у матерей условно здоровых детей при высоких значениях редукции родительских достижений (обратная шкала) повышаются активность и внутреннее ощущение собранности, усиливается желание развить собственные интересы и способности, достичь личного успеха, почувствовать удовлетворенность жизнью.

В качестве специфичных системообразующих показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния (имеют наибольшее количество корреляций) в выборке матерей детей с онкогематологическими заболеваниями выступают личностная тревожность, деперсонализация и спокойствие – тревога, а в выборке матерей условно здоровых детей – тонус высокий – низкий и удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью. Данные различия можно объяснить особенностями выборок.

У матерей больных и условно здоровых детей выявлен стабильный личностный конструкт, не связанный с особенностями выборок, что указывает на общность их материнского статуса.

Выводы

1. В исследуемых выборках существуют статистически значимые различия в показателях тревожности и доминирующего состояния, а именно: у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, по сравнению с матерями условно здоровых детей, в большей степени выражена ситуативная тревожность, в том числе беспокойство, озабоченность и нервозность, что можно объяснить как опасным диагнозом, поставленным ребенку, так и ситуацией нахождения в стационаре, где минимизированы условия быта и отдыха, отсутствует приватность. Также для матерей больных детей характерна более высокая активность, что может быть связано с переживанием острого эмоционального потрясения, способного инициировать ощущение подъема сил, необходимых для сосредоточения на лечебном процессе, а повышение эмоционального тона – с потребностью сохранять адекватность и эффективность саморегуляции. Более высокую удовлетворенность жизнью можно объяснить готовностью матерей больных детей преодолевать трудности. В свою очередь у матерей условно здоровых детей в большей степени выражена личностная тревожность, охватывающая широкий спектр детско-родительских отношений.

2. В исследуемых выборках существуют статистически значимые различия в характере взаимосвязей показателей тревожности и родительского выгорания, а именно: чем более матери больных детей склонны к сильным ситуативным эмоциональным реакциям и чем устойчивее тревожность в структуре их личности, тем сложнее им заботиться о детях, оказывать необходимую поддержку, проявлять участие. Следствием этого является снижение эмпатии, формальный характер ухода за ребенком и взаимоотношений с ним – до отстранения от роли родителя. Для сравнения, чем более выражена личностная тревожность у матерей условно здоровых детей, тем менее компетентными родителями они себя считают, что проявляется в склонности обесценивать свои успехи, испытывать в широком диапазоне взаимодействия с детьми чувство вины или внутренней несостоятельности.

3. В сравниваемых выборках существуют статистически значимые различия во взаимосвязях показателей тревожности и доминирующего состояния, а именно: чем сильнее у матерей детей с онкогематологическими заболеваниями проявляется личностная тревожность, тем критичнее и негативнее они воспринимают и оценивают себя в роли родителя, проявляя склонность к самоприщипыванию и самонаказанию. Чем более выражена тревожность как ситуативное состояние и личностное свойство у матерей условно здоровых детей, тем пассивнее и пессимистичнее их жизненная позиция в целом и в плане преодоления препятствий в детско-родительских отношениях. Вместе с тем личностная тревожность матерей данной выборки не связана с самовосприятием и, в отличие от матерей детей с онкогематологическими заболеваниями, уверенность в себе и позитивное самовосприятие не пропадают у них даже в условиях стресса.



4. В выборках матерей больных и условно здоровых детей существуют значимые различия в характере взаимосвязей показателей родительского выгорания и доминирующего состояния, а именно: чем сильнее матери детей с онкогематологическими заболеваниями чувствуют безразличие к миру и своему ребенку, тем критичнее и негативнее оценивают себя в роли родителя, а матери условно здоровых детей, в свою очередь, теряют веру в возможность успешного преодоления сложностей в детско-родительских отношениях. Чем более матери больных детей подвержены циничному отношению к чувствам и переживаниям собственного ребенка, тем менее уверены в своих силах и возможностях, тем большую испытывают угрозу своему родительскому статусу, тем менее удовлетворены ходом жизни и собственной самореализацией и тем негативнее оценивают себя в роли родителя. Возможно, это связано с отсутствием ресурса, способного восстановить эмоциональный потенциал. Чем менее матери детей с онкогематологическими заболеваниями пренебрегают уходом и заботой о них, чем чаще общаются с ребенком, тем спокойнее себя чувствуют и тем более уверены в возможности содействовать его выздоровлению. Соответственно, у матерей условно здоровых детей при высоких значениях редукции родительских достижений повышаются активность и внутреннее ощущение собранности, усиливается желание развить собственные интересы и способности, достичь личностного успеха, почувствовать удовлетворенность жизнью.

5. В качестве специфичных системообразующих показателей тревожности, родительского выгорания и доминирующего состояния в выборке матерей детей с онкогематологическими заболеваниями выступают личностная тревожность, деперсонализация и спокойствие – тревога, а в выборке матерей условно здоровых детей – тонус высокий – низкий и удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью.

Различия, обнаруженные в ходе сравнительного и корреляционного анализа, можно объяснить особенностями выборок, где отличительными параметрами являются онкодиагноз ребенка и пребывание в стационаре.

6. В структуре личности матерей больных и условно здоровых детей существует стабильный личностный конструкт, не связанный с особенностями выборок, что указывает на общность их материнского статуса.

Результаты исследования будут интересны и полезны специалистам в области семейной психологии, психологии детско-родительских отношений, дифференциальной и клинической психологии для проведения последующих психодиагностических и консультативных мероприятий в отношении родителей детей с онкогематологическими заболеваниями.

Список литературы

1. Аскаргалиева Н.Б. Психологическая реабилитация онкологически больных детей и их родителей в условиях стационара // Ученые записки СПбГИПСР. – 2017. – № 2. – С. 70–76.
2. Ефимова И.Н. Возможности исследования родительского «выгорания» // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. – 2013. – № 4. – С. 31–40.

3. Ефимова И.Н. Личностные характеристики и особенности эмоциональных и поведенческих проявлений родителей в связи со степенью их эмоционального выгорания // Российский научный журнал (АНО «РИЭПСИ»). – 2013. – № 4 (35). – С. 206–215.
4. Злокачественные новообразования в России в 2023 году (заболеваемость и смертность) / под ред. А.Д. Каприна, В.В. Старинского, А.О. Шахзадовой. – М. : МНИОИ им. П.А. Герцена – филиал ФГБУ «НМИЦ радиологии» Минздрава России, 2024. – 276 с.
5. Корень Е.В., Масихина С.Н. Постстрессовые расстройства у родителей детей с онкологическими заболеваниями на этапе стационарного лечения // Консультативная психология и психотерапия. – 2014. – № 22 (1). – С. 90–105.
6. Куликов Л.В. Определение доминирующего и актуального психического состояния // Практикум по психологии состояний / под ред. А.О. Прохорова. – СПб. : Речь, 2004. – С. 18–33.
7. Материнство: новые дискурсы, проблемы, практики : коллектив. моногр. / К.Н. Поливанова, А.А. Бочавер, Я.Я. Михайлова и др. ; под науч. ред. К.Н. Поливановой. – М. : Изд. дом ВШЭ, 2023. – 302 с.
8. Мирошкин Р.Б., Фирсун Е.В. Использование принципов и методов краткосрочной стратегической терапии при ведении психологической on-line-группы для родителей детей, перенесших онкологическое заболевание // Педиатрический вестник Южного Урала. – 2021. – № 1. – С. 31–41.
9. Наследственные синдромы в детской онкогематологии / Е.В. Зеленова, В.М. Козлова, Т.Т. Валиев и др. // Педиатрическая фармакология. – 2023. – № 20 (6). – С. 557–573.
10. Продовикова А.Г., Гаспарян А.А. Личностные предикторы родительского выгорания матерей детей-инвалидов // Известия Иркутского гос. ун-та. Серия: Психология. – 2025. – Т. 52. – С. 59–76.
11. Спиридонов А.В., Бенелли Л.Н. Психология материнства как феномен в отечественной психологической науке // Вестник МИТУ-МАСИ. – 2020. – № 4. – С. 31–40.
12. Улумбекова Г.Э. Онкогематологические заболевания в Российской Федерации и в развитых странах: смертность, заболеваемость, ресурсы и организация медицинской помощи с учетом пандемии COVID-19 // ОРГЗДРАВ: Новости. Мнения. Обучение. Вестник ВШОУЗ. – 2022. – № 2. – С. 22–47.
13. Филиппова Г.Г. Психология материнства: Сравнительно-психологический анализ) : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. – М., 2000. – 453 с.
14. Фисун Е.В., Поляков В.Г., Климова С.В. Проблема эмоционального выгорания у родителей детей, находящихся на стационарном лечении онкозаболевания // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2014. – № 1.
15. Щербатых Ю.В. Методики диагностики тревоги и тревожности – сравнительная оценка // Вестник по психологии и педагогике Южной Сибири. – 2021. – № 2. – С. 85–104.
16. Эмоциональный дистресс и субъективно значимые трудности у подростков с онкологическими и онкогематологическими заболеваниями, проходящих химиотерапию, и их матерей / Т.В. Рябова, Н.В. Клипинина, Н.С. Никольская и др. // Консультативная психология и психотерапия. – 2021. – № 1. – С. 92–111.



Сведения об авторах

Т.М. Харламова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).

Е.Е. Перцева – студентка 4 курса специальности «Клиническая психология», профиль «Патопсихологическая диагностика и психотерапия», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).

Information about the authors

T.M. Kharlamova – Ph.D., Associate Professor at Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

E.E. Pertseva – Fourth-year student of Clinical Psychology, with a specialization in Psychopathological Assessment and Psychotherapy, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

Раздел 5. ПСИХОТЕРАПИЯ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

УДК 78.07:159.946.3

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-210-220

ГОЛОСОВАЯ ТЕРАПИЯ КАК ВАЖНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ ПО ВОКАЛУ

Оксана Семёновна Самбикина, Вероника Олеговна Сумцова

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь,
Россия

Аннотация. Рассматривается значение включения элементов голосовой терапии в профессиональную деятельность педагогов по вокалу. Цель исследования – определить, как методы голосовой терапии способствуют развитию эмоционального интеллекта, стрессоустойчивости и адаптивной методики преподавания. Выдвигается гипотеза, что овладение голосотерапевтическими приемами улучшает эмоциональную компетентность преподавателя и повышает эффективность обучения пению. На основе многолетней педагогической практики и анализа наблюдений показано, что использование дыхательных и голосовых упражнений помогает снижать эмоциональное напряжение у учащихся, преодолевать вокальные зажимы и усиливает доверие в системе «ученик – учитель». Педагоги, владеющие основами голосовой терапии, демонстрируют более устойчивую, поддерживающую позицию в обучении, быстрее адаптируют методику под особенности обучающихся. Полученные данные подтверждают целесообразность внедрения голосотерапевтических подходов в систему подготовки вокальных педагогов.

Ключевые слова: голосовая терапия, вокальная педагогика, эмоциональный интеллект, психофизиологическая устойчивость, адаптивное обучение, эмоциональная поддержка, стрессоустойчивость

Для цитирования: Самбикина О.С., Сумцова В.О. Голосовая терапия как важный инструмент для работы педагогов по вокалу // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 210–220. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-210-220



VOICE THERAPY AS AN IMPORTANT TOOL FOR VOCAL TEACHERS

Oksana S. Sambikina, Veronika O. Sumtsova

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

Abstract. This article examines the importance of incorporating voice therapy elements into the professional work of vocal teachers. The aim of the study is to determine how voice therapy methods contribute to the development of emotional intelligence, stress resilience, and adaptive teaching methods. It is hypothesized that mastering voice therapy techniques improves teachers' emotional competence and enhances the effectiveness of singing instruction. Based on years of teaching experience and observational analysis, it is demonstrated that the use of breathing and voice exercises helps reduce students' emotional stress, overcome vocal inhibitions, and strengthens trust in the “student – teacher” relationship. Teachers with a basic understanding of voice therapy demonstrate a more stable, supportive approach to teaching and are more likely to adapt the methodology to the needs of their students. The findings support the feasibility of integrating voice therapy approaches into the training of vocal teachers.

Keywords: voice therapy, vocal pedagogy, emotional intelligence, psycho-physiological stability, adaptive learning, emotional support, stress resistance

For citation: Sambikina O.S., Sumtsova V.O. Voice therapy as an important tool for vocal teachers // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 210–220. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-210-220

Введение

Вокально-педагогическая практика традиционно фокусируется на развитии технических и музыкальных навыков певца. Однако современное понимание процесса обучения пению расширяется за счет учета психологических и эмоциональных факторов. Творческая деятельность, к которой относится вокальное искусство, носит субъективный характер и тесно связана с внутренним миром человека – его чувствами, переживаниями, самооценкой. Взаимодействие преподавателя и ученика в процессе обучения пению происходит не только на уровне передачи знаний и техник, но и на уровне эмоций и психофизиологии голоса. Поэтому педагог по вокалу должен обладать не только музыкальными и методическими компетенциями, но и навыками работы с эмоциональным состоянием ученика.

Молодые специалисты сталкиваются с тем, что классического образования, полученного в вузах, недостаточно для решения возникающих психологических проблем на уроках пения. **Проблема** заключается в том, что в программе подготовки вокалистов-педагогов традиционно мало внимания уделяется развитию эмоционального интеллекта и обучению методам психологической

поддержки учащихся. Как отмечается в педагогических исследованиях, эмоциональная устойчивость преподавателя и умение управлять своими переживаниями являются важными профессиональными качествами, от которых зависит эффективность обучения и взаимодействия со студентами [2]. Низкий уровень эмоциональной саморегуляции у педагога может приводить к стрессу, выгоранию и конфликтам, отрицательно сказываясь на учебном процессе. Таким образом, возникла потребность в привлечении знаний из смежных областей – психологии, психофизиологии голоса – для повышения профессиональной компетентности вокальных преподавателей.

В качестве возможного решения предлагается интеграция принципов и методов **голосовой терапии** в практику преподавания вокала. Голосовая терапия – направление на стыке психологии и вокального искусства, которое комплексно работает с голосом, телом, дыханием и эмоциональным состоянием человека. В отличие от общей психологии, голосовая терапия фокусируется на развитии голоса как инструмента саморегуляции и самовыражения. Она опирается на понимание связи между голосообразованием и психикой: звукоизвлечение тесно связано с дыханием, мышечными зажимами, уровнем эмоционального напряжения [9]. Еще А. Лоуэн в своей работе указывал, что звучание голоса в сочетании с глубоким дыханием способствует высвобождению подавленных чувств и эмоциональных напряжений. Звук голоса действует как своеобразный «предохранительный клапан», позволяющий безопасно разрядить внутреннее эмоциональное возбуждение, которое не удастся выразить рациональным путем [5]. Известный педагог по голосу К. Линклейтер также отмечала, что голос служит мостом между внутренним миром человека и его внешним выражением. Использование полного, свободного звучания способно менять физическое и эмоциональное состояние исполнителя [4]. Эти идеи подтверждают, что работа с голосом неизбежно затрагивает эмоциональную сферу. Таким образом, **гипотеза** настоящего исследования состоит в том, что овладение педагогом по вокалу основами голосовой терапии поможет ему стать более психофизиологически и эмоционально устойчивым, а также обеспечит адаптивность методики преподавания под индивидуальные нужды учащихся.

Цель данного исследования – обосновать необходимость и пользу включения элементов голосовой терапии в подготовку и практику педагогов по вокалу. Для достижения цели были поставлены следующие **задачи**: 1) проанализировать теоретические предпосылки, подтверждающие влияние эмоциональных и психофизиологических факторов на процесс обучения пению; 2) обобщить опыт применения голосотерапевтических техник в вокальных занятиях и оценить их влияние на результаты обучения; 3) сформулировать рекомендации относительно использования голосовой терапии для развития эмоционального интеллекта и устойчивости вокальных педагогов.

Метод

Исследование носит качественный характер и основано на многолетней педагогической практике автора – вокального педагога, сертифицированного специалиста в области интегративной голосовой терапии. Опыт наблюдений



охватывает около 11 лет работы с учащимися разного возраста (подростки и взрослые) в индивидуальных и групповых занятиях по вокалу. В рамках данной практики в учебный процесс целенаправленно интегрировались элементы голосовой терапии. Таким образом, **объектом** исследования выступают педагогические ситуации, возникающие на вокальных уроках, в которых проявляются эмоциональные реакции учеников и педагога, а **предметом** – влияние применения методов голосовой терапии на эти ситуации и на динамику обучения.

В качестве **инструментария** использовались техники и приемы голосовой терапии, заимствованные из практики телесно-голосовой и интегративной голосотерапии. Эти техники включают дыхательные упражнения, вокально-телесные разминки, освобождающие голос (например, звучащие движения, тонирование), использование спонтанных звуков и вокализации эмоций, а также приемы релаксации мышц голосового аппарата. Параллельно применялись стандартные методики обучения пению (распевки, работа над диапазоном, артикуляционные упражнения и др.), что позволило отслеживать, как внедрение терапевтических элементов влияет на традиционный учебный процесс.

Основным **методом сбора данных** стали включенные наблюдения за поведением и прогрессом учеников во время занятий. Педагог фиксировал случаи выраженных эмоциональных реакций учащихся (таких как волнение, страх, зажатость, слезы, вспышки раздражения или, напротив, чрезмерная скованность) и свои собственные реакции на них до и после освоения голосотерапевтических подходов. Также проводились неформальные беседы с учениками об их ощущениях в процессе вокальных упражнений. Данные наблюдений и отзывов подвергались рефлексивному анализу: сравнивались ситуации до и после внедрения элементов голосовой терапии. Для повышения объективности выводов привлечены данные научной литературы по психологии голоса, эмоциональному интеллекту и стрессоустойчивости педагогов [2]. На основе сопоставления практических результатов с теоретическими источниками сделаны выводы о влиянии голосовой терапии на эффективность обучения пению.

Следует отметить, что данное исследование не является экспериментальным в строгом смысле, а представляет собой метод педагогического наблюдения и анализа опыта. Тем не менее полученные качественные данные позволяют выявить устойчивые тенденции и обобщения. В последующих разделах представлены результаты этих наблюдений и их обсуждение в контексте заявленной проблемы.

Результаты

1. Улучшение эмоциональной компетентности педагога

Анализ педагогического опыта показал, что после освоения методов голосовой терапии произошли значимые изменения в поведении и внутреннем состоянии самого преподавателя во время уроков. Педагог стал более эмоционально устойчивым и осознанным в ситуациях, которые ранее вызывали у него стресс. Например, если раньше неожиданные эмоции ученика вызывали у преподавателя чувство растерянности, вины и повышенное напряжение, то после специализированной подготовки по голосовой терапии реакция педагога стала

более спокойной и конструктивной. Он научился воспринимать сильные эмоциональные проявления ученика не как экстренную проблему или свою ошибку, а как естественную часть творческого процесса. Это соответствовало знанию о том, что глубокое дыхание и звучание голоса могут спровоцировать высвобождение накопленных чувств. Таким образом, педагог начал проактивно применять инструменты стабилизации состояния прямо во время занятия.

Одним из ключевых приобретенных навыков стала способность быстро регулировать психофизиологическое состояние – и свое, и ученика – с помощью голоса и дыхания. Как показывают наблюдения, преподаватель, прошедший голосовую терапию, в напряженной ситуации сначала сам делает несколько глубоких вдохов-выдохов с ровным звуком, что помогает снизить уровень собственной тревожности. Далее он переключает внимание ученика на телесные ощущения: мягко предлагает расслабить плечи, шею и особенно нижнюю челюсть, которая часто бывает зажата при плаче или страхе. Уделяется внимание тому, чтобы ученик не задерживал дыхание – именно задержка дыхания усиливает паническую реакцию. Вместо этого учащегося побуждают дышать глубоко и выдыхать со звуком (например, протяжно произносить звук «а» или «м» на выдохе). Такой прием из арсенала голосовой терапии выполняет двойную функцию: физиологически активизирует работу диафрагмы и голосовых мышц и одновременно служит эмоциональной разрядкой. В результате уже через несколько минут ученик начинает успокаиваться, а слезы или дрожь голоса прекращаются. Педагог отмечал, что необходимость прерывать урок пропадает – вместо этого эмоциональный эпизод становится частью урока, после которого ученик даже ощущает облегчение. Данные наблюдения подтверждают на практике теоретические положения о том, что эмоциональная осознанность и навыки саморегуляции у педагога напрямую влияют на успех обучения и предотвращение эмоционального выгорания [7]. Таким образом, владение техниками голосовой терапии повысило эмоциональный интеллект педагога, позволив ему лучше понимать и контролировать свои реакции, что в итоге создало более безопасную и поддерживающую атмосферу на уроках.

2. Преодоление эмоциональных блоков у учащихся

Результаты наблюдений за учениками свидетельствуют, что включение элементов голосовой терапии в занятие позитивно сказывается на раскрытии их вокального потенциала. В частности, удается мягко преодолевать ряд психологических барьеров, мешающих свободному звукоизвлечению. Ниже приведены два типичных случая из практики, иллюстрирующие подобные изменения (примеров подобного рода за годы работы накопилось значительное количество).

Пример 1. Учащаяся 28 лет, имеющая хороший слух и музыкальность, на вокальных занятиях регулярно сталкивалась с тем, что при разучивании эмоционально насыщенных фраз песни у нее неожиданно наворачивались слезы. Причиной была не грусть от содержания песни, а неконтролируемый выход внутренних переживаний – девушка сама не могла объяснить, почему именно ей внезапно становится грустно или тревожно. Ранее подобные эпизоды ставили в тупик педагога и саму ученицу: урок фактически срывался, возникало смущение, прогресс останавливался. После внедрения терапевтического подхо-



да преподаватель стал видеть в таких слезах естественный процесс освобождения психики, связанный с голосовой вибрацией. Вместо того чтобы паниковать или стыдить ученицу, педагог применил стратегии голосовой терапии, описанные выше: дал выплеснуться эмоции, поддержал вербально («слезы – это нормально, не сдерживай их, так бывает при пении»), проследил за дыханием ученицы, вместе с ней сделал несколько длинных звучащих выдохов. Ученица получила время и пространство безопасно прожить внезапное чувство. В результате уже на этом же занятии удалось вернуться к пению – эмоциональное напряжение спало до приемлемого уровня. Через несколько уроков подобные эпизоды стали редкими и перестали выбивать ученицу из колеи: она научилась доверять своему голосу и чувствам, зная, что преподаватель отнесется с пониманием. В итоге качество исполнения улучшилось – голос стал звучать более свободно и эмоционально, исчез страх «расплакаться перед педагогом». Данный случай демонстрирует рост эмоциональной устойчивости и доверия в паре «ученик – учитель», что стало возможным благодаря применению голосотерапевтических знаний педагогом.

Пример 2. Ученик 15 лет, новичок в вокале, отличался крайне скованной звукоподачей. Он пел очень тихо, с минимальной открытостью рта и практически без динамики, хотя чисто по нотам. Любые попытки преподавателя побудить его петь громче или свободнее встречались с сопротивлением: подросток ощущал психологический дискомфорт от собственного громкого звука. Он признавался, что боится звучать «слишком громко», ему казалось, что даже небольшой прирост громкости – это уже крик. Стандартные упражнения (артикуляционная гимнастика, просьбы активнее открывать рот и т.п.) давали лишь кратковременный эффект. Тогда педагог применил игровой подход из практики голосовой терапии, связанный с использованием биологических звуков. Были предложены шуточные задания: помяукать, как сердитый кот; поскулить, как щенок, просящий есть; покричать, как чайка; зловеще посмеяться, как сказочная ведьма. Эти звуковые этюды вызвали у ученика улыбку и превратили урок в своего рода игру. В процессе имитации животных ученик незаметно для себя увеличил громкость звучания и расширил диапазон голоса. Также разные образы помогли задействовать те эмоциональные оттенки, которые были ему непривычны (шалость, возмущение, гримасничание). В итоге за несколько занятий подросток раскрепостился: диапазон громкости его голоса расширился, пропал постоянный зажим челюсти, улучшилась дикция. Он признался, что теперь получает удовольствие от звучания. Этот пример наглядно иллюстрирует эффективность адаптивной методики обучения, учитывающей психологические особенности ученика. Вместо прямого давления («пой громче!») был найден обходной путь через игру и голосовую терапию, который снял внутренние барьеры. Подобный подход согласуется с современными принципами вокальной педагогики, где индивидуализированные уроки предполагают адаптацию не только технических аспектов, но и методов воздействия с учетом психологии учащегося [3]. Таким образом, применение голосотерапевтических приемов позволило достигнуть ощутимого прогресса там, где традиционные методы буксовали.

3. Влияние на качество обучения и результаты учащихся

Совокупный эффект от повышения эмоциональной компетентности педагога и снятия эмоциональных блоков у учеников отразился на общем качестве вокального образования. Во-первых, ученики отмечали рост доверия к педагогу и ощущение психологической безопасности на занятиях. Это способствовало большей открытости в исполнении: обучающиеся стали смелее пробовать новые приемы звукоизвлечения, менее боялись ошибиться или прозвучать «некрасиво». Во-вторых, возросла мотивация учеников – многие говорили, что занятия приносят им не только развитие вокальных навыков, но и эмоциональную разрядку, становятся своего рода терапевтическими сессиями. Особенно это проявлялось у взрослых учеников, приходящих на вокал в качестве хобби: благодаря элементам голосовой терапии пение для них превращалось в способ снять стресс после рабочего дня, выразить накопившиеся чувства. Такой положительный эмоциональный фон занятий, как известно, является важным фактором успеха обучения и закрепления навыков.

Объективно улучшились и вокально-технические результаты. У многих учеников, ранее страдавших от зажимов, отмечен прогресс в диапазоне, силе голоса и нюансировке. Освобождение мышечного напряжения в голосовом аппарате привело к более правильному звукообразованию и более чистой интонации. Упражнения на вокализацию эмоций помогли разнообразить динамику и экспрессивность исполнения. Кроме того, регулярная обратная связь со стороны педагога стала более развернутой и поддерживающей: преподаватель, понимая внутренние процессы ученика, давал комментарии не только по технике, но и по эмоциональной стороне исполнения, что помогало ученику глубже прочувствовать музыкальный образ. Такой комплексный подход соответствует представлению о том, что качественное обучение пению требует сочетания множества факторов – методической грамотности, индивидуального подхода, эмоциональной поддержки и постоянного развития самого учителя [1]. Наши результаты подтверждают: голосовая терапия может стать той дополнительной опорой для педагога, которая объединяет эти факторы и выводит обучение на новый уровень.

Обсуждение

Полученные результаты свидетельствуют в пользу выдвинутой гипотезы о значимости голосовой терапии в работе педагога по вокалу. Следует подчеркнуть, что данные качественного анализа практики сочетаются с теоретическими положениями из литературы. Рассмотрим ключевые моменты более подробно.

Эмоциональный интеллект педагога. В современных исследованиях под эмоциональным интеллектом понимают способность человека понимать свои эмоции и эмоции других людей, а также управлять ими [6]. Для педагога этот навык критически важен: высокий уровень эмоционального интеллекта облегчает взаимодействие со студентами, повышает мотивацию обучающихся и создает позитивный психологический климат на занятиях. Л.А. Безбородова



и М.А. Безбородова отмечают, что эмоциональная грамотность преподавателя является важным фактором эффективной коммуникации в образовательном процессе [1]. Наше исследование подтвердило, что через практику осознанного использования голоса, отслеживание телесных и эмоциональных реакций, педагог учится лучше осознавать свои чувства, контролировать импульсивные реакции и одновременно становится более чутким к состояниям учащихся. Полученные нами наблюдения согласуются с концепцией о том, что музыка и связанная с ней вокальная деятельность могут служить инструментом развития эмоционального интеллекта [6]. Педагог, владеющий голосовыми терапевтическими техниками, фактически совмещает роли учителя музыки и психолога, что положительно влияет на процесс обучения.

Психофизиологическая устойчивость и стрессоустойчивость. Творческая работа педагога по вокалу сопряжена с многочисленными стрессорами: ответственность за результат, необходимость эмоционально включаться в процесс, непредсказуемость реакции учеников и пр. В литературе по педагогической психологии устойчивость к стрессу рассматривается как профессионально важное качество учителя, позволяющее ему сохранять работоспособность и психологическое равновесие в сложных условиях [2]. Эмоционально нестабильный преподаватель подвержен риску эмоционального выгорания, что отрицательно сказывается и на его здоровье, и на успехах учеников. Наши результаты демонстрируют, что регулярная практика дыхательных и голосовых упражнений не только улучшает вокальные данные, но и тренирует нервную систему, схожим образом с тем, как это делают дыхательные техники в йоге или медитативные практики. Педагоги, освоившие такие приемы, отмечают снижение общего уровня тревожности перед выступлениями, более редкие проявления психосоматического напряжения (например, спазмов в горле от волнения) и в целом более спокойное, собранное состояние во время работы.

Адаптивная методика преподавания. Одним из ключевых принципов современного образования является индивидуализация обучения, адаптация методов под особенности конкретного учащегося [8]. В вокальной педагогике индивидуальный подход традиционно играет большую роль, поскольку каждый голос уникален по тембру, диапазону и т.д. Однако адаптивность должна касаться не только физиологических особенностей, но и психологических. Наше исследование показало, что знания из области голосовой терапии значительно расширяют инструментальный арсенал педагога для такой адаптации. Во-первых, преподаватель получает возможность диагностики эмоциональных и телесных зажимов, препятствующих обучению, и может целенаправленно на них воздействовать. Во-вторых, голосовая терапия учит воспринимать обратную связь тела: педагог обращает внимание на позу ученика, дыхание, микродвижения, по которым читает его состояние и вовремя корректирует ход урока. В-третьих, элемент терапии подразумевает больше доверия и равноправия в отношениях «учитель – ученик». Педагог выступает не только как носитель знаний, но и как фасилитатор внутреннего раскрытия ученика. Такой подход особенно ценен при работе с разными возрастными группами и уровнями подготовки.

В результате повышается адаптивность методики: уроки строятся вокруг потребностей и состояния учащегося, что соответствует передовым педагогическим технологиям и повышает эффективность обучения.

Сопоставление с другими исследованиями. Отметим, что результаты нашего анализа созвучны выводам других авторов, занимающихся проблемами развития голоса и личности. Например, Е.Ю. Иванова указывает на необходимость применения голосовой терапии при работе со студентами музыкальных вузов, подчеркивая, что это повышает качество вокальной подготовки и психологическую уверенность исполнителей [3]. И.В. Радыгина также отмечает в своей работе, что владение педагогами навыками работы с голосом на психофизиологическом уровне улучшает их преподавательскую практику [7]. Таким образом, накопленные в науке данные подтверждают и обобщают наш практический опыт.

Заключение

В данном исследовании была подтверждена важная роль голосовой терапии как инструмента в работе педагога по вокалу. Результаты наблюдений и их теоретический анализ позволили сделать следующие выводы:

- Педагог по вокалу, владеющий основами голосовой терапии, имеет более высокий уровень эмоционального интеллекта и психофизиологической устойчивости.
- Применение методов голосовой терапии способствует снятию психологических барьеров у учащихся.
- Интеграция элементов голосовой терапии делает методику преподавания более адаптивной и человекоориентированной.
- Голосовая терапия служит средством профилактики профессионального выгорания преподавателя.

Ограничением данной работы является качественный характер результатов, основанных на опыте одного педагога. Для более строгого доказательства эффективности включения голосовой терапии в систему подготовки вокалистов необходимы дальнейшие исследования, в том числе экспериментальные и с привлечением большего числа участников. Тем не менее уже полученные данные демонстрируют отчетливую положительную тенденцию и могут служить основой для разработки новых учебных программ. Перспективным направлением представляется внедрение модулей по голосовой терапии в программы повышения квалификации педагогов по вокалу, а также междисциплинарные исследования, объединяющие вокальную педагогику, психологию и нейрофизиологию голоса.

Наконец, следует подчеркнуть, что описанный подход имеет широкие возможности применения. Развитие эмоциональной компетентности через работу с голосом важно не только для вокальных педагогов, но и для представителей других профессий, где голос и эмоциональный контакт играют существенную роль – преподавателей различных дисциплин, руководителей, психологов-консультантов, ораторов. Голос является универсальным инструментом влияния и взаимодействия, а голосовая терапия раскрывает его потенциал для



развития личности и эффективной коммуникации. Таким образом, голосовая терапия выступает ценным ресурсом суверенной системы образования, обеспечивая гармоничное развитие как профессиональных, так и личностных качеств педагога и учащихся.

Список литературы

1. Безбородова Л.А., Безбородова М.А. Эмоциональный интеллект как важный фактор коммуникативного взаимодействия преподавателя и студентов // Наука и школа. – 2018. – № 3. – С. 52–57.
2. Гонина О.О. Развитие эмоциональной устойчивости педагогов ДОУ [Электронный ресурс] // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 4. – С. 157–160. – URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=5092> (дата обращения: 24.09.2025).
3. Иванова Е.Ю. Голосовая терапия в работе со студентами музыкальных вузов. – М. : Музыка, 2008. – 240 с.
4. Линклейтер К. Освобождение естественного голоса : пер. с англ. – М. : Крутой голос, 2010. – 320 с.
5. Лоуэн А. Голос и личность : пер. с англ. – М. : Кучково поле, 2005. – 216 с.
6. Петрушин В.И. О развитии эмоционального интеллекта в процессе музыкальных занятий [Электронный ресурс] // Музыкальное искусство и образование. – 2016. – № 2 (14). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-razviti-i-emotsionalnogo-intellekta-v-protssesse-muzykalnyh-zanyatiy> (дата обращения: 24.09.2025).
7. Радыгина И.В. Голосовая терапия для педагогов. – М. : Просвещение, 2011. – 188 с.
8. Савельева И.П., Шерстобитова С.Н. К вопросу о методах в вокальной педагогике [Электронный ресурс] // Мир педагогики и психологии : междунар. науч.-практ. журн. – 2023. – № 11 (88). – URL: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/k-voprosu-o-metodakh-v-vokalnoj-pedagogike.html> (дата обращения: 24.09.2025).
9. Сухомлинская В.В. Голос и голосовая терапия. – М. : Культура, 2005. – 172 с.

Сведения об авторах

О.С. Самбикина – кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, sambikina-oksana@yandex.ru).

В.О. Сумцова – магистрант кафедры практической психологии, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет (614990, г. Пермь, ул. Сибирская, 24, sum.nika@mail.ru).



Information about the authors

O.S. Sambikina – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Theoretical and Applied Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, sambikina-oksana@yandex.ru).

V.O. Sumsova – Master's Student at the Department of Practical Psychology, Perm State Humanitarian Pedagogical University (614990, Perm, Sibirskaya St., 24, sum.nika@mail.ru).



УДК 004.8

DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-221-229

ЧАТ-БОТЫ НА ОСНОВЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ: ОБЗОР АПРОБИРОВАННЫХ СИСТЕМ И НЕАПРОБИРОВАННЫХ АЛЬТЕРНАТИВ

Инга Фёдоровна Фрейманис, Алексей Дмитриевич Ермак

Пермский государственный национальный исследовательский университет,
Пермь, Россия

Аннотация. Статья посвящена изучению чат-ботов на основе искусственного интеллекта в контексте поддержки психического здоровья. Цель исследования – обзор и оценка потенциала диалоговых систем на базе нейронных сетей для оказания психологической помощи, включая анализ клинически апробированных решений и неапробированных альтернатив. Для достижения цели были поставлены следующие задачи: проведение обзора литературы по апробированным чат-ботам (Woebot, Wysa, Fido); анализ результатов клинических испытаний и эмпирических исследований; рассмотрение доступных неапробированных вариантов на основе крупных языковых моделей (ChatGPT, Grok, DeepSeek) для пользователей с ограниченными финансовыми возможностями; формулирование рекомендаций по этическим и практическим аспектам использования. Внедрение ИИ-технологий в психологическую поддержку обусловлено глобальным масштабом психических расстройств (по данным ВОЗ, более 970 млн человек) и ограниченным доступом к квалифицированной помощи. Чат-боты, основанные на когнитивно-поведенческой терапии, демонстрируют снижение симптомов депрессии и тревоги на 20–30 %, но имеют ограничения в эмпатии, гибкости и оценке рисков. Универсальные языковые модели преодолевают часть барьеров, связанных с языком, стоимостью и адаптивностью, но требуют дальнейшей валидации. Исследование подтверждает вспомогательную роль ИИ в сохранении психического здоровья.

Ключевые слова: психическое здоровье, ИИ-чат-боты, когнитивно-поведенческая терапия, крупные языковые модели, психологическая поддержка, клинические испытания

Для цитирования: Фрейманис И.Ф., Ермак А.Д. Чат-боты на основе искусственного интеллекта в психологической помощи: обзор апробированных систем и неапробированных альтернатив // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2025. Вып. 1. С. 221–229. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-221-229

AI-BASED CHATBOTS IN PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE: REVIEW OF VALIDATED SYSTEMS AND UNVALIDATED ALTERNATIVES

Inga F. Freimanis, Alexey D. Ermak

Perm State National Research University, Perm, Russia

Abstract. The article is devoted to the study of chatbots of AI chatbots in the context of mental health support. The goal of the research was to review and evaluate the potential of neural network-based conversational systems for providing psychological assistance, including analysis of clinically tested solutions and unexplored alternatives. To achieve this goal, the following tasks were identified: conducting a review of literature on approved chatbots (Woebot, Wysa, Fido); analyzing the results of clinical trials and empirical studies; considering accessible untested options based on large language models (ChatGPT, Grok, DeepSeek) for users with limited financial resources; and formulating recommendations on ethical and practical aspects of use. The introduction of AI technologies in psychological support is due to the global scale of mental disorders (over 970 million people according to WHO) and limited access to qualified care. Chatbots based on cognitive-behavioral therapy demonstrate a reduction in symptoms of depression and anxiety by 20–30 %, but have limitations in empathy, flexibility, and risk assessment. Universal language models overcome part of the barriers related to language, cost, and adaptability, but require further validation. The study confirms the auxiliary role of AI in mental health preservation.

Keywords: mental health, AI chatbots, cognitive-behavioral therapy, large language models, psychological support, clinical trials

For citation: Freimanis I.F., Ermak A.D. Ai-based chatbots in psychological assistance: review of validated systems and unvalidated alternatives // Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences. 2025. Vol. 1. P. 221–229. DOI: 10.24412/2308-717X-2025-1-221-229

Введение

В современном мире проблемы ментального здоровья приобретают все большую актуальность: по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), более 970 миллионов человек страдают от психических расстройств, таких как депрессия и тревога, при этом доступ к квалифицированной психологической помощи ограничен из-за дефицита специалистов, высоких затрат и стигмы. В этом контексте искусственный интеллект (ИИ), в частности чат-боты на основе нейронных сетей, представляет собой перспективный инструмент для предоставления эмоциональной поддержки и терапевтического эффекта через беседы. Настоящая статья представляет собой обзор существующих чат-ботов, ориентированных на психологическую помощь, с анализом их апробации, результатов исследований и потенциала неапробированных вариантов. Объект исследования – ИИ-чат-боты в контексте ментального здоровья; предмет исследования – их способность обеспечивать терапевтический эффект от диалога.



Проблема исследования заключается в оценке, могут ли нейронные сети имитировать элементы психотерапии, такие как эмпатия, когнитивно-поведенческие вмешательства и эмоциональная поддержка, и в какой мере они доступны для широкой аудитории. Цели статьи: проанализировать апробированные чат-боты для психологической помощи, оценить их эффективность на основе эмпирических данных, выявить неапробированные альтернативы с аналогичным потенциалом и обсудить этические и практические аспекты их использования.

Среди апробированных чат-ботов, прошедших клинические испытания и получивших научную оценку, выделяются специализированные системы, такие как Woebot и Wysa, разработанные для доставки когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). Woebot, например, показал положительные результаты в рандомизированных контролируемых исследованиях (РКИ), включая снижение симптомов тревоги и депрессии на 20–30 % среди пользователей, а также повышение вовлеченности в процесс самоуправления ментальным здоровьем. Аналогично, Wysa предлагает стратегии coping и эмоциональную поддержку, демонстрируя эффективность в снижении психологического дистресса у молодежи, с положительными эффектами в 70–80 % случаев по данным мета-анализов. Другие примеры включают Therabot, чей первый клинический триал выявил улучшения в вовлеченности пациентов и продолжительности использования. Эти системы часто интегрируют элементы доказательной терапии и проходят оценку в престижных журналах, таких как NEJM, где генеративные ИИ-чат-боты подтвердили эффективность для клинических симптомов в первом РКИ. Однако результаты не всегда однозначны: некоторые исследования отмечают рост депрессивных симптомов в отдельных случаях или отсутствие превосходства над человеческими терапевтами. Важно отметить, что ни один ИИ-чат-бот не получил одобрения FDA для диагностики или лечения психических расстройств, хотя они позиционируются как вспомогательные инструменты [5, 7, 9, 10, 11].

Основная часть

В современном обществе сохраняется устойчивое мнение о ненадежности нейросетевых технологий в контексте предоставления информации и, тем более, оказания психологической помощи. Многие пользователи выражают сомнения в точности данных, генерируемых искусственным интеллектом, опасаясь искажений, ошибок или недостаточной достоверности источников. Особенно скептически воспринимается возможность применения нейросетей в сфере психотерапии, где ценятся эмпатия, индивидуальный подход и профессиональная ответственность специалиста. Тем не менее уже сегодня существуют чат-боты, основанные на алгоритмах искусственного интеллекта, которые прошли клинические испытания и продемонстрировали эффективность в оказании психологической поддержки.

Диалоговые компьютерные системы, независимо от степени их интеллектуализации и применяемых алгоритмов, все чаще рассматриваются не только как инструменты для обучения или развлечения, но и как потенциально

значимые средства психологической поддержки и психокоррекции [8, с. 298–321]. В последние годы наблюдается активное развитие данного направления как в отечественных, так и в зарубежных исследованиях. Современные диалоговые интерфейсы – чат-боты и виртуальные ассистенты – способны предоставлять пользователям рекомендации и справочную информацию психологического характера, помогать в контроле режима дня, отслеживании вредных привычек, планировании физической активности, а также предлагать упражнения, направленные на релаксацию и стабилизацию эмоционального состояния.

Особое внимание в научной среде уделяется чат-ботам, созданным на базе технологий искусственного интеллекта и крупных языковых моделей. В отличие от традиционных программ, действующих по заранее заданным скриптам, такие системы способны воспринимать контекст диалога, учитывать историю взаимодействия с пользователем и формировать ответы, соответствующие индивидуальной ситуации. Благодаря этому возрастает естественность коммуникации и субъективное ощущение эмпатии со стороны виртуального собеседника. Голосовые помощники, также относящиеся к классу виртуальных ассистентов, могут реализовывать элементы психотерапевтических методик, в частности технику пассивного слушания. Кроме того, современные системы позволяют интегрировать в их функционал отдельные методы психотерапии, психодиагностики и психологической поддержки, что открывает новые перспективы их применения в сфере охраны психического здоровья.

Одним из наиболее показательных примеров внедрения нейросетевых технологий в психотерапевтическую практику является проект компании Woebot Health. Исследователи данной организации провели двойное слепое рандомизированное контролируемое исследование, направленное на оценку эффективности их программного обеспечения для лечения легкой и умеренной послеродовой депрессии. Согласно публикации 2023 года, прототип WB001 был протестирован на выборке из 192 женщин в послеродовом периоде. Целью исследования было сравнение эффективности использования чат-бота Woebot в дополнение к стандартной терапии с результатами группы, получавшей только традиционное лечение (TAU). Согласно результатам, участницы, взаимодействовавшие с Woebot, продемонстрировали более выраженную положительную динамику по шкалам PHQ-9 и EPDS по сравнению с контрольной группой ($p = 0,025$). Кроме того, 91 % участниц отметили средний или высокий уровень удовлетворенности использованием приложения, что указывает на его высокую приемлемость и потенциал для дальнейшего применения в клинической практике [1, с. 1035–1049].

Другое исследование было проведено с участием польского чат-бота Fido, разработанного для оказания психологической поддержки пользователям с симптомами тревоги и депрессии. Исследователи отмечали, что им не удалось воспроизвести результаты, аналогичные полученным в проекте Woebot, поскольку в данном случае терапевтический эффект наблюдался в обеих исследуемых группах. Тем не менее авторы подчеркивают, что подобные результаты согласуются с данными других исследований, посвященных интернет-интервенциям в области психического здоровья. Согласно итогам работы,



использование чат-бота Fido сопровождалось статистически значимым снижением выраженности симптомов тревоги и депрессии по сравнению с контрольной группой, что подтверждает эффективность данного подхода в качестве вспомогательного инструмента психологической помощи [11, с. 39–46].

Компания Woebot Health также провела ряд последующих исследований, направленных на оценку эффективности использования чат-бота в оказании поддержки людям с симптомами тревоги и депрессии. Результаты этих исследований были представлены на серии научных конференций и опубликованы в четырех рецензируемых статьях. В ходе анализа данных было выявлено, что взаимодействие с Woebot способствует снижению уровня воспринимаемого стресса и эмоционального выгорания, а также уменьшению выраженности симптомов тревоги. Полученные результаты подтверждают потенциал данного цифрового инструмента как доступного и эффективного средства для оказания психологической поддержки широким группам пользователей [3; 4, с. 79; 6; 10, с. 132–141].

Аналогичные результаты были получены и в исследованиях, посвященных чат-боту Wysa, который, как и Woebot, основан на принципах когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). В одном из обзоров, включавшем анализ десяти эмпирических исследований, было показано, что ИИ-чат-боты, применяемые в рамках КПТ (в частности, Woebot, Wysa и Youper), представляют собой перспективное, удобное и масштабируемое дополнение к традиционным формам психотерапии. Их использование особенно ценно в условиях ограниченного доступа к квалифицированным специалистам. Согласно результатам исследований, подобные цифровые решения хорошо воспринимаются пользователями и способствуют снижению симптомов наиболее распространенных психических расстройств, включая тревожные и депрессивные состояния [2, с. 102–110; 9, с. 19; 13, с. 869–873].

Несмотря на продемонстрированную эффективность, описанные выше чат-боты имеют ряд ограничений, препятствующих их полноценному использованию в качестве персонального инструмента психологической самопомощи. Прежде всего такие системы функционируют строго в рамках протоколов, заложенных разработчиками, что ограничивает их гибкость и адаптивность к индивидуальным особенностям пользователей.

Во-первых, большинство подобных приложений работает по модели подписки. Бесплатные версии, как правило, предоставляют лишь ограниченный функционал, что существенно снижает их терапевтический потенциал и может приводить к отсутствию ощутимого эффекта.

Во-вторых, значимым барьером остается языковой аспект. Узкоспециализированные чат-боты зачастую функционируют исключительно на языке, на котором они были обучены, и не всегда корректно переключаются на другие языки. Это может вызывать трудности во взаимодействии из-за неточного перевода, а также из-за различий в культурных контекстах и смысловых оттенках. Дополнительно, каждая компания-разработчик устанавливает собственные фильтры и запретные темы, что может приводить к неодинаковым результатам взаимодействия в разных культурных и языковых средах.

Третьим ограничением является риск формирования ложной зависимости. Некоторые пользователи могут чрезмерно полагаться на чат-бота, заменяя им профессиональную психологическую помощь, что повышает вероятность игнорирования серьезных симптомов.

Кроме того, чат-боты лишены личного контакта и способности проявлять подлинную эмпатию. Отсутствие невербальных сигналов и эмоционального отклика может снижать уровень доверия между пользователем и системой.

Также стоит отметить ограниченный функционал подобных программ. В большинстве случаев они предоставляют лишь базовые рекомендации и не способны проводить полноценную психотерапию, особенно при наличии сложных или клинически выраженных нарушений.

Наконец, существует риск недооценки серьезных симптомов. Алгоритм чат-бота может не распознать признаки тяжелых психических расстройств, тревожных состояний или суицидальных мыслей, что потенциально создает угрозу для психического здоровья пользователя.

Многие из перечисленных выше ограничений могут быть частично устранены за счет использования крупных универсальных языковых моделей искусственного интеллекта, таких как ChatGPT, Grok, DeepSeek и других. Эти системы обучаются на обширных массивах данных, что позволяет им демонстрировать высокую гибкость и адаптивность при взаимодействии с пользователями. Одним из преимуществ подобных моделей является снижение влияния коммерческой составляющей: хотя они также функционируют по модели подписки, платные версии, как правило, не ограничивают базовый функционал, а лишь расширяют доступ к дополнительным возможностям.

Значительно меньше выражена и языковая проблема. Современные языковые модели способны обрабатывать запросы на множестве языков, ориентируясь на соответствующие источники информации. Так, при вводе запроса на русском языке система анализирует преимущественно русскоязычные данные, что минимизирует риск культурных и смысловых искажений. Поскольку подобные модели не создают принципиально нового контента, а формируют ответы на основе уже существующих текстов, фактор культурной принадлежности также становится менее значимым. Кроме того, благодаря своим языковым возможностям, такие системы способны формулировать ответы с учетом контекста, что снижает вероятность разночтений и неоднозначных интерпретаций.

Тем не менее даже столь продвинутые языковые модели не решают всех обозначенных проблем, в частности тех, что связаны с отсутствием эмпатии, риском неверной интерпретации симптомов и потенциальным формированием зависимости. В связи с этим возникает закономерный вопрос: насколько эффективными могут быть психологические интервенции, осуществляемые при помощи неспециализированных ИИ-моделей, не прошедших клиническую валидацию?



Заключение

Современное развитие технологий искусственного интеллекта открывает новые возможности в сфере психологии и психотерапии, делая психологическую помощь более доступной, персонализированной и масштабируемой. Исследования, проведенные с участием таких систем, как Woebot, Fido и Wysa, демонстрируют, что чат-боты, основанные на когнитивно-поведенческих и иных психотерапевтических подходах, способны снижать уровень тревоги, депрессии и эмоционального выгорания. Это подтверждает потенциал искусственного интеллекта в сфере поддержки психического здоровья.

Однако, несмотря на позитивные результаты, данные технологии все еще имеют ряд ограничений, связанных с отсутствием эмпатии, риском неверной интерпретации симптомов и невозможностью заменить живое взаимодействие со специалистом. Эти аспекты требуют дальнейшего изучения и совершенствования алгоритмов, особенно в части обеспечения этичности и безопасности взаимодействия с пользователем.

Использование крупных языковых моделей, таких как ChatGPT, Grok и DeepSeek, открывает перспективу преодоления части существующих барьеров. Благодаря способности понимать контекст, работать с разными языками и учитывать культурные особенности, такие системы могут стать эффективным дополнением к классическим методам психологической помощи. При этом важно понимать, что искусственный интеллект не должен рассматриваться как альтернатива профессиональной психотерапии, а скорее как инструмент, расширяющий доступ к ней и поддерживающий человека в ситуациях, когда помощь специалиста недоступна.

Будущее психотерапии, вероятно, будет определяться интеграцией научных знаний о психике человека и достижений в области искусственного интеллекта. Эффективное взаимодействие специалистов по психическому здоровью, исследователей и разработчиков ИИ позволит создать системы, которые не только технологически совершенны, но и гуманистичны по своей сути – направленные на сохранение и укрепление психологического благополучия человека.

Список литературы

1. Anatomy of a Woebot® (WB001): agent guided CBT for women with postpartum depression / A. Darcy, A. Beaudette, E. Chiauuzzi et al. // Expert Review of Medical Devices. – 2023. – Т. 20, № 12. – P. 1035–1049.
2. Artificial Intelligence-Powered Cognitive Behavioral Therapy Chatbots: A Systematic Review / M. Farzan, H. Ebrahimi, M. Pourali, F. Sabeti // Iranian Journal of Psychiatry. – 2025. – Т. 20, № 1. – P. 102–110.
3. Changes in Stress, Burnout, and Resilience Associated with an 8-Week Intervention with Relational Agent "Woebot" [Электронный ресурс] / E. Durden, M.C. Pirner, S.J. Rapoport et al. // SSRN Electronic Journal. – 2023. – URL: <https://ssrn.com/abstract=4355931>.

4. Chiauzzi E., Williams A., Mariano T.Y. Demographic and clinical characteristics associated with anxiety and depressive symptom outcomes in users of a digital mental health intervention incorporating a relational agent // BMC Psychiatry. – 2024. – Т. 24. – P. 79.
5. Effectiveness of a Web-based and Mobile Therapy Chatbot on Anxiety and Depressive Symptoms in Subclinical Young Adults: Randomized Controlled Trial / S. Karkosz, R. Szymański, K. Sanna, J. Michałowski // JMIR Formative Research. – 2024. – Т. 8. – P. 47960.
6. Engagement, Satisfaction, and Mental Health Outcomes Across Different Residential Subgroup Users of a Digital Mental Health Relational Agent: Exploratory Single-Arm Study / V.L. Forman-Hoffman, M.C. Pirner, M. Flom et al. // JMIR Formative Research. – 2023. – Т. 7. – P. 46473.
7. Evaluating and Optimizing Just-in-Time Adaptive Interventions in a Digital Mental Health Intervention (Wysa for Chronic Pain) for Middle-Aged and Older Adults With Chronic Pain: Protocol for a Series of Randomized Trials / A.L. Cheng, J. Abraham, S.M. Hartz et al. // JMIR Research Protocols. – 2025. – Т. 14. – P. 77532.
8. Filippis R., Foysal A. Chatbots in Psychology: Revolutionizing Clinical Support and Mental Health Care // Voice of the Publisher. – 2024. – Т. 10. – P. 298–321.
9. Fitzpatrick K.K., Darcy A., Vierhile M. Delivering Cognitive Behavior Therapy to Young Adults With Symptoms of Depression and Anxiety Using a Fully Automated Conversational Agent (Woebot): A Randomized Controlled Trial // JMIR Mental Health. – 2017. – Т. 4, № 2. – P. 19.
10. Gao J. AI Test Modeling and Analysis for Intelligent Chatbot Mobile App – A Case Study on Wysa // Proceedings of the 2024 IEEE International Conference on Artificial Intelligence Testing (AITest). IEEE. – 2024. – P. 132–141.
11. Ly K.H., Ly A.M., Andersson G.A fully automated conversational agent for promoting mental well-being: A pilot RCT using mixed methods // Internet Interventions. – 2017. – Т. 10. – P. 39–46.
12. What patients think about E-health: patients' perspective on internet-based cognitive behavioral treatment for patients with rheumatoid arthritis and psoriasis / M. Ferwerda, S. van Beugen, A. van Burik et al. // Clinical Rheumatology. – 2013. – Т. 32, № 6. – P. 869–873.

Сведения об авторах

И.Ф. Фрейманис – аспирант, старший преподаватель кафедры общей и клинической психологии, Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).

А.Д. Ермак – студент 6 курса специальности «Клиническая психология», Пермский государственный национальный исследовательский университет (614990, г. Пермь, ул. Букирева, 15, okpsychology@mail.ru).



Information about the authors

I.F. Freimanis – Ph.D., Postgraduate Student, Senior Lecturer at Department of General and Clinical Psychology, Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

A.D. Ermak – 6th Year Student of the Specialty «Clinical Psychology», Perm State National Research University (614990, Perm, Bukireva St., 15, okpsychology@mail.ru).

Научное электронное издание

**ВЕСТНИК ПЕРМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Серия № 1
Психологические и педагогические науки

ВЫПУСК 1, 2025

Электронный научный журнал

Ответственный редактор выпуска:
Баландина Людмила Леонидовна

Дата размещения на сайте: 25.12.2025

Технический редактор – *О.В. Вязова*
Компьютерная верстка – *Д.Г. Григорьев*

Редакционно-издательский отдел
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета
614990, г. Пермь, ул. Пушкина, д. 44, оф. 310
Тел. (342) 215-18-52, доб. 394
e-mail: rio.pspu@yandex.ru