Университет
Мировых
Цивилизаций
ИМЕНИ В.В. ЖИРИНОВСКОГО

ЛИЧНОСТЬ И ОБЩЕСТВО В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ ЦЕННОСТЕЙ

Материалы первой научно-практической конференции с международным участием, посвященной Дню Психолога в России (21 ноября 2025 г.)

Сборник статей

Москва
Издательский дом «УМЦ»
2026

УДК 316.42
ББК 60.5:88.5
Л66

Л66 **Личность и общество в условиях изменения ценностей:** материалы первой научно-практической конференции с международным участием, посвященной Дню Психолога в России (21 ноября 2025 года): сборник статей. — Москва : Издательский дом «УМЦ», 2026. — 404 с.

ISBN 978-5-6054512-6-6

В сборник вошли материалы выступлений, докладов и статьи отечественных и зарубежных ученых, психологов, преподавателей, представителей государственных органов, других участников I международной Научно-практической конференции с международным участием, посвященная Дню Психолога в России «Личность и общество в условиях изменения ценностей» с рассмотрением вопросов ценностных ориентаций молодежи в условиях цифровизации образования, особенностей психолого-консультационного подхода в работе с различными аспектами психики, особенности обеспечения психологической безопасности личности, исследования ценностных ориентиров в образовательной среде и др. Издание адресовано научным работникам, преподавателям, аспирантам, студентам высших учебных заведений.

УДК 316.42
ББК 60.5:88.5

Материалы публикуются в авторской редакции. Авторы опубликованных материалов несут ответственность за подбор и точность приведенных фактов, цитат, собственных имен, статистических данных и прочих сведений.

ISBN 978-5-6054512-6-6

© Коллектив авторов, 2026
© АНО ВО «УМЦ», 2026

Содержание

Алёхин А.П.
Психологические особенности деятельности руководителя с сотрудниками зрелого возраста (На примере сетевого отдела продаж торгового дома алкогольными напитками) 7
Бурдман И.С.
Актуализация разработки протокола психологической помощи пациентам с соматическими заболеваниями для реструктуризации негативных сдвигов в образе «Я» 15
Бурмистров С.М., Бакуров М.А., Шевченко Н.В.
Влияние просмотра фильмов ужасов на психику человека 23
Васильева А.А.
Особенности взаимосвязей компонентов эмоционального выгорания и личностных черт педагогов-психологов 29
Вознюк С.В, Швецова И.В.
Имидж современного психолога 40
Грицай Л.А.
Ценностные приоритеты молодежи России в контексте патриотического воспитания (социологическое исследование студенческой аудитории) 49
Дюров М.В., Сударик А.Н.
Дезорганизация сознания личности в сфере правоотношений ... 59
Захарова Е.А., Шевченко Н.В.
Выбор сексуального партнёра 54
Захаров А.В., Дружинина К.С.
Психологический анализ индивидуального героизма военнослужащих (на примере Специальной военной операции) 74
Коновалов К.В., Цветкова Д.О.
Личность в меняющемся мире: Каким может стать человек в эпоху ИИ и технологий? 92
Коньков П.С.
Культ «ментального здоровья» как новая доминанта в системе ценностей молодежи 102

Кудаева А.В.
Ценностные разрывы между поколениями, поиск точек соприкосновения в условиях меняющейся России 111
Кузьмин Д.А., Селезнев И.А.
Перспективы использования средств аудиовизуальной стимуляции в психологическом сопровождении персонала, выполняющего работы в арктической ЗОНЕ 128
Кузьмин Д.А., Селезнев И.А.
Основные этапы и методы психологической подготовки спортсменов, занимающихся современным мечевым боем ... 137
Лаврова В.А.
Характеристика ценностей студентов первого курса педагогического факультета МГППУ 144
Литовкина Е.О., Полещук А.Д., Ефремова С.А., Сударик А.Н.
Искусственный интеллект как фактор трансформации психологических установок на образование и личностный рост: обзор теоретических исследований 155
Морозова В.В.
Роль психологического просвещения и обучения навыкам психологической самопомощи для предупреждения или снижения деструктивных изменений личности в период проведения специальной военной операции (для различных категорий граждан и целевых групп) 163
Немчинов Г.М., Минаева А.О.
Современные подходы к психологической поддержке ветеранов боевых действий в России 167
Огнева Д.Р., Шевченко Н.В.
Психологические инструменты в работе религиозных деятелей и организаций 175
Пахтусова А.А.
Формирование ценностного отношения к музыкальному образованию взрослых в процессе профессиональной подготовки педагога-музыканта..... 182
Протасова А.И., Сипатова С.С.
Психологическая устойчивость в сложных и экстремальных ситуациях в профессиональной деятельности юриста..... 193

Ракова Н.И.
Трансформация ценностных ориентаций студентов в процессе обучения в вузе: от академических идеалов к карьерному прагматизму 203
Рожкова В.П., Сударик А.Н., Здорова С.В.
Внимание и внимательность в профессиональной деятельности юриста: применение и развитие 210
Русина Е.О.
Эмоциональный интеллект и отношение к ценностям у студентов 219
Рыбаков Д.Г., Рыбакова Е.В.
Системообразующая аксиологизация индивидуального ресурса личности обучающихся различных категорий 233
Салахова В.П., Кабирова А.А.
Ценностно-смысловые аспекты разработки диалогового ИИ-агента на основе NLP для поддержки пациентов с социальной тревожностью: инновационный психологический подход 244
Сарангова А.С.,* научный руководитель: *Байтуманова З.Н.
Психологические аспекты формирования личности в учебной деятельности младших школьников 256
Семенищенков Д.А.
Ценностные ориентации молодых военнослужащих на начальном этапе военной службы 261
Сулейманян А.Г.
Предварительные размышления о будущем Российского кино 270
Ткачева Ю.Г.
Техноантропоориентированная парадигма как научная основа подготовки кадров для инновационной экономики 275
Фортунатова Л.И., Зверева З.Ф., Шлыгин В.В.
Особенности психологического состояния персонала атомной отрасли, работающего вахтовым методом в условиях Крайнего Севера 285
Ходжамаммедов М.М., Хайыдович Б.Г.
Ценностные ориентиры студентов в цифровой образовательной среде 301

Цветкова Д.О., Безносиков Д.А.
Копинг-стратегии и социальная адаптация личности в меняющейся профессиональной среде 311
Цветкова Д.О. Кузнецова А.И.
Перспективы исследования психоэмоционального выгорания личности в условиях изменения современного мира..... 323
Шевченко Н.В., Магомедова А.М., Тохирова Ж.Ф.
«Бежать нельзя остаться:
Проблема ребенка-мигранта между двумя культурами» — о столкновении с дискриминацией в индивидуалистическом обществе..... 332
Шевченко Н.В., Букина А.А., Савушкина М.Е.
Влияние харассмента на чувство базовой безопасности человека 340
Шевченко Н.В., Бурцев С.С.
Переизбыток информации как фактор влияния на общество..... 350
Шевченко Н.В., Дурдыев А.
Психологическая устойчивость как фактор безопасности личности 358
Шевченко Н.В., Мелешко А.В., Авраменко А.А.
Психологическая адаптация родителей к изменению состояния здоровья ребенка, а именно к диагностированию РАС: аспекты поддержки 373
Шевченко А.В., Студенов И.С., Митронова А.С.
Роль телевизионной журналистики в формировании и поддержании психологической безопасности общества 385
Щеглова Н.Н., Харина А.А.
Возможности и риски духовно-нравственного воспитания молодежи посредством кино 393

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЯ С СОТРУДНИКАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ СЕТЕВОГО ОТДЕЛА ПРОДАЖ ТОРГОВОГО ДОМА АЛКОГОЛЬНЫМИ НАПИТКАМИ)

Алёхин А.П.,
аспирант,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
alexander.aliohin@yandex.ru

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANAGER'S ACTIVITIES WITH MATURE EMPLOYEES (BASED ON THE EXAMPLE OF A NETWORK SALES DEPARTMENT OF AN ALCOHOLIC BEVERAGE TRADING HOUSE)

Alyokhin A.P.,
Postgraduate student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
alexander.aliohin@yandex.ru

Аннотация. Увеличение средней продолжительности жизни населения, государственная политика по повышению возраста выхода на пенсию, дефицит высококвалифицированных кадров, «конфликт поколений» в рабочей деятельности организаций, подчеркивает важность и актуальность исследования. Существующ ие противоречия стереотипов о сотрудниках зрелого возраста в обществе, профессиональной среде, государственной политике, науке, подтверждает наличие и актуальность проблемы.

Ключевые слова: Психологические особенности; деятельность руководителя; система управления; сотрудники; зрелый возраст.

Abstract. The increase in the average life expectancy of the population, the government policy to raise the retirement age, the shortage of highly qualified personnel, and the «generation gap» in the work of organizations highlight the importance and relevance of this research. The existing contradictions in stereotypes about mature employees in society, the professional environment, public policy, and science confirm the existence and relevance of the problem.

Key words: Psychological characteristics; managerial activities; management system; employees; mature age.

Современные социально-экономические и демографические процессы актуализируют проблему эффективного использования трудового потенциала сотрудников зрелого возраста. Проводимое исследование затрагивает в той или иной мере каждого работающего в коллективе человека. Кто-то уже работал или работает с сотрудниками зрелого возраста, кому-то это только предстоит, а кто-то уже сам является сотрудником зрелого возраста. Существующие противоречия стереотипов о сотрудниках зрелого возраста в обществе, профессиональной среде, государственной политике, науке усложняют выбор правильной стратегии приема на работу, управления и взаимодействия с ними. Это все создаёт дополнительные сложности как для руководителей, так и для самих сотрудников зрелого возраста в их профессиональной деятельности. В существующей литературе недостаточно источников, анализирующих психологические особенности сотрудников зрелого возраста, которые создают трудности в управлении и взаимодействии. При этом большинство существующих рекомендаций носят общий характер и не содержат практически применимых решений выявленных проблем — особенно в коммерческих организациях, где получение прибыли является основной и главной целью. Коммерческие организации занимают ведущие позиции на рынке труда. Как правило, именно в них представлены вакансии с наиболее конкурентоспособной заработной платой, что закономерно повышает их привлекательность для соискателей всех возрастных периодов. Исследование направлено на выявление психологических особенностей профессиональной деятельности сотрудников зрелого возраста, создающих психологические проблемы в системе их управления и взаимодействия с другими сотрудниками организации. Его результаты призваны способствовать осознанию и преодолению этих психологических особенностей как самими сотрудниками, так и руководителями.

* * *

«В психологии используется условный возраст, определяемый методом периодизации для структуризации онтогенеза человеческой жизни. Период «Зрелость» предписывают 25/30–55/60 годам жизни человека» [1].

Под трудовой деятельностью подразумевается в первую очередь профессиональная деятельность сотрудника. «Профессиональная деятельность работника рассматривается как последовательность его целенаправленных действий и составляющих их операций, приводящих к выполнению профессиональных задач» [6].

В ходе исследования профессиональная деятельность будет анализироваться в контексте коммерческих организаций. Главная цель коммерческой организации это получение прибыли, поэтому особое внимание уделяется экономическим показателям, в том числе насколько каждый сотрудник полезен и окупает потраченные на него ресурсы компании, таких как фонд оплаты труда, стоимость обучения, затраты на рабочие место, обеспечение комфортных условий труда и т.д. Деятельность торгового дома алкогольными напитками лицензирована и жестко регламентирована законодательством, санкции в виде приостановки или отзыве алкогольной лицензии для компании оборачиваются большими убытками и репутационными потерями. Сетевой отдел продаж «ведет» крупных сетевых ритейлеров (торговые сети), генерирующих большой товарооборот, где цена ошибки в расчетах или переговорах также велика. Все ранее перечисленное обуславливает повышенные требования к уровню компетенции и компетентности сотрудников компании.

В большинстве случаев практическая литература по управлению персоналом обходит стороной возраст сотрудников, и возникающие при этом свойственные им психологические проблемы и способы их решения. Часть существующих рекомендаций касаемо сотрудников зрелого возраста в основном направлены на упрощение и облегчение трудового режима и их обязанностей, особого режима обучения, большего периода адаптации, что на практике трудно реализовать к примеру по следующим причинам: потребуется увеличение штатной численности организации, работодатель не может платить одинаковый уровень

заработной платы сотрудникам с облегченным режимом дня и упрощенными обязанностями на фоне остальных сотрудников в аналогичных должностях, увеличение затрат административных и управленческих ресурсов организации, и т.д. [2–5; 7].

Социальная значимость проблемы актуальна для: сотрудников зрелого возраста, руководителей, семей сотрудников, специалистов по подбору персонала, организаций, общества, государства, системы подготовки и переподготовки.

Объект исследования — психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников зрелого возраста.

Предметом будет исследование психологических особенностей профессиональной деятельности сотрудников зрелого возраста создающих проблемы в системе их управления и взаимодействия с другими сотрудниками организации:

— сопротивление и непринятие организационных изменений в компании или стандартов работы;
— снижение мотивации труда и низкий уровень вовлеченности в профессиональный процесс;
— усталость, часто хроническая;
— консерватизм;
— потеря автономии и нежелание брать на себя личную ответственность;
— подверженность стрессу;
— профессиональные деформации, например, избегание чувства вины, подозрительность, напряжённость;
— предпочтение воздерживаться от активных действий по разрешению сложных ситуаций, надежда на то, что они разрешатся сами собой или их, решит кто-то другой;
— эгоцентризм;
— негативный «перенос» опыта с прошлых мест работы;
— нарушение вертикальной и горизонтальной субординации.

Часть перечисленных выше психологических особенностей являются своего рода препятствием или барьером которые сами сотрудники зрелого возраста создают в своем управлении и взаимодействии с другими сотрудниками, от чего страдают все участники профессиональной деятельности в организации.

Предварительно описанные психологические особенности свойственны не всем сотрудникам зрелого возраста, они у каждого могут проявляться в разной степени выраженности или отсутствовать вовсе.

Несомненно, сотрудники зрелого возраста обладают полезными для компании опытом и знаниями [2–5; 7–9], но также важно учитывать и сложившиеся стереотипы поскольку они появились и не исчезают не просто так, есть на то причины, случаи. К примеру, выше описанные психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников зрелого возраста создающих проблемы в системе их управления и взаимодействия с другими сотрудниками организации способны нивелировать все их преимущества, нанести материальный, репутационный ущерб компании, разрушать психологический климат коллектива и т.д.

Система управления сотрудниками в организации должна учитывать психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников зрелого возраста.

Задачей работы является актуализация инструментария психологического механизма убеждения в управлении сотрудниками зрелого возраста учитывающие их психологические особенности таких как[1]:

— **подражание:** воздействие на отдельного сотрудника или коллектив путём личного примера руководителя;
— **вовлечение:** психологический приём, при помощи которого сотрудники становятся участниками профессионального или общественного процесса (принятия согласованных решений или участие в соревнованиях);
— **побуждение:** позитивная форма морального воздействия, основанная на акцентировании внимания на положительных качествах сотрудника, его квалификации и опыте;
— **оказание доверия:** психологическое воздействие, выражающееся в подчёркивании положительных качеств сотрудника, его опыта, квалификации и т.п., в выражении уверенности в его возможностях;

[1] URL: https://studfile.net/preview/404432/page:7/

— **намек:** приём косвенного убеждения посредством шутки, иронии и аналогии;
— **комплимент и похвала:** позитивные психологические приёмы, обладающие сильным воздействием на сотрудника и повышающие его стремление к повышению эффективности труда;
— **просьба:** эффективный метод руководства, так как воспринимается подчинённым как доброжелательное распоряжение и демонстрирует уважение к его личности;
— **совет:** психологический метод, основанный на сочетании просьбы и убеждения.

Заключение

Конфликт поколений был, есть и всегда будет в любой сфере жизнедеятельности человека.

Наличие корпоративного/трудового психолога в организациях, к сожалению большая редкость. Существующие стереотипы и предрассудки о психологической помощи не только среди сотрудников организаций, но и у населения в целом усложняют получение профессиональной психологической помощи в профессиональной деятельности и обыденной жизни.

В случае отсутствия корпоративного психолога, руководить вынужден сам решать на своем уровне психологические проблемы в управлении сотрудниками. Сотрудники вне зависимости от должности остаются без профессиональной поддержки в решении своих профессиональных и жизненных психологических проблем.

Упрощенно, основная задача руководителя выполнение поставленных задач от руководства путем организации и управления сотрудниками, а не профессиональная психологическая помощь, это не его профиль и задача, он безусловно должен знать и учитывать психологические особенности сотрудников и применяемых психологических инструментов в их управлении, но не выходить за рамки своих должностных обязанностей.

Коммерческая организация не может себе позволить наличие, содержание сотрудника, который не окупает затрачивае-

мые на него ресурсы компании и своими действиями или бездействиями создает токсичную атмосферу в организации.

Учет в системе управления выявленных психологических особенностей сотрудников зрелого возраста в их профессиональной деятельности позволит снизить вероятность возникновения психологических проблем в процессах управления и их взаимодействия с другими сотрудниками в организации, разрушить уже созданные «препятствия и барьеры» сотрудниками зрелого возраста.

Внедрение системы управления, адаптированной к психологическим особенностям сотрудников зрелого возраста, будет способствовать обеспечению психологической безопасности личности в профессиональной деятельности.

Список литературы

1. *Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П.* Большой психологический словарь. — 3-е изд. — 2002.
2. Возрастные изменения // RG.RU. — URL: https://rg.ru/2022/09/12/vozrastnye-izmeneniia.html.
3. Возрастные изменения работоспособности // psyera.ru. — URL: https://psyera.ru/5412/vozrastnye-izmeneniya-rabotosposobnosti.
4. Молодые сотрудники vs сотрудники 45–50+ // Career-University.ru: сайт. — URL: https://career-university.ru/young_vs_aged (дата обращения: 06.11.2025).
5. Полезный опыт против вредных стереотипов: как нанимают сотрудников 45+ // hh.ru. — URL: https://hh.ru/article/25574 (дата обращения: 06.11.2025).
6. Психология труда, инженерная психология и эргономика: учебник для вузов / под ред. Е.А. Климова, О.Г. Носковой, Г.Н. Солнцевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2025. — 661 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15490-0 // Образовательная платформа Юрайт. — URL: https://urait.ru/bcode/568325 (дата обращения: 06.11.2025).
7. Социально-психологический возраст в трудовой деятельности / Л.Н. Захарова, И.С. Леонова, А.И. Махалин // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные на-

уки. — 2019. — № 4(56). — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskiy-vozrast-v-trudovoy-deyatelnosti (дата обращения: 06.11.2025).

8. *Kulik C.T.* Keeping mature age workers on the job // The Conversation. — URL: https://theconversation.com/keeping-mature-age-workers-on-the-job-85678# (дата обращения: 27.11.2025).
9. Why you should recruit mature age workers // The Health & Safety Handbook. — URL: https://www.healthandsafetyhandbook.com.au/bulletin/why-you-should-recruit-mature-age-workers/ (дата обращения: 27.11.2025).

УДК159.9.016.6

АКТУАЛИЗАЦИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОТОКОЛА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПАЦИЕНТАМ С СОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЛЯ РЕСТРУКТУРИЗАЦИИ НЕГАТИВНЫХ СДВИГОВ В ОБРАЗЕ «Я»

Бурдман И.С.,
аспирант,
Российский новый университет, Москва
Burdman78@mail.ru

UPDATING THE DEVELOPMENT OF A PROTOCOL FOR PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO PATIENTS WITH SOMATIC DISEASES TO RESTRUCTURE NEGATIVE SHIFTS IN THE SELF-IMAGE

Burdman I.S.,
Postgraduate student,
Russian New University, Moscow
Burdman78@mail.ru

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена ростом числа пациентов с хроническими соматическими заболеваниями, чьи переживания существенно изменяют их ценностно-смысловую сферу и формируют негативные сдвиги в образе «Я». Отсутствие унифицированного протокола психологической помощи, ориентированного на комплексную реструктуризацию этих изменений, затрудняет клиническую практику и снижает эффективность реабилитационных программ.

Цель работы состоит в разработке и теоретическом обосновании интегративного протокола психологической помощи, направленного на коррекцию деструктивных компонентов Я-концепции у пациентов с различными соматическими патологиями.

В качестве методологической базы использованы сравнительный анализ современных отечественных и зарубежных публикаций, логико-теоретическое моделирование, а также обобщение клинических наблюдений, описанных в ли-

тературе. Протокол строится на синтезе когнитивно-поведенческого, экзистенциально-логотерапевтического и семейно-группового подходов с включением дистанционных форм поддержки.

Результатом исследования является формулировка шестиэтапной структуры вмешательства: первичная диагностика Я-концепции, психообразовательный модуль, индивидуальные когнитивно-поведенческие сессии, экзистенциальная работа со смыслом, семейно-групповая терапия и цифровое пост-сопровождение. Сравнительный обзор показал, что именно комплексная интеграция перечисленных компонентов обеспечивает наибольшую устойчивость позитивных изменений по сравнению с изолированными методами.

Сделанные выводы расширяют теоретические представления о личностных механизмах адаптации к соматической болезни и предлагают воспроизводимый алгоритм для практического применения в клинических, поликлинических и телемедицинских условиях.

Ключевые слова: психологическая помощь пациентам с соматическими заболеваниями; реструктуризация образа «Я»; когнитивно-поведенческая терапия; экзистенциальная логотерапия; семейная психотерапия; групповые психотерапевтические интервенции; цифровая поддержка в телемедицине; ценностно-смысловая перестройка; самоэффективность и конгруэнтность; комплексный мультидисциплинарный протокол.

Abstract. The relevance of the study is due to the growing number of patients with chronic somatic diseases, whose experiences significantly change their value-semantic sphere and form negative shifts in the image of the “I”. The lack of a unified protocol of psychological care focused on the comprehensive restructuring of these changes complicates clinical practice and reduces the effectiveness of rehabilitation programs.

The aim of the work is to develop and theoretically substantiate an integrative protocol of psychological assistance aimed at correcting the destructive components of the Self-concept in patients with various somatic pathologies.

A comparative analysis of modern domestic and foreign publications, logical and theoretical modeling, as well as a generalization of clinical observations described in the literature are used as a methodological basis. The protocol is based on a synthesis of cognitive-behavioral, existential-logotherapeutic and family-group approaches with the inclusion of remote forms of support.

The result of the study is the formulation of a six-stage intervention structure: primary diagnosis of the Self-concept, a psychoeducational module, individual cognitive-behavioral sessions, existential work with meaning, family and group therapy and digital post-treatment. A comparative review has shown that it is the complex

integration of these components that ensures the greatest stability of positive changes compared to isolated methods.

The conclusions made expand the theoretical understanding of personal adaptation mechanisms to somatic illness and suggest a reproducible algorithm for practical application in clinical, outpatient and telemedicine settings.

Key words: psychological assistance to patients with somatic diseases; self-image restructuring; cognitive behavioral therapy; existential logotherapy; family psychotherapy; group psychotherapeutic interventions; digital support in telemedicine; value-semantic restructuring; self-efficacy and congruence; comprehensive multidisciplinary protocol.

Актуальность исследования связана с тем, что хронические соматические заболевания сопровождаются не только физическим дискомфортом, но и глубинными психологическими перестройками, выражающимися в сдвигах «образа Я»: снижении самооценки, усилении тревоги и переориентации жизненных ценностей [1]. В отечественной и зарубежной литературе выделяются когнитивно-поведенческие, экзистенциально-логотерапевтические и групповo-семейные подходы, однако единый стандартизированный протокол [4], обеспечивающий реструктуризацию этих негативных сдвигов и учитывающий нозологическую специфику, пока не разработан (Samami et al., 2021; Qian Z. et al., 2023) [13], что актуализировало разработку специального протокола психологической помощи пациентам с соматическими заболеваниями для реструктуризации негативных сдвигов в образе «Я».

Целью данного исследования является разработка и обоснование интегративного протокола психологической помощи пациентам с соматическими заболеваниями, направленного на коррекцию и реструктуризацию нарушенного «образа Я».

Для ее достижения поставлены следующие задачи:

1) проанализировать основные факторы, провоцирующие дезадаптивные изменения Я-концепции в условиях соматической патологии;
2) синтезировать эффективные приёмы когнитивно-поведенческой терапии, логотерапии и семейной поддержки;
3) сформулировать структуру модульного протокола.

Объект исследования: психологическая адаптация личности при хронических соматических заболеваниях.

Предмет исследования: механизм и эффективность реструктуризации нарушенного «образа Я» с помощью интегративного протокола психологической помощи.

Гипотеза: интеграция когнитивно-поведенческих, экзистенциально-логотерапевтических и социальных интервенций обеспечивает более глубокую и устойчивую реструктуризацию «образа Я» пациентов с соматическими заболеваниями, чем применение отдельных методов.

Гипотеза о том, что интегративный протокол, объединяющий когнитивно-поведенческие, экзистенциально-смысловые и семейно-групповые интервенции, обеспечит более глубокую и устойчивую реструктуризацию негативных сдвигов «образа Я» у соматических пациентов, чем применение изолированных методик базируется на проведенных исследованиях в 2024–2025 гг. Далее представлена последовательность разработки протокола, состоявшая из шести этапов, каждый из которых соотнесён с данными проведенных ранее исследований.

Первым этапом был — диагностико-аналитический. Основой послужили результаты эмпирического обследования 172 пациентов, где посредством опросников «Родственная /Независимая/ Коллективная Я-концепция» и шкал «ТОБОЛ» — «САН» выявлено, что хроническая патология смещает аксиологическое ядро личности к витальным и семейным ориентациям при одновременном росте тревоги. Комплексная диагностика, отмеченная авторами в статье «Основные направления исследования проблем психологического здоровья в научном дискурсе 2023 года» [4] позволяет установить уровень конгруэнтности, самоэффективности и дефицитные ценности, которые станут мишенями последующих модулей.

На втором этапе запланирован психообразовательный модуль. Анализ показывает, что недостаточная информированность о психологических эффектах болезни усиливает дисфункциональные убеждения (Rachmanina и др., 2022) [8]. Поэтому до начала целевых сессий планируется проводить двухчасовой психообразовательный семинар: пациенту объясняют механизм «порочного круга» (стресс — негативные когниции — усиление соматики) и принцип «пластичности образа

Я». Семинар будет подкреплен разработанным буклетом и видеоматериалами.

На третьем этапе предлагается когнитивно-поведенческий модуль. В рандомизированном исследовании Kim S., Lee H., Park J. (2023) [5] восемь сессий КПТ снизили депрессию на 22% и повысили самоэффективность на 18% у кардиологических пациентов. Предлагаемый протокол будет включать:

а) идентификацию автоматических мыслей «Я — беспомощен»,
б) когнитивную реструктуризацию,
в) поведенческие эксперименты (самостоятельный выход из дома, дозированная физическая нагрузка),
г) обучение релаксации по методу Джейкобсона.

Цель — вернуть пациенту переживание агентности, соответствующее компоненту self-efficacy [2].

На четвертом этапе будет разработан экзистенциально-логотерапевтический модуль. Samami и соавт. (2021) [9] показали, что логотерапевтические группы снижают экзистенциальную тревогу на 40% и повышают индекс PIL на 35%. На этой основе предлагается внедрение цикла из шести 90-минутных встреч. Ключевые техники: «дефлексия страдания» (перевод внимания на цели), «парадоксальное намерение», «поиск ценности момента». В качестве инструмента домашней работы предложен «дневник смысла», показавший эффективность в российском исследовании Рахманиной (2022).

В рамках пятого этапа предполагается семейно-групповой модуль. В статье Victor C.R., Ritchie K. (2022) [13] после шести сессий групповой терапии самооценка онкопациентов увеличилась на 25%. Семейные сессии по модели Стирлинг привели к росту показателя семейной сплочённости на 30% (Sanders S.H.) [10]. Поэтому в разработанном нами протоколе предусмотрено:

— четыре семейных встречи для реструктуризации ролевых ожиданий;
— шесть групповых встреч (8–10 участников одной нозологии) для обмена копинг-стратегиями.

На шестом этапе планируется формирование модуля цифровой поддержки и постконтроля. Lee и соавт. (2022) [6] уста-

новили, что дистанционная КПТ через мобильное приложение уменьшает тревожность на 20%. Поэтому после очного курса пациентам планируется открыть доступ к приложению, содержащему модули саморегуляции, чат-бот с ежедневным чек-листом настроения и функцию SOS-сигнала психологу. Повторная диагностика через три месяца должна включать опросники Я-концепции, HADS и шкалу «ТОБОЛ».

Если сравнить предлагаемый к внедрению протокол с другими существующими, то можно отметить, что отдельные КПТ-программы (Stanisławski K., 2023) [12] корректируют когниции, но не затрагивают ценностный вакуум; логотерапия (Samami и др., 2021) [9] усиливает смысл, однако не формирует поведенческих навыков; семейные форматы (Victor & Ritchie, 2022) [13] улучшают поддержку, но лишь частично влияют на собственное «Я» пациента. Предлагаемый протокол объединяет сильные стороны перечисленных методов и минимизирует их ограничения.

Таким образом, в теоретическом контексте представленный вариант протокола уточняет модель взаимодействия теорий личности: гуманистической (конгруэнтность), социально-когнитивной (self-efficacy) и экзистенциальной (смысл) в ситуации соматического стресса, заполняя пробел, на который указывали Бонкало и Полякова (2024) [1].

С практической точки зрения протокол представляет готовый алгоритм для клинических психологов, который может быть внедрён:

— в стационарных отделениях (очные модули),
— в поликлиниках и телемедицине (цифровая поддержка),
— в санаторно-курортной системе (групповые и логотерапевтические блоки).

Также в дальнейшем возможно:

— обучение медицинских психологов работе с КПТ-и логотерапевтическими техниками (40-часовой курс повышения квалификации);
— интеграция психодиагностического пакета (Я-концепция, HADS, PIL) в электронные истории болезней для автоматического мониторинга;

— подключение семейных консультантов на этапе реабилитации, особенно при высокой степени зависимостей пациента;
— использование мобильного приложения как обязательного посткурсового инструмента и критерия соблюдения рекомендаций.

Предложенный к разработке шестиступенчатый протокол, основанный на анализе современных эмпирических данных, обеспечивает целостную реструктуризацию негативных сдвигов «образа Я» у пациентов с хроническими соматическими заболеваниями. Его эффективность объясняется тем, что он синхронизирует когнитивно-поведенческие, ценностно-смысловые и социальные интервенции, тем самым удовлетворяя ключевые определители психологического здоровья, обозначенные в современных теориях личности.

Научная значимость исследования заключается в интеграции теоретических оснований различных психологических школ, а практическая — в создании воспроизводимого инструментария для клиницистов и психологов. Предложенный протокол может быть внедрён в многопрофильных медицинских учреждениях и телемедицинских сервисах, оптимизируя междисциплинарное взаимодействие и повышая эффективность психокоррекционной работы.

Список литературы

1. *Бонкало Т.И., Полякова О.Б.* Основные направления исследования проблем психологического здоровья в научном дискурсе 2023 года // Труды ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ». — 2024. — № 2. — С. 36–48. — EDN: EAOBUV.
2. *Bandura A.* Self-Efficacy: The Exercise of Control. — W.H. Freeman, 2021.
3. *Frankl V.* Man's Search for Meaning. — Beacon Press, 2021.
4. *Ivanov D.A.* Влияние хронической боли на психосоциальные аспекты образа Я // Журнал неврологии и психиатрии. — 2022. — № 14(3). — С. 20–29. — DOI: 10.24075/jnp.2022.003.
5. *Kim S., Lee H., Park J.* The impact of chronic illness on mental health: a systematic review // International Journal of Mental Health. — 2023. — Т. 52. — № 1. — С. 112–130. — DOI: 10.1080/00207411.2023.1234567.

6. *Lee Y., Kim S., Park J.* Telepsychology interventions for chronic disease management: a systematic review // Journal of Medical Internet Research. — 2022. — No 24(1). — e24532. — DOI: 10.2196/24532.
7. *Novikova T.B.* Социальные факторы и восприятие здоровья у пациентов с заболеваниями кожи // Journal of Dermatology. — 2024. — № 16(2). — С. 88–95. — DOI: 10.37166/jdermatology.2024.001.
8. *Rachmanina A.A.* et al. Psychological factors of emotional maladaptation in patients with facial motor disorders // Clinical and Special Psychology. — 2022. — No 11(4). — P. 159–178. — DOI: 10.17759/cpse.2022110407.
9. *Samami E., Elyasi F., Mousavinasab S.N.* et al. The effect of a supportive program on coping strategies and stress in women diagnosed with breast cancer: A randomized controlled clinical trial // Nursing Open. — 2021. — No 8 (3). — P. 1157–1167. — DOI: 10.1002/nop2.728.
10. *Sanders S.H.* Behavioral assessment of clinical pain: appraisal of current status // M. Hersen, R.M. Eisler, P.M. Miller (eds). Progress in behavior modification. — N.Y: Academic Press, 1979. — Vol. 8. — 137 p.
11. *Schwartz S.H.* A Theory of Cultural Value Orientations: Explication and Applications // Comparative Sociology. — 2012. — Vol. 11(3). — P. 137–182.
12. *Stanisławski K.* The Coping Circumplex Model: An Integrative Model of the Structure of Coping With Stress // Frontiers in Psychology. — 2019. — No 10. — 694 p. — DOI: 10.3389/fpsyg.2019.00694.
13. *Victor C.R., Ritchie K.* Spiritual wellbeing and quality of life in advanced cancer patients // Psycho-Oncology. — 2022. — No 31(5). — P. 804–812. — DOI: 10.1002/pon.5807.
14. *Zhang L., Sun X.* Value priorities and quality of life in chronic disease patients: a cross-sectional study // Quality of Life Research. — 2021. — No 30(10). — P. 2857–2868. — DOI: 10.1007/s11136-021-02832-2.

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ПРОСМОТРА ФИЛЬМОВ УЖАСОВ НА ПСИХИКУ ЧЕЛОВЕКА

Бурмистров С.М.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
Бакуров М.А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru

THE EFFECT OF WATCHING HORROR FILMS ON THE HUMAN PSYCHE

Burmistrov S.M.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
Bakurov M.A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru

Аннотация. В статье рассматривается влияние фильмов ужасов на психику человека, начиная от причин устойчивой популярности жанра и заканчивая его потенциальными психологическими последствиями. Описываются механизмы воздействия хоррор-контента, такие как идентификация, проекция и имитация эмоций, а также причины, по которым зрители ищут острые ощущения в безопасной обстановке. Анализируются как негативные эффекты, выражающиеся в повышенной тревожности, нарушениях сна и психосоматических реакциях, так и положительные — эмоциональная разрядка, повышение уверенности в себе, укрепление со-

циальных связей и использование хоррор-контента в экспозиционной терапии. На основании данных различных исследований рассматриваются группы людей, чаще всего предпочитающих данный жанр, а также особенности восприятия хорроров в зависимости от возраста и личностных характеристик.

Ключевые слова: фильмы ужасов; психика; хоррор-контент; страх; эмоциональное воздействие; тревожность; экспозиционная терапия; идентификация; проекция; зрительское восприятие.

Abstract. The article examines the influence of horror films on the human psyche, exploring both the reasons behind the genre's lasting popularity and its potential psychological consequences. It describes the mechanisms through which horror content affects viewers—such as identification, projection, and emotional imitation—as well as the reasons why people seek intense emotional experiences in a safe environment. The analysis considers both negative effects, including increased anxiety, sleep disturbances, and psychosomatic reactions, and positive effects, such as emotional release, enhanced self-confidence, strengthened social bonds, and the use of horror content in exposure therapy. Based on data from various studies, the article also identifies groups of people who most often prefer this genre and discusses how the perception of horror films varies depending on age and personality traits.

Key words: horror films; psyche; horror content; fear; emotional impact; anxiety; exposure therapy; identification; projection; viewer perception.

Впервые жанр ужасов появился в XVIII веке с появлением готического романа. «Замок Отранто» Горация Уолпола 1764 года считается первым произведением этого направления. А первый полноценный фильм ужасов появился в 1896 году «Замок дьявола» режиссёра Жоржа Мельеса. Свою популярность жанр обрел после Первой мировой войны. После чего хорроры только набирали популярность. В 1931 году киностудия Universal выпустила два фильма, ставших определяющими для жанра: «Дракула» с Белой Лугоши и «Франкенштейн» с Борисом Карлоффом. Эти картины положили начало эре классических монстров — серии фильмов, создавших канонические кинематографические образы. А в 1950-е и 1960-е годы жанр ужасов начал отражать новые страхи общества — угрозы научных открытий, атомных войн и мутаций. Фильмы типа «Существо из Чёрной лагуны» (1954) и «Дело о теле, похищенном инопланетянами» (1956) объединили элементы научной фантастики и ужаса. Но настоящую по-

пулярность хорроры получили в 1970-е и 1980-е годы — период взлёта фильмов-слэшеров. «Хэллоуин» (1978) Джона Карпентера ввёл понятие невидимого убийцы, который может появиться в любом доме, а «Кошмар на улице Вязов» (1984) Уэса Крэйвена подарил миру образ Фредди Крюгера — убийцы, который преследует своих жертв в снах. После чего хорроры не потеряли свою популярность , а наоборот приобрели новых поклонников. Но почему людям так интересны ужасы? В фильмах ужасов происходит психологическое воздействие на зрителя такие как:

— *идентификация*. Зритель отождествляет себя с персонажами, перенимает их переживания и чувства как свои собственные. Это помогает лучше понять собственные эмоции и механизмы защиты;
— *проекция*. Зритель невольно видит в героях свои скрытые желания, страхи и конфликты, что позволяет неосознанно проработать эти аспекты личности;
— *имитация эмоций*. Фильмы могут имитировать эмоциональные состояния и волевые усилия, стимулируя внутреннюю работу зрителя;
— *релевантность*. Чтобы фильм был замечен, он должен быть релевантным для потенциальных зрителей.

Благодаря этим процессам смотрящий полностью погружается в сюжет фильма. Также многим людям не хватает острых ощущений в жизни, и в следствие они смотрят начинают смотреть хорроры. В реальной угрозе мозг запускает режим «бей, беги или замри», однако сидя дома на уютном диване, зрителю ничего не угрожает. Возникающий страх сопровождается облегчением, а всплеск адреналина заряжает энергией. Таким образом, просмотр фильма превращается в безопасный способ встряски и проверки границ эмоций.

В итоге, для многих людей в современном мире стало обыденностью проводить свободное время за просмотром фильмов ужасов, но данное увлечение может нести за собой определенные последствия.

Негативное влияние хорроров подтверждается множественными исследованиями. Люди с высокой тревожностью и сильным чувством сопереживания после просмотра фильмов ужасов

могут испытывать психосоматические нарушения, выраженные нарушением сна, психогенными болями, расстройствами аппетита и тошноте. Особенно сильное воздействие испытывают дети и подростки.

К счастью, данный жанр может иметь и положительные последствия. В научной статье Родькиной З.В. «Влияние хоррор-контента на уровень агрессивности у современной молодёжи» говорится, что согласно социальному опросу, данный тип людей предпочитает смотреть фильмы-ужасы после тяжелого дня либо в моменты сильной эмоциональной напряженности, злости. При просмотре насильственных сцен в фильме зритель ассоциирует себя с насильником и осуществляет то, чего в реальной жизни осуществить не может. Соответственно при просмотре зритель испытывает эмоциональную разгрузку, сублимируя негативные чувства на жертву. Также хоррор-фильмы помогают повысить уверенность в себе: как бы поступил я сам в ситуации нападения чудовища, зомби? Проходя сквозь волны волнений и переживаний вместе с персонажами, зрители чувствуют удовлетворение и уверенность в способности выдержать напряжение. Кроме того фильмы ужасов налаживают связь между людьми. Страх, который мы переживаем вместе, усиливает чувства близости. Сердце бьется чаще, и мы инстинктивно ищем защиту и поддержку у того, кто находится рядом. Окситоцин, «гормон близости», усиливает это чувство, совместный просмотр ужастиков помогает укреплять социальные связи — ужасы на экране вызывают эмоции, а окситоцин сближает с теми, кто рядом. Это работает и в кругу друзей, и с семьей: когда мы вместе испытываем страх, чувство родства усиливается. В экспозиционной терапии (метод когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), направленный на постепенное и безопасное столкновение с тем, что вызывает страх или тревогу, вместо того чтобы избегать этих ситуаций, человек учится управлять эмоциями и реакциями на них) просмотр фильмов ужасов иногда используется. Зритель может пережить опасную ситуацию через экран телевизора, находясь в комфортных условиях.

Не все люди любят смотреть хорроры. Чаще всего фантами этого жанра будут люди:

С низкой эмпатией, которым проще справляться с тревогой и легче воспринимать страдания персонажей. Зрители с высоким уровнем эмпатии, наоборот, сильно переживают за героев.

Мальчики в возрасте от 14 да 20 лет. Они достаточно восприимчивы к эмоциональной нагрузке показанной в фильме, но при этом являются фанатами жанра ужасов.

Люди с доходом выше среднего чаще смотрят ужасы. Обычно нехватка финансовых ресурсов снижает ощущения безопасности и уверенности и мешает наслаждаться жанром.

В статье Пономарева П.А. и Хохловой Е.А. «Влияние жанра ужасов на психику человека в кинематографе» было проведено анонимное исследование в Интернете среди молодежи от 16 до 29 лет, где в результате было сделано три вывода.

1. У большинства зрителей с возрастом негативное влияние фильмов ужасов снижается, а человек приобретает большую устойчивость психики.
2. Отсутствие желания просматривать фильмы рассматриваемого жанра может говорить о повышенной чувствительности к используемым в нем триггерам.
3. Некоторым зрителям просмотр фильмов ужасов помогает справляться с имеющимися фобиями.

Выводы

Просмотр фильмов ужасов представляет собой сложное психологическое явление, которое может оказывать как неблагоприятное, так и благоприятное влияние на человека. С одной стороны, доказано, что люди с высокой тревожностью и повышенной эмпатией подвержены негативным реакциям — нарушениям сна, психосоматическим проявлениям и повышенному эмоциональному напряжению. Особенно уязвимыми оказываются дети и подростки. С другой стороны, хоррор-контент способен выполнять важные психологические функции: снижать эмоциональное напряжение, помогать в сублимации агрессии, усиливать чувство уверенности, укреплять социальные связи и даже использоваться как инструмент в экспозиционной терапии. Восприятие жанра сильно зависит от возраста, уровня эм-

патии, личностных особенностей и жизненных условий зрителя. Таким образом, влияние фильмов ужасов не является однозначным и определяется индивидуальными психологическими характеристиками, а также мотивами обращения к этому виду медиа.

Список литературы

1. *Родькина З.В.* Влияние хоррор-контента на уровень агрессивности у современной молодёжи // Психология и педагогика. — 2020. — № 4. — С. 45–50.
2. *Пономарёва П.А., Хохлова Е.А.* Влияние жанра ужасов на психику человека в кинематографе // Молодёжный научный вестник. — 2021. — № 2. — С. 62–67.
3. *Зимбардо Ф.* Психология воздействия. — СПб.: Питер, 2018. — 352 с.
4. *Фромм Э.* Бегство от свободы. — М.: АСТ, 2020. — 320 с.
5. *Изард К.* Эмоции человек. — СПб.: Питер, 2019. — 464 с.
6. *Бандура А.* Теория социального научения. — М.: Академический проект, 2017. — 284 с.
7. *Кузнецова Т.Ю.* Психология страха и тревоги: учеб. пособие. — М.: Юрайт, 2021. — 210 с.
8. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). — 5th ed. — Arlington: APA Publishing, 2013. — 947 p.
9. *Bushman B.J., Huesmann L. R.* Effects of violent media on aggression // Annual Review of Psychology. — 2006. — Vol. 57. — P. 477–505.
10. *Cantor J.* Media and Fear in Children and Adolescents // Journal of Communication. — 2015. — Vol. 65. — P. 551–575.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ КОМПОНЕНТОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ЛИЧНОСТНЫХ ЧЕРТ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

Васильева А.А.,
педагог-психолог,
ГБУ ГППЦ ДОНМ, г. Москва,
соискатель,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
vasileva-annaa@mail.ru

FEATURES OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN THE COMPONENTS OF EMOTIONAL BURNOUT AND THE PERSONALITY TRAITS OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGISTS

Vasilyeva A.A.,
teacher-psychologist,
State Budgetary Institution DONM, Moscow,
Applicant for an academi,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
vasileva-annaa@mail.ru

Аннотация. В статье представлен сравнительный анализ взаимосвязей личностных характеристик, компонентов осознанной саморегуляции деятельности и симптомов эмоционального выгорания у педагогов-психологов общеобразовательных школ и психолого-педагогических центров. Показано, что у педагогов-психологов школ ключевую роль в сдерживании выгорания играют планирование, моделирование, программирование, оценивание результатов, гибкость и самостоятельность, а также межличностная ориентированность и эмоциональная устойчивость, что связано с высокой плотностью контактов и динамичностью профессиональной среды. У педагогов-психологов психолого-педагогических центров защитный эффект преимущественно обеспечивается программированием, практичностью, планированием и оцениванием результатов, а также привязанностью и самоконтролем, что отражает специфику длительной работы со сложными случаями. Вы-

явлены личностные характеристики, усиливающие риск выгорания, и показан их итеративный характер. Установлено, что одни и те же качества могут выполнять как защитную, так и уязвляющую функцию в зависимости от профессионального контекста. Полученные данные обосновывают необходимость дифференцированных профилактических программ.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, педагоги-психологи, личностные черты, корелляционный анализ, эмоциональный дефицит, психосоматические нарушения, тревожно-депрессивные состояния.

Abstract. The article presents a comparative analysis of the interrelationships of personal characteristics, components of conscious self-regulation of activity and symptoms of emotional burnout among educational psychologists in secondary schools and psychological and pedagogical centers. It is shown that planning, modeling, programming, evaluation of results, flexibility and independence, as well as interpersonal orientation and emotional stability play a key role in curbing burnout among school psychologists, which is associated with a high density of contacts and the dynamism of the professional environment. For teachers-psychologists of psychological and pedagogical centers, the protective effect is mainly provided by programming, practicality, planning and evaluation of results, as well as attachment and self-control, which reflects the specifics of long-term work with complex cases. Personal characteristics that increase the risk of burnout are identified and their iterative nature is shown. It has been established that the same qualities can perform both protective and insulting functions, depending on the professional context. The data obtained substantiate the need for differentiated preventive programs.

Key words: emotional burnout, educational psychologists, personality traits, correlation analysis, emotional deficit, psychosomatic disorders, anxiety-depressive states.

Проблема эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагогов-психологов рассматривается в современной психологии как многоуровневый и системно организованный процесс, в котором пересекаются особенности личности, требования профессиональной среды и регуляторные механизмы деятельности. В рамках данного подхода выгорание понимается не как изолированное состояние утомления, а как динамическая структура, формирующаяся в результате длительного несоответствия между личностными ресурсами специалиста и характером профессиональных нагрузок. Н.В. Кузьмина указывает, что профессиональное развитие и сохранение устойчивой моти-

вации выступают ключевыми условиями профилактики выгорания в педагогических профессиях, где эмоциональное включение является неотъемлемым компонентом деятельности [3].

Классические представления о синдроме эмоционального выгорания были заложены в работах Х. Фрейденбергера, который рассматривал выгорание как состояние истощения, возникающее в профессиях помощи и сопровождающееся снижением энергии, эмоциональной опустошённостью и утратой профессионального смысла [14]. Эти идеи получили дальнейшее развитие в концепции К. Маслач, где выгорание описывается как трёхкомпонентный синдром, включающий эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений [19]. В последующих исследованиях подчёркивается, что указанные компоненты не развиваются изолированно, а находятся в сложных взаимосвязях с личностными чертами и условиями труда [15].

Особое внимание в зарубежных исследованиях уделяется профессиональной среде педагогов. В.Б. Шауфели подчёркивает, что детерминанты выгорания у учителей и специалистов психолого-педагогического сопровождения связаны не только с объёмом нагрузки, но и с постоянной необходимостью эмоциональной регуляции, высокой ответственностью и дефицитом восстановления [20]. Систематический обзор А. Кариу показывает, что эмоциональный труд является одним из центральных факторов риска выгорания у педагогов, особенно при длительном и интенсивном межличностном взаимодействии [17].

В отечественных исследованиях выгорание всё чаще рассматривается в контексте личностных особенностей специалиста. В.С. Мерлин указывает, что индивидуально-типологические свойства личности определяют не только уязвимость к выгоранию, но и специфику его проявлений, включая доминирование тех или иных симптомов [5]. Высокая эмоциональная реактивность, ригидность и особенности аффективного тонуса могут способствовать ускоренному переходу от напряжения к более устойчивым формам выгорания, тогда как личностная устойчивость и активность выступают факторами сдерживания этого процесса.

Значимую роль в развитии и профилактике выгорания играет саморегуляция деятельности. Д.А. Леонтьев подчёркивает, что осознанная саморегуляция обеспечивает согласование целей, условий и средств деятельности, снижая субъективную перегруженность и повышая чувство управляемости профессиональной ситуации [4]. В условиях педагогической деятельности недостаточность регуляторных процессов приводит к накоплению напряжения и формированию защитных стратегий, которые со временем закрепляются и переходят в устойчивые симптомы выгорания.

Не менее важным аспектом является связь саморегуляции с когнитивными стратегиями преодоления стресса. В.Д. Шадриков указывает, что способность к когнитивной переработке стрессовых ситуаций, переоценке требований и прогнозированию последствий действий снижает вероятность дезорганизации поведения и эмоционального истощения [12]. Таким образом, регуляторные механизмы выступают не только инструментом управления деятельностью, но и фактором эмоциональной устойчивости.

В свою очередь А.В. Михайлов и Е.С. Иванова отмечают, что хроническое напряжение у педагогов сопровождается изменениями в психофизиологических показателях, что усиливает утомляемость, снижает толерантность к стрессу и повышает риск психосоматических нарушений [6]. Эти данные подчёркивают необходимость рассматривать выгорание как интегративный феномен, затрагивающий как психологический, так и физиологический уровни.

Стоит отметить, что социальные ресурсы также играют существенную роль в структуре выгорания. Так Е.Т. Соколова указывает, что социальная поддержка снижает выраженность эмоционального истощения и способствует сохранению профессиональной вовлечённости, особенно в условиях высокой эмоциональной нагрузки [10]. При этом дефицит поддержки усиливает чувство изоляции и способствует формированию личностной отстранённости, что характерно для поздних фаз выгорания.

Ряд исследований подчёркивает мотивационный аспект выгорания. Т.В. Разина показывает, что в условиях длительного стресса происходит трансформация профессиональной мотивации, сопровождающаяся снижением значимости внутренних

мотивов и ростом формального отношения к деятельности [9]. Эти изменения тесно связаны с личностными характеристиками и могут закрепляться по мере развития выгорания.

Зарубежные авторы также акцентируют внимание на ресурсном подходе. А.Б. Баккер подчёркивает, что наличие профессиональных и личностных ресурсов, таких как автономия, поддержка и возможности развития, снижает вероятность выгорания и смягчает его проявления [13]. При этом дефицит ресурсов усиливает негативное влияние требований среды, что особенно актуально для профессий помощи.

Современные научные исследования подчёркивают, что, несмотря на большое количество исследований, феномен выгорания остаётся гетерогенным. А. Хиллерт и соавторы указывают, что разнообразие моделей и подходов отражает сложность взаимосвязей между личностными чертами, регуляторными процессами и профессиональной средой [15].

Таким образом, эмоциональное выгорание педагогов-психологов формируется на пересечении личностных характеристик, механизмов саморегуляции и особенностей профессиональной среды. Личностные черты могут выполнять как защитную, так и риск-образующую функцию, а их влияние варьируется в зависимости от стадии выгорания и контекста деятельности. Отсюда появляется необходимость эмпирического изучения специфики взаимосвязей компонентов выгорания и личностных характеристик у педагогов-психологов, работающих в различных профессиональных условиях.

Цель исследования состояла в выявлении и описании взаимосвязей между компонентами эмоционального выгорания и личностными чертами педагогов-психологов, работающих в психолого-педагогических центрах и общеобразовательных школах, а также в объяснении причин обнаруживаемых различий и совпадений этих связей в зависимости от условий профессиональной деятельности.

В ходе исследования были выдвинуты предположения о том, что у педагогов-психологов общеобразовательных школ и психолого-педагогических центров эмоциональное выгорание формируется при участии сходных компонентов, однако отличается

конфигурацией взаимосвязей между личностными характеристиками, осознанной саморегуляцией и симптомами выгорания, что обусловлено спецификой профессиональной среды. Предполагалось, что при сходстве фаз и типов переживания выгорания у специалистов обеих групп ведущую роль в его развертывании играют различные регуляторные и личностные механизмы, определяющие темпы перехода от напряжения к резистенции и истощению. Также выдвигалось предположение, что осознанная саморегуляция деятельности и отдельные личностные качества могут выполнять как защитную, так и риск-образующую функцию, причём их значение и выраженность варьируются в зависимости от условий труда, характера профессиональных нагрузок и длительности эмоционального контакта с клиентами.

В исследовании приняли участие 258 респондентов: 120 педагогов-психологов психолого-педагогических центров и 138 педагогов-психологов общеобразовательных школ; 180 женщин и 78 мужчин; средний возраст — 35 лет; средний стаж работы — 12 лет.

Для сбора эмпирических данных были использованы следующие методики:

— методика диагностики уровня эмоционального выгорания личности В.В. Бойко [2];
— методика «Личностный дифференциал» (адаптация Е.Ф. Бажина и А.М. Эткинда) [1];
— методика самооценки эмоциональных состояний А. Уэссмана и Д. Рикса [16];
— опросник для диагностики акцентуаций личности Г. Шмишека — К. Леонгарда [22];
— опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой [7];
— пятифакторный личностный опросник (5PFQ) Р. МакКрае и П. Коста в адаптации А. Б. Хромова [11];
— корреляционный анализ по Пирсону.

У педагогов-психологов общеобразовательных школ устойчиво выявляются отрицательные связи между компонентами осознанной саморегуляции деятельности и симптомами эмоционального выгорания. Планирование, моделирование и программирование

сопряжены со снижением переживания психотравмирующих обстоятельств, тревоги и депрессии, экономии эмоций, эмоциональной и личностной отстранённости, а также психосоматических нарушений. Оценивание результатов ассоциировано с меньшей выраженностью напряжения и резистенции, тогда как гибкость и самостоятельность связаны со снижением симптомов «загнанности в клетку», неадекватного эмоционального реагирования и редукции обязанностей. Совокупность этих связей показывает, что целеполагание, учёт условий деятельности, последовательность действий и регулярная обратная связь тормозят переход от первичных реакций к устойчивым защитным формам, препятствуя развертыванию второй и третьей фаз выгорания. При этом именно оценивание результатов, гибкость и самостоятельность одновременно выступают факторами защиты и первыми оказываются нарушенными по мере нарастания симптоматики, что отражает итеративный характер взаимосвязей личностных характеристик и выгорания, обусловленный их системной организацией.

Значимым ресурсом для педагогов-психологов школ выступают межличностная ориентированность и эмоциональная устойчивость. Экстраверсия обратно соотносится с тревогой, депрессией и личностной отстранённостью, а привязанность — с меньшей выраженностью симптома «загнанности в клетку». Эмоциональная устойчивость связана с более низкими показателями переживания психотравмирующих обстоятельств, тревоги и депрессии, экономии эмоций и психосоматических проявлений, тогда как практичность ассоциирована со снижением неудовлетворённости собой и тревожно-депрессивной симптоматики. В условиях высокой плотности контактов, постоянного переключения между задачами и жёстких регламентов именно эти качества позволяют сдерживать переход от напряжения к резистенции и предотвращать закрепление эмоциональной и личностной отстранённости, сохраняя профессиональную вовлечённость без утраты эмпатии.

Одновременно у педагогов-психологов школ выявляется ряд личностных характеристик, усиливающих выраженность выгорания. Положительные связи застревания, эмотивности, педантичности, циклотимности, демонстративности, возбудимости,

дистимности и экзальтированности с симптомами второй и третьей фаз отражают сочетание высокой эмоциональной реактивности, ригидности требований и пониженного аффективного тонуса. Эти качества поддерживают развитие выгорания и одновременно усиливаются им, что проявляется уже на уровне симптомов первой фазы и далее переходит в более устойчивые формы.

У педагогов-психологов психолого-педагогических центров отрицательные связи осознанной саморегуляции также выражены, однако имеют иное распределение. Программирование и практичность в большей степени связаны со снижением резистенции и эмоционально-нравственной дезориентации, планирование — с уменьшением тревоги и депрессии, моделирование — с ослаблением симптома «загнанности в клетку», а оценивание результатов — с меньшей выраженностью переживания психотравмирующих обстоятельств и неадекватного эмоционального реагирования. Это указывает на роль организованности действий и рациональности процедур как факторов, ограничивающих формирование устойчивых защитных стратегий и нарушений нормативной регуляции поведения при работе со сложными и длительными случаями.

В сфере межличностной ориентированности у педагогов-психологов центров наиболее устойчивы отрицательные связи привязанности и самоконтроля с личностной отстранённостью и эмоциональным дефицитом. Эмоциональная устойчивость обратно связана с истощением, переживанием психотравмирующих обстоятельств и психосоматическими нарушениями, выполняя стабилизирующую функцию и препятствуя переходу к фазе истощения. Дополнительным ресурсом выступает гипертимность, снижение резистенции и переживания психотравмирующих обстоятельств при её росте отражает поддержание активности и интереса к работе.

В то же время у педагогов-психологов центров выражены связи личностных акцентуаций с симптомами второй и третьей фаз. Застревание связано с резистенцией, эмоционально-нравственной дезориентацией, редукцией обязанностей и эмоциональной отстранённостью; эмотивность — с истощением, тревогой и депрессией; педантичность — с психосоматическими нарушения-

ми и тревожно-депрессивными проявлениями; тревожность — с неадекватным эмоциональным реагированием. Особое место занимает циклотимность, при которой сочетание связей с переживанием психотравмирующих обстоятельств и дезориентацией сопровождается обратной корреляцией с эмоциональной отстранённостью, что отражает сохранение контакта и эмпатии даже при высокой аффективной нагрузке.

В целом у педагогов-психологов обеих групп проявляется сочетание противоположных тенденций. Повышенная эмоциональная чувствительность (экзальтированность, дистимность) способствует более глубокому вовлечению в трудные случаи и ускоренной утрате ресурса, тогда как активность и импульсивность нередко поддерживают ответственность и включённость даже при высоком напряжении. Одни и те же личностные качества могут выполнять как защитную, так и риск-образующую функцию в зависимости от фазы и симптоматики выгорания, что подчёркивает их разнонаправленный характер.

Различия между группами определяются спецификой профессиональной среды. В школах массовость, высокая динамика и плотность общения способствуют накоплению эмоциональной усталости и дефициту восстановления, тогда как в психолого-педагогических центрах выгорание формируется преимущественно через истощение при длительном контакте с трудными клиентами и необходимости постоянного контроля эмоций и поведения.

С учётом выявленных закономерностей профилактические приоритеты в профилактической и коррекционной работе должны различаться. Для педагогов-психологов общеобразовательных школ целесообразно развивать планирование, моделирование, программирование, оценивание результатов, а также гибкость и самостоятельность, поддерживая межличностную включённость и эмоциональную устойчивость. Для педагогов-психологов психолого-педагогических центров более значимы программирование и практичность, планирование и оценивание результатов, а также поддержка привязанности и самоконтроля как факторов снижения резистенции, дезориентации, личностной отстранённости и эмоционального дефицита.

Список литературы

1. *Бажин Е.Ф., Эткинд А.М.* Личностный дифференциал: методические материалы // Практическая психология. — 2021. — № 2. — С. 25–33.
2. *Бойко В.В.* Диагностика эмоционального выгорания личности // Практическая психология. — 2021. — № 4. — С. 34–45.
3. *Кузьмина Н.В.* Профессиональное развитие педагогов как средство профилактики выгорания // Практическая психология. — 2022. — № 2. — С. 29–41.
4. *Леонтьев Д.А.* Саморегуляция и ее значение в профилактике выгорания // Психология и педагогика. — 2021. — № 3. — С. 45–57.
5. *Мерлин В.С.* Личностные особенности и профессиональное выгорание // Вопросы психологии. — 2019. — № 5. — С. 78–90.
6. *Михайлов А.В., Иванова Е.С.* Психофизиология стресса у педагогов // Вопросы психологии. — 2020. — № 8. — С. 45–59.
7. *Моросанова В.И.* Психология осознанной саморегуляции: от истоков к современным исследованиям // Психологическая наука и образование. — 2020. — № 2. — С. 143–157.
8. Профессиональное выгорание как фактор нарушения профессиональной адаптации социальных работников / К.И. Засядько, Л.М. Тафинцева, С.А. Маскалянова [и др.] // Ярославский педагогический вестник. — 2024. — № 2(137). — С. 203–211.
9. *Разина Т.В.* Изменения мотивации научной деятельности в контексте стрессовых состояний, вызванных защитой диссертации // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики / под ред. А.А. Обознова, А.Л. Журавлева. — М., 2018. — С. 369–392.
10. *Соколова Е.Т.* Социальная поддержка и эмоциональное выгорание // Психологическая наука и образование. — 2020. — № 4. — С. 35–47.
11. *Хромов А.Б.* Пятифакторный опросник личности: учеб.-метод. пособие. — Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2000. — 23 с.
12. *Шадриков В.Д.* Когнитивные стратегии саморегуляции и стресс // Вопросы психологии. — 2023. — № 1. — С. 12–24.
13. *Bakker A.B.* Workplace Resources and Burnout Prevention // International Journal of Work, Health, and Organizations. — 2019. — Vol. 33. — P. 162–174.
14. *Freudenberger H.* Burnout: Symptoms and Coping Mechanisms // Journal of Social Issues. — 2019. — Vol. 75. — P. 30–44.

15. *Hillert A., Albrecht A., Voderholzer U.* The burnout phenomenon: A résumé after more than 15,000 scientific publications // Frontiers in Psychiatry. — 2020. — № 11. — URL: https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.519237 (дата обращения: 09.12.2020).
16. *Hobfoll S.E.* Conservation of Resources and Burnout // Psychological Science. — 2021. — Vol. 28. — P. 124–136.
17. *Kariou A., Koutsimani P., Montgomery A., Lainidi O.* Emotional Labor and Burnout among Teachers: A Systematic Review // International Journal of Environmental Research and Public Health. — 2021. — № 18. — P. 127–140.
18. *Lavigne S.B.* Multiple Affect Adjective Check List (MAACL) // Encyclopedia of Personality and Individual Differences. — 2022. — № 2. — URL: https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_49-1 (дата обращения: 22.09.2022).
19. *Maslach C.* Burnout: The Cost of Caring. — Cambridge, MA: Harvard University Press, 2017. — 240 p.
20. *Schaufeli W.B.* Determinants of Burnout in Teachers // Journal of Educational Psychology. — 2018. — Vol. 110. — P. 482–495.
21. *Wang A., Duan Y., Norton P.G., Leiter M.P.* Validation of the Maslach Burnout Inventory–General Survey 9-item short version: Psychometric properties and measurement invariance across age, gender, and continent // Frontiers in Psychology. — 2024. — № 15. — URL: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1439470 (дата обращения: 16.07.2024).
22. *Zakiyeh S., Sadeghi H.R., Asgari Z.* The relationship between family function and personality traits with general self-efficacy (parallel samples studies) // BMC Psychology. — 2022. — № 2. — P. 27–40.

УДК 159.9

ИМИДЖ СОВРЕМЕННОГО ПСИХОЛОГА

Вознюк С.В,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
sofiavoznuk08@gmail.com
Швецова И.В.,
старший преподаватель кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
ivannash@yandex.ru

THE IMAGE OF A MODERN PSYCHOLOGIST

Voznyuk S.V.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
sofiavoznuk08@gmail.com
Shvetsova I.V.,
Senior Lecturer at the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
ivannash@yandex.ru

Аннотация. Статья посвящена анализу имиджа современного психолога. В ней рассматриваются ключевые аспекты, формирующие профессиональный имидж психолога, включая внешний вид, профессиональные навыки, подходы к работе и взаимодействие с клиентами. Статья также обсуждает значимость личной и профессиональной этики в формировании положительного имиджа, а также роль непрерывного образования и профессионального развития в поддержании актуальности и доверия к специалистам в области психологии. Заключение подчеркивает необходимость осознания психологами своего имиджа как важного элемента их профессиональной деятельности.

Ключевые слова: имидж психолога, профессиональный имидж, психология, профессиональное развитие, восприятие, коммуникация.

Abstract. The article is devoted to the analysis of the image of a modern psychologist. It examines the key aspects that shape the professional image of a psychologist, including appearance, professional skills, approaches to work and interaction with

clients. The article also discusses the importance of personal and professional ethics in the formation of a positive image, as well as the role of continuing education and professional development in maintaining relevance and trust in specialists in the field of psychology. The conclusion emphasizes the need for psychologists to be aware of their image as an important element of their professional activities.

Key words: psychologist's image, professional image, psychology, professional development, perception, communication.

Что такое имидж в психологии?

В психологии имидж — это совокупность представлений, образов и ассоциаций, которые формируются у людей о личности, группе или организации. Имидж может включать в себя как объективные характеристики (внешний вид, поведение, достижения), так и субъективные восприятия (ощущения, чувства, мнения) [2].

С точки зрения социальной психологии имидж является частью образа всего общества и имеет характер стереотипа. Впечатление об обществе в целом складывается на основе мнений об отдельных его членах [4].

Специалист в области социологии управления и имиджелогии В.М. Шепель дает такое определение: «Имидж — индивидуальный облик, создаваемый средствами массовой информации, социальной группой или собственными усилиями личности в целях привлечения к себе внимания» [7].

Имидж играет важную роль в межличностных отношениях и социальной динамике. Он может влиять на то, как люди воспринимают друг друга, как строятся социальные связи и как осуществляется коммуникация. Важными аспектами имиджа являются:

— *личный имидж*: как человек воспринимает себя и как его воспринимают окружающие;
— *социальный имидж*: образ группы или сообщества, который формируется на основе общих характеристик и поведения его членов;
— *корпоративный имидж*: образ компании или бренда в глазах потребителей и общественности.

Имидж может быть целенаправленно создан и управляем с помощью различных стратегий, включая PR, маркетинг и личностное развитие. Важно учитывать, что имидж может изменяться со временем под воздействием различных факторов, включая изменения в поведении, общественном мнении и культурных контекстах [3].

Исследовательская часть

Задачей исследования было выяснить, каким видят современного психолога клиенты.

Исследование проводилось с участием 118 испытуемых, которым было предложено пройти онлайн опрос

Согласно ответам на первый вопрос, средний возраст респондентов варьируется от 16 до 25 лет.

Обратимся к *рис. 1*.

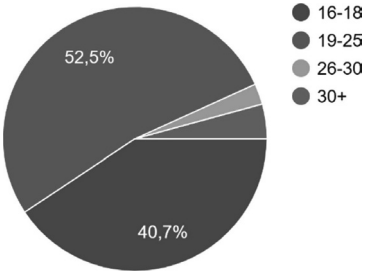

Рис. 1

Далее нужно было написать определение, кто такой психолог... Ответы разнообразны, но несут единый посыл. Испытуемые считают, что психолог, это человек, который помогает разобраться в трудных ситуациях, а также понять себя.

На вопрос: «Как часто вы обращались к психологу», большинство ответили: «Не обращался». И лишь 6,8% ответили, что ходят на консультации регулярно. Также можно сразу рассмотреть похожий вопрос: «Если Вам доводилось пользоваться услугами психолога, то...» И ответы аналогичны — я не был у психолога. Обратимся к *рис. 2* и *3*.

Следующий вопрос звучал так: что, на Ваш взгляд, должно быть результатом посещения психолога? 50% испытуемых ответили: «Понимание клиентом причин возникновения проблемы, с которой он обратился». Исходя из ответа, можно сделать вывод, что понимание причин своих проблем является важным мотивом обращения к психологу. Это осознание позволяет клиенту не только лучше понять свои эмоции и поведение, но и работать над изменением паттернов, которые приводят к негативным последствиям [1]. Обратимся к *рис. 4*.

Рис. 2

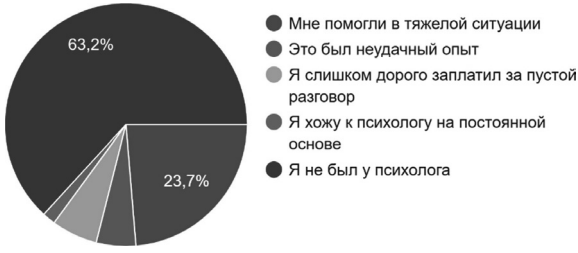

Рис. 3

Рис. 4

Лидирующие ответы на вопрос: «Какие качества вы считаете важными для психолога», — это:

— умение слушать;

— тактичность;

— коммуникабельность;

Исходя из этого можно сделать вывод, что именно эти качества будут важны при выборе психолога. А понять, что специалист ими владеет, можно только по своему собственому опыту общения с ним. Именно так большинство испытуемых ответило на вопрос: «Что является для вас свидетельством того, что перед вами хороший специалист?».

Обратимся к *рис. 5 и 6*.

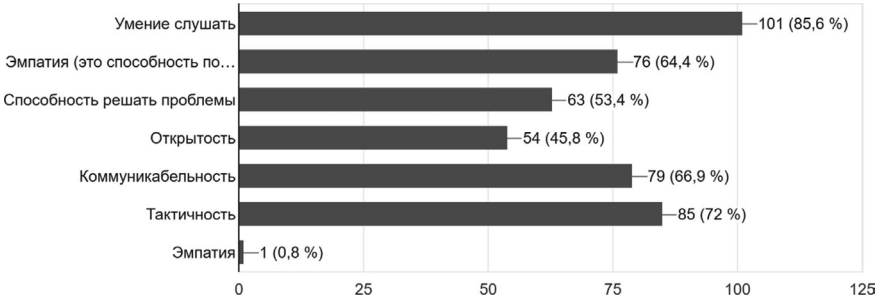

Рис. 5

Рис. 6

На вопрос; «Что для вас более важно при выборе психолога», — большая испытуемых выбрали: индивидуальный подход к клиенту. И 26,3% ответили: рекомендации и отзывы. Обратимся к *рис. 7*. Таким образом, сочетание личного контакта

и мнений других людей помогает сформировать уверенность в правильности выбора. В конечном итоге, именно это сочетание факторов создает фундамент для успешного и результативного сотрудничества между клиентом и психологом, приводя к глубоким изменениям и улучшению качества жизни.

На вопрос, касающийся ведения социальных сетей, большая часть испытуемых ответили: нейтрально или положительно.

Обратимся к *рисунку 8*.

По нему видно, что большинство людей не имеют отрицательного отношения к тому, что психологи ведут соцсети. Некоторые даже выразили мнение, , что это может быть полезным и эффективным способом помощи людям в различных жизненных ситуациях.

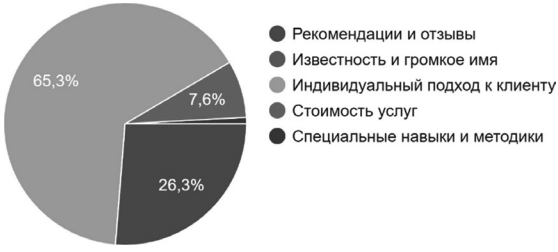

Рис. 7

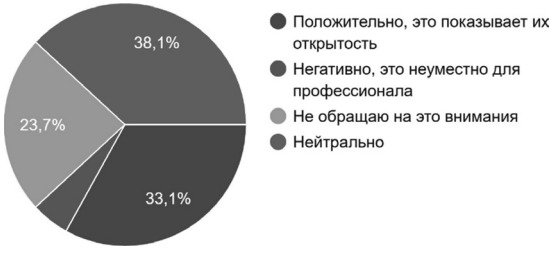

Рис. 8

Ответы на вопрос: «Должен ли консультант брать на себя ответственность за клиента», практически повторяются.

Обратимся к *рис. 9*. Части испытуемым важен этот пункт (какой пункт?), но другой половине это непринципиально.

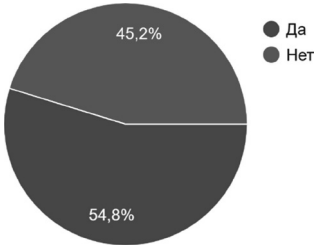

Рис 9

Должно ли в процессе консультирования присутствовать «правило анонимности»? Да, именно так ответило 65% испытуемых. Обратимся к *рис. 10*. В процессе консультирования очень важно соблюдать правило анонимности, так как именно это позволяет людям чувствовать себя комфортно и открыто выражать свои мысли и чувства. Когда люди знают, что их личная информация не будет раскрыта, они более склонны доверять и открываться перед консультантом. Это позволяет создать доверительную атмосферу и помогает в решении проблем и поиске решений. Кроме того, правило анонимности также защищает конфиденциальность и приватность клиента, что является важным аспектом в процессе консультирования. Поэтому, ответ 65% испытуемых подтверждает, что правило анонимности необходимо соблюдать в процессе консультирования.

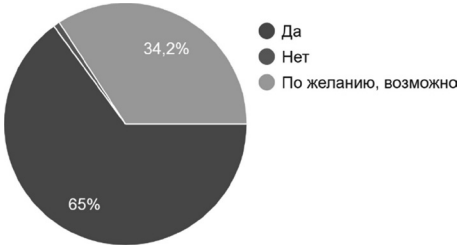

Рис. 10

При необходимости или желании посетить психолога, большинство испытуемых хотели бы получить личную психологическую консультацию. Личная консультация, по их мнению,

позволяет более глубоко и детально изучить проблему, а также разработать индивидуальный план действий для ее решения.

Обратимся к *рис. 11*.

Рис. 11

Последний вопрос касался возраста психолога, который кажется потенциальным клиентам, наиболее подходящим для эффективной работы с ними.

Обратимся к *рис. 12*.

55,6% испытуемых считают, что возраст не имеет большого значения, а важен опыт и профессиональные навыки, 34,2% все же ориентируются на средний возраст психолога (30–50 лет). Возможно, это связано с тем, что в этом возрастном диапазоне психологи уже имеют достаточный опыт и знания, но еще не достигли пенсионного возраста, что может быть важным для клиентов [6]. Однако, в конечном итоге, важнее всего не возраст, а профессиональные качества и способность понимать и помогать людям в их проблемах.

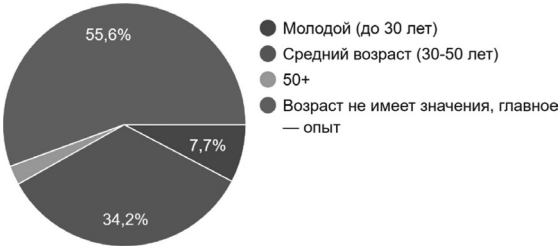

Рис. 12

Исходя из проведенного опроса, можно с уверенностью сказать, что имидж современного психолога является весьма положительным. Люди видят в нем не только специалиста, но и человека, который готов помочь разобраться в сложных жизненных ситуациях и понять себя. Важным аспектом работы психолога является соблюдение анонимности, что позволяет клиентам чувствовать себя комфортно и доверять специалисту. Кроме того, психолог должен обладать навыками слушать и быть тактичным, а также быть коммуникабельным, чтобы установить доверительные отношения с клиентом. Все эти качества в совокупности создают положительный образ современного психолога, который готов помочь людям в их личностном росте и развитии.

Список литературы

1. *Белобрыкина О.А.* Специфика самопрезентации практикующих психологов в социальных сетях // Международный журнал экономики и образования. — 2021. — Т. 7. — № 1. — С. 5–26.
2. *Верняева Т.А.* Профессионально-личностный портрет психолога: дис. … канд. психол. наук: 19.00.03. — СПб., 1997. — 200 с.
3. *Донская Л.Ю.* Имидж психолога как сложный многофакторный феномен // Актуальные вопросы современной науки. — 2014. — № 35. — С. 67–80.
4. *Крысько В.Г.* Социальная психология — М.: Омега-Л, 2010.
5. *Кузина В.М.* Имидж психолога как фактор эффективности его взаимодействия с субъектами образовательного учреждения // Вестник Кемеровского государственного университета. — 2008. — № 3(35). — С. 37–39.
6. *Перелыгина Е.Б.* Психология имиджа. — М.: Аспект Пресс, 2002. — 221 с.
7. *Шепель В.М.* Имиджелогия. Как нравиться людям. — М.: Народное образование, 2012.

УДК 316.75

ЦЕННОСТНЫЕ ПРИОРИТЕТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ В КОНТЕКСТЕ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ АУДИТОРИИ)

Грицай Л.А.,
доктор педагогических наук,
доцент кафедры теории и истории педагогики,
Ярославский государственный педагогический университет
имени К.Д. Ушинского, Ярославль
usan82@gmail.com

VALUE PRIORITIES OF RUSSIAN YOUTH IN THE CONTEXT OF PATRIOTIC EDUCATION (SOCIOLOGICAL RESEARCH OF STUDENT AUDIENCES)

Gritsay L.A.,
Doctor of Pedagogical Sciences,
Associate Professor of the Department of Theory and History of Pedagogy,
K.D. Ushinsky Yaroslavl State Pedagogical University,
Yaroslavl
usan82@gmail.com

Аннотация. В условиях динамичных социокультурных трансформаций современного российского общества особую значимость приобретает исследование ценностных приоритетов молодежи, в частности анализа патриотических установок как ключевого элемента гражданской идентичности и фактора национальной консолидации, поэтому целью настоящего исследования является выявление особенностей восприятия патриотизма студенческой молодежью, а также определение факторов, влияющих на степень его интериоризации в структуре личностных ценностей. Эмпирическую основу работы составил анкетный опрос 150 студентов из пятнадцати регионов России, проведенный в течение 2023–2024 учебного года, полученные результаты демонстрируют, что при общем позитивном отношении к патриотизму (72%) его восприятие нередко остается декларативным и не трансформируется в реальные формы гражданской активности, более тре-

ти респондентов (35%) допускают возможность переезда за рубеж при благоприятных условиях, что свидетельствует о преобладании индивидуалистических и гедонистических ориентаций над коллективистскими, основным источником формирования патриотических установок выступает семья (54%), тогда как образовательные институты оказывают слабое воздействие (19%), что указывает на необходимость совершенствования системы патриотического воспитания. Сделан вывод о том, что для формирования осознанного и деятельного патриотизма требуется комплексный подход, включающий образовательные, культурные и социальные компоненты, ориентированные на развитие эмоциональной сопричастности, гражданской ответственности и готовности к служению Отечеству.

Ключевые слова: патриотизм, молодежь, ценностные ориентации, гражданская идентичность, национальное самосознание, патриотическое воспитание, социологический опрос.

Abstract. In the context of dynamic sociocultural transformations of modern Russian society, the study of youth value priorities, particularly the analysis of patriotic attitudes as a key element of civic identity and a factor of national consolidation, acquires special relevance. The purpose of this research is to identify the features of students' perception of patriotism and to determine the factors influencing its internalization within the structure of personal values. The empirical basis of the study consisted of a questionnaire survey of 150 university students from fifteen regions of Russia, conducted during the 2023–2024 academic year. The results indicate that despite a generally positive attitude toward patriotism (72%), its perception often remains declarative and rarely translates into concrete forms of civic engagement. More than one-third of respondents (35%) would consider moving abroad under favorable conditions, reflecting the predominance of individualistic and hedonistic orientations over collectivist ones. The family was identified as the primary source of patriotic education (54%), while educational institutions exerted a relatively weak influence (19%), underscoring the need to improve patriotic education systems. It is concluded that the development of conscious and active patriotism requires a comprehensive approach that integrates educational, cultural, and social components aimed at fostering emotional involvement, civic responsibility, and commitment to serving the nation.

Key words: patriotism, youth, value orientations, civic identity, national consciousness, patriotic education, sociological survey.

Современная социокультурная ситуация в России характеризуется глубокими изменениями в системе общественных ценностей, что неизбежно отражается на мировоззренческих ори-

ентирах молодежи, находящейся в процессе становления как граждан и будущих профессионалов, в этой связи особую актуальность приобретает обращение к проблематике патриотизма и его интерпретации в сознании студентов, поскольку именно данная социальная группа выступает индикатором направлений общественных трансформаций.

Актуальность настоящего исследования обусловлена тем, что патриотизм, понимаемый как высшая форма гражданской ответственности и готовности к служению Отечеству, в условиях современной социокультурной ситуации подвергается существенной трансформации, что выражается в разрыве между декларативным признанием его значимости и реальным влиянием на жизненные стратегии молодежи: данное обстоятельство обуславливает цель исследования, заключающуюся в выявлении особенностей восприятия патриотических ценностей современной студенческой молодежью, а также в определении факторов, которые способствуют либо препятствуют их интериоризации.

Для достижения поставленной цели использовались методы анкетного опроса студентов российских вузов, а также контент-анализ ответов, направленный на выявление латентных смыслов, связанных с самоидентификацией и пониманием гражданского долга, методологическую основу исследования составили идеи аксиологического подхода, концепция социального конструирования идентичности, а также положения отечественной социологической традиции, рассматривающей патриотизм как системообразующую ценность национального самосознания.

Опираясь на традиции отечественной научной мысли и фиксируя драматичную траекторию ценностных трансформаций конца XX — начала XXI вв., отметим, что в советский период патриотическому воспитанию уделялось институционально гарантированное внимание, обеспечивавшее воспроизводство норм коллективной ответственности и служения, в постсоветской России, напротив, вследствие резкой смены ценностных и экономико-политических ориентиров, сопровождавшейся утратой общественной легитимности идеала служения Отечеству, обозначилась пауза в воспроизводстве соответствующих практик и смыслов, что привело к переориентации значительной части молодежи на гедо-

нистические и прагматические установки, где приоритетом становятся индивидуальный успех, мобильность и самореализация, не сопряженные с идеей гражданского долга [1, с. 74].

Как известно, устойчивость социальной системы во многом определяется степенью интериоризации патриотических ценностей молодым поколением, поскольку именно они обеспечивают морально-нормативное единство нации, поэтому государству жизненно важно целенаправленно формировать у подрастающих поколений патриотические ценности, которые выступают не только «высокими» добродетелями, но и источниками жизнедеятельности нации, механизмом поддержания национального достоинства и фактором безопасности общества [3].

Синтез современных аксиологических и социокультурных подходов позволяет утверждать, что наблюдаемый сдвиг в молодежной среде к гедонистическо-прагматическому комплексу предпочтений является результатом прерванной традиции патриотического воспитания и воздействия глобальных мотивационных матриц, так, молодой человек, ориентируясь на универсальные маркеры успеха и мобильности, нередко легитимирует сценарии самореализации вне своей страны, трактуя мир как открытую площадку для профессионального роста, при этом воспринимая государственный долг как что-то неважное, декларируемое извне и не приносящее реальной пользы.

Особое значение в этом контексте приобретают медийные и сетевые ресурсы, где формируются образы дистанции от государства и циничного отношения к «большим» коллективным целям: деятельность некоторых интернет-сообществ, пропагандирующих отрицание национальных символов и ироничное отношение к отечественным традициям, может рассматриваться как индикатор кризиса патриотического самосознания [2, с. 297–302], что, в свою очередь, подчеркивает необходимость обновления системы патриотического воспитания, ориентированной на медиаграмотность, критическое восприятие информации и выстраивание позитивных идентификационных сюжетов в цифровом пространстве.

В результате можно констатировать, что современная молодежь России демонстрирует амбивалентную ценностную струк-

туру, в которой патриотизм сохраняет символическую значимость, однако его практическая реализация часто уступает место индивидуалистическим и прагматическим ориентациям.

Эмпирический анализ опросов студентов позволил выявить степень осознанности патриотических установок, а также определить, насколько они интегрированы в жизненные стратегии и представления о гражданской ответственности. Следует отметить что в условиях трансформации ценностных ориентиров российской молодежи особую значимость приобретает исследование патриотических установок как важнейшего элемента государственной идентичности и национальной безопасности, поэтому цель проведенного исследования заключалась в выявлении особенностей восприятия ценности служения Отечеству и ответственности за его судьбу в студенческой среде, а также в определении возможных путей совершенствования системы патриотического воспитания.

Методологическую основу работы составил анкетный опрос студентов вузов из пятнадцати регионов Российской Федерации, проведенный в течение 2023–2024 учебного года. В опросе приняли участие 150 студентов различных направлений подготовки, анкета включала десять вопросов, направленных на изучение отношения к патриотизму, символическим формам его проявления, источникам формирования патриотических чувств и готовности к гражданской активности.

Подробно проанализируем результаты этого опроса.

1. Характеристика выборки

Таблица 1 отражает распределение респондентов по ключевым социально-демографическим признакам.

Таблица 1

Социально-демографический состав участников исследования

Показатель	Категория	Кол-во человек	Доля, в %
Пол	Мужчины	68	45,3
	Женщины	82	54,7

Показатель	Категория	Кол-во человек	Доля, в %
Возраст	17–19 лет	56	37,3
	20–22 года	74	49,3
	23 и старше	20	13,4

2. Общие тенденции восприятия патриотизма

Результаты анализа показывают, что 72% респондентов выражают положительное отношение к патриотическим ценностям, признавая их важность для стабильного развития государства, однако при этом 68% студентов отмечают, что патриотизм воспринимается ими как абстрактное понятие, не оказывающее реального влияния на их личные жизненные решения.

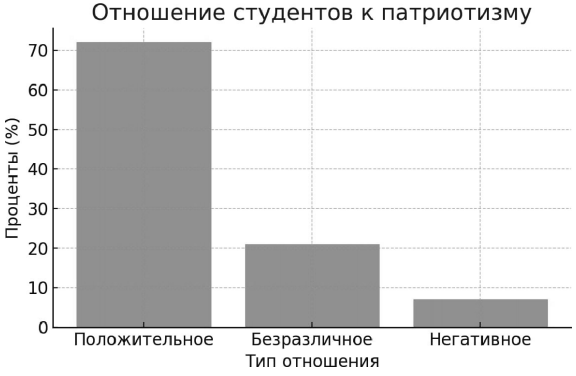

Рис. 1. Отношение студентов к патриотизму, в %

Такое соотношение позволяет говорить о феномене декларативного патриотизма, когда позитивная оценка ценности не сопровождается конкретными формами гражданской активности.

3. Представления о Родине и гражданской ответственности

32% опрошенных рассматривают понятие «Родина» как условное и подвижное, способное изменяться в зависимости от обстоятельств, а 35% респондентов допускают возможность пе-

реезда за рубеж при более благоприятных условиях: этот факт отражает распространенность индивидуалистических установок, ориентированных на личный успех и самореализацию, нередко независимо от национальной принадлежности.

Таблица 2

Готовность к эмиграции при благоприятных условиях

Ответ	Кол-во человек	Доля, в %
Да, готов(а)	53	35,3
Затрудняюсь ответить	40	26,7
Нет, не готов(а)	57	38,0

Данные свидетельствуют о том, что примерно треть студенческой молодежи не связывает собственные жизненные планы с Отечеством, что указывает на доминирование установок личной автономии и мобильности.

4. Факторы формирования патриотических установок

На вопрос о том, какие источники оказали наибольшее влияние на формирование патриотических чувств, большинство респондентов указали семью (54%), далее следуют культурные практики (42%) и образовательные учреждения (19%).

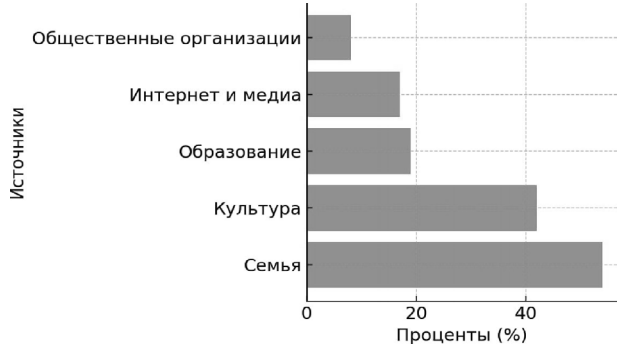

Рис. 2. Источники формирования патриотических установок, в %

Такое распределение подчеркивает низкую эффективность формальных институтов патриотического воспитания и необходимость их реформирования.

5. Отношение к символическим формам патриотизма

64% студентов признали важность государственных ритуалов (поднятие флага, исполнение гимна, празднование государственных дат), однако большинство подчеркнули их формальный характер, не вызывающий глубоких эмоциональных переживаний.

Таблица 3

Восприятие символических форм патриотизма

Характер восприятия	Кол-во человек	Доля, в %
Глубокое, эмоциональное	36	24,0
Формальное, ритуальное	96	64,0
Безразличное	18	12,0

Данные таблицы подтверждают тенденцию символизации патриотизма, что выражается в преобладании формальных знаков над содержательным чувством принадлежности и сопричастности.

6. Интерпретация полученных результатов

Анализ полученных данных позволяет заключить, что в студенческой среде сохраняется положительное отношение к патриотизму как ценности, однако его практическая реализация ограничена рамками декларативных установок, при этом доминирование индивидуалистических ориентаций при одновременном признании важности патриотизма отражает двойственность общественного сознания, характерную для переходных периодов социальной модернизации.

Формирование патриотических установок в наибольшей степени определяется семейным воспитанием и культурным окру-

жением, в то время как образовательные институты, традиционно ответственные за развитие гражданской идентичности, демонстрируют слабую эффективность, что указывает на необходимость пересмотра содержания образовательных программ, направленных на развитие гражданских компетенций, медиаграмотности и осознанного отношения к историческому наследию страны.

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы.

1. Патриотизм сохраняет символическую ценность для большинства молодежи (72%), однако его восприятие часто носит декларативный характер.
2. Около трети студентов (35%) готовы покинуть страну при наличии благоприятных условий, что демонстрирует приоритет индивидуалистических стратегий.
3. Основным источником формирования патриотизма остается семья (54%), при слабом воздействии системы образования (19%).
4. Символические формы патриотизма воспринимаются преимущественно формально, что свидетельствует о необходимости наполнения их содержанием, связанного с личным опытом и гражданской ответственностью.
5. Для повышения эффективности патриотического воспитания требуется комплексный подход, включающий образовательные, культурные и социальные компоненты: интеграцию патриотических ценностей в учебные курсы, использование героических примеров отечественной истории, поддержку волонтерской и проектной активности, а также развитие позитивных идентификационных практик в медиасреде.

На основании проведенного анализа можно утверждать, что современная российская молодежь демонстрирует противоречивое восприятие патриотизма: с одной стороны, патриотизм сохраняет символическую и эмоциональную значимость, воспринимаясь как важнейшая общественная ценность, однако с другой стороны, он редко находит отражение в реальных жизненных стратегиях и гражданских практиках студентов: подобная дисгармония между декларативным и деятельным уровня-

ми патриотического сознания свидетельствует о необходимости системного переосмысления существующих подходов к воспитанию гражданской идентичности.

Особое внимание в этом контексте должно уделяться образовательным институтам, которые способны стать ключевыми посредниками между государством и молодежью в процессе формирования ценностей служения обществу, поэтому рекомендуется интегрировать в учебные курсы элементы героико-исторического и культурного наследия России, развивать проектные и волонтерские формы деятельности, формирующие личностное переживание сопричастности к судьбе страны: не менее важным представляется использование современных медийных инструментов, ориентированных на позитивное конструирование образа гражданской ответственности и общественного служения.

Таким образом, только при условии комплексного воздействия, сочетающего образовательные, культурные и социальные механизмы, возможно формирование осознанного и деятельного патриотизма, основанного не на формальных декларациях, а на глубинном чувстве сопричастности к судьбе Родины и готовности к активному участию в ее развитии.

Список литературы

1. *Багдасарян В.Э., Сильвестр* (*Лукашенко*), архимандрит. Традиционные ценности: стратегия цивилизационного возрождения / науч. ред. Ю.Ю. Иерусалимский. — Ярославль, 2022. — 248 с.
2. *Грицай Л.А.* Феномен «ненависти к Родине» в современных медиа текстах как показатель необходимости усиления патриотического воспитания российской молодежи // Патриотизм: история, современность, образ будущего: Международная научно-практическая конференция, посвященная 70-летию Победы в Великой Отечественной войне: Сборник научных трудов: в 2 частях, Ульяновск, 14–16 апреля 2015 года / под ред. Т.В. Петуховой. — Ульяновск: Ульяновский государственный технический университет, 2015. — Т. 1. — С. 297–302.
3. *Калмыков В.В.* Служение Отечеству и патриотизм в системе ценностей допризывной молодежи современной России: автореф. дис. ... канд. философ. наук. — Краснодар, 2009. — 33 с.

УДК 159.9

ДЕЗОРГАНИЗАЦИЯ СОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ В СФЕРЕ ПРАВООТНОШЕНИЙ

Дюров М.В.,
студент,
Московский государственный юридический университет
имени О.Е. Кутафина (МГЮА), Москва
s2002016@msal.edu.ru
Сударик А.Н.,
кандидат психологических наук, старший научный сотрудник,
доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
asudarik@list.ru

DISORGANIZATION OF CONSCIOUSNESS IN THE SPHERE OF LEGAL RELATIONS

Diurov M.V.,
Student,
O.E. Kutafin Moscow State Law University (MSAL), Moscow
s2002016@msal.edu.ru
Sudarik A.N.,
PhD in Psychological Sciences, Senior Researcher,
Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
asudarik@list.ru

Аннотация. В статье исследуются психологические механизмы дезорганизации сознания у правонарушителей, потерпевших и свидетелей в условиях уголовного судопроизводства. Основное внимание уделяется влиянию аффекта, стресса, паники и эмоционального срыва на когнитивные функции, восприятие, память и внимание участников процесса. Рассматриваются различные формы расстройства сознания, включая количественные нарушения (обнубиляция, оглушение, сомноленция, сопор, кома) и качественные (делирий, онейроид, сумеречное помрачение, аменция), возникающие как в клинических, так и ситуативных условиях. Обсуждается влияние эмоционального перенапряжения на поведение правонарушителей, в том числе на утрату контроля, импульсивные действия и стереотип-

ные моторные реакции. В статье анализируются юридические аспекты, такие как оценка вменяемости, достоверности показаний и значение психолого-психиатрической экспертизы в ходе расследования. Особое внимание уделяется влиянию постсобытийной информации, внушения и наводящих вопросов на воспоминания и поведение участников процесса. Представлены современные исследования отечественных и зарубежных психологов и психиатров, а также примеры практических рекомендаций для следственных действий, направленных на минимизацию искажения показаний и повышение объективности судебного разбирательства. Работа подчеркивает необходимость интеграции психологических знаний в процессуальные методики для более точной оценки психического состояния участников уголовного судопроизводства и снижения ошибок при квалификации деяний и оценке свидетельских показаний.

Ключевые слова: дезорганизация сознания, правонарушитель, потерпевший, свидетель, аффект, стресс, невменяемость, когнитивные функции, судебно-психологическая экспертиза.

Abstract. This article examines the psychological mechanisms underlying the disorganization of consciousness in offenders, victims, and witnesses within the context of criminal proceedings. The study focuses on the effects of affect, stress, panic, and emotional breakdowns on participants' cognitive functions, perception, memory, and attention. Various forms of consciousness disturbances are analyzed, including quantitative impairments (obnubilation, stupor, somnolence, sopor, coma) and qualitative disorders (delirium, oneiroid, twilight states, amnesia), which can occur in both clinical and situational conditions. The influence of emotional overload on offenders' behavior is discussed, including loss of control, impulsive actions, and stereotypical motor reactions. Legal aspects are also considered, such as the assessment of sanity, the reliability of testimony, and the role of forensic psychological and psychiatric expertise during investigations. Special attention is given to the impact of post-event information, suggestion, and leading questions on participants' memory and behavior. The article presents contemporary research by domestic and international psychologists and psychiatrists, as well as practical recommendations for investigative procedures aimed at minimizing distortions in testimony and enhancing the objectivity of judicial decisions. The study emphasizes the necessity of integrating psychological knowledge into procedural methods to more accurately assess the mental state of participants in criminal proceedings and to reduce errors in qualifying actions and evaluating witness statements.

Key words: disorganization of consciousness, offender, victim, witness, affect, stress, insanity, cognitive functions, forensic psychological expertise.

Под дезорганизацией сознания понимается состояние спутанности и диссоциации, при котором нарушаются целостность, последовательность и координация таких процессов психики, как восприятие, мышление, память, внимание и ориентация; распад единства субъективного опыта, самоощущения [1; 2].

Дезорганизация сознания является значимым фактором, оказывающим воздействие на поведенческие особенности участников уголовного процесса. Психические состояния, возникающие у правонарушителей, потерпевших и свидетелей способны значительно искажать восприятие, запоминание и деятельность человека [2; 11; 12]. Для правовой науки и уголовного судопроизводства понимание этих процессов имеет принципиальное значение, поскольку позволяет объективно оценивать вменяемость, достоверность показаний и степень воздействия стрессовых факторов на поведение участников [2; 8].

В психиатрии различают количественные нарушения сознания: обнубиляция, оглушение, сомноленция, сопор, кома, и качественные: делирий, онейроид, сумеречное помрачение, аменция [3]. Эти состояния возникают и в клинических, и в ситуативных условиях. Для участников уголовного процесса это условия стресса, угрозы жизни или здоровья [2; 4; 11].

Правонарушители часто совершают преступные действия, когда эмоциональное напряжение настолько велико, что сознание частично «расстраивается» [2; 7]. Наиболее распространенным механизмом, вызывающим дезорганизацию сознания, является аффект, характеризующийся помрачением рассудка и утратой способности отдавать отчет своим действиям и руководить ими [2; 11]. В таком состоянии внимание концентрируется на объекте агрессии, проявляются импульсивность и стереотипные моторные реакции [2; 11].

Состояние аффекта значимо для уголовного права: в соответствии со статьей 107 и 113 УК РФ деяние, совершенное при внезапно возникшем сильном душевном волнении, может квалифицироваться с учетом временного снижения способности осознавать фактический характер и общественную опасность своих действий. Статья 21 УК РФ предусматривает, что лица, полностью неспособные осознавать последствия своих действий

вследствие психического расстройства, признаются невменяемыми, что требует обязательного проведения психолого-психиатрической экспертизы [2; 8].

Паника или эмоциональный срыв снижает когнитивные функции, память и способность к адекватной оценке ситуации [2; 11; 12]. Выявить эти состояния, определить их длительность и влияние на поведение позволяет судебно-психологическая экспертиза [2; 8].

Механизмы дезорганизации у правонарушителей проявляются по-разному. Так, психотравма и шок выступают как внезапные стрессовые воздействия, фрагментирующие восприятие и память, приводят к сужению и фокусировке внимания на объекте преступления [11; 12]. Аффективные состояния характеризуются эмоциональным перевозбуждением, утратой контроля над действиями, примитивизацией поведения и частичной амнезией произошедшего [2; 11]. Стресс и перегрузка внимания вызывают затруднения в процессах кодирования и извлечения информации мозгом, что негативно сказывается на способности нормально оценивать происходящую ситуацию [4; 11]. Диссоциативные реакции и механизмы психологической защиты приводят к временному «отключению» отдельных компонентов сознания, снижая интенсивность переживаемой эмоциональной боли, но создавая пробелы в восприятии и памяти [2; 3; 11]. Существенное значение также имеет влияние пост-событийной информации, а именно внушение, наводящие вопросы, а также сведения, которые получены из СМИ или других участников процесса [2, 12]. Все это способно искажать первичные воспоминания [12].

Потерпевшие, находясь под воздействием сильного стресса и страха, испытывают спутанность сознания, растерянность, дезориентацию, шок, ступор, панику, что в конечном итоге приводит к эмоциональному срыву [2; 11; 12]. Эти состояния значительно искажают восприятие действительности и память, влияя на достоверность показаний [2; 12]. Следственная практика демонстрирует, что потерпевшие в состоянии шока вследствие фрагментарности воспоминаний нередко дают неточные показания, что может быть ошибочно интерпретировано следователем или

дознавателем как недостоверность или уклонение от правды [2; 8; 12]. Дезорганизация сознания может проявляться в блокировке воспоминаний о событиях, внезапных эмоциональных всплесках, усилении тревожности [2; 3]. При уголовном судопроизводстве важно учитывать эти особенности при допросе потерпевших. Сотрудникам следственных органов следует применять специальные методики, направленные на снижение стрессовой нагрузки, для получения более точных показаний и минимизации искажения памяти, что применимо и к другим участникам уголовного процесса [2; 12].

Свидетели в стрессовых ситуациях демонстрируют схожие феномены: фрагментарность воспоминаний, искажение деталей, внушаемость и колебания уверенности [2; 12]. При проведении следственных мероприятий необходимо создавать спокойную обстановку, использовать когнитивное интервью, фиксировать первичные показания, избегать наводящих вопросов во избежание эффекта ложных воспоминаний, повышения внушаемости и искажения хронологии событий [2; 12].

Таким образом, в различных ситуация юридической деятельности причиной возникновения дезорганизации сознания участников правоотношений являются сильно переживаемые эмоции и возникшие на их фоне эмоциональные реакции и состояния. Для преодоления негативных эмоциональных реакций и состояний применяют разнообразные методики саморегуляции, направленные на снижение эмоционального напряжения и концентрации внимания на выполняемой деятельности [6]. Использование таких методик в целях восстановления организованного сознания участников правоотношений вполне осуществимая задача, требующая от юристов необходимых знаний и умений.

Работа юриста с лицами, находящимися в психических состояниях, дезорганизующих на определенный период времени их сознание, требует от него высокой толерантности и понимания происходящих изменений, терпеливого и постепенного процессуального взаимодействия. При этом, как установлено в проведенном исследовании [9], показатели высокой толерантности сочетаются с низкими значениями негативных коммуникативных установок, например у сотрудников полиции. Такая закономер-

ность указывает на необходимость адаптивного изменения и развития коммуникативной сферы юристов с целью снижения уровня выраженности этих установок и создания внутренних условий для рационального взаимодействия с участниками правоотношений.

Список литературы

1. *Бехтерев В.М.* Объективная психология. — М.: Наука, 1991. — С. 210–245.
2. *Еникеев М.И.* Юридическая психология: учебник. — Санкт-Петербург: Питер, 2004. — С. 45–72, 150–178.
3. *Жмуров В.А.* Психопатология. — Омск: ОмГА, 2017. — С. 78–112, 200–225.
4. *Лурия А.Р.* Лекции по общей психологии. — СПб.: Питер, 2006. — С. 34–60, 102–130.
5. *Лурия А.Р.* Экспериментальная психология в судебно-следственном деле // Советское право. — 1927. — № 2 (26). — С. 84–100.
6. Развитие профессионального стиля саморегуляции у сотрудников органов внутренних дел: учебное пособие / Б.Ю. Дерешко, В.Л. Кубышко, А.Ю. Федотов [и др.]. — М.: Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя, 2022. — 345 с. — ISBN 978-5-9694-1157-9. — EDN WUNOXX.
7. *Ратинов А.Р., Ефремова Г.Х.* Личность преступника // Энциклопедия юридической психологии / под ред. А.М. Столяренко. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. — С. 113–114.
8. *Ратинов А.Р.* Судебная психология // Человек и закон. — 1972. — № 6. — С. 26–34.
9. *Федотов С.Н.* Исследование толерантности как профессионального качества сотрудника полиции / С.Н. Федотов, Ю.В. Дзендзель, А.Н. Сударик // Международный журнал психологии и педагогики в служебной деятельности. — 2017. — № 3. — С. 22–25. — EDN ZIOVKL.
10. *Фрейд З.* Психология бессознательного. — СПб.: Азбука, 2017. — С. 23–50, 112–135.
11. *Craig R., Ferguson L.* Stress and Memory in Legal Contexts / R. Craig, L. Ferguson. — London: Academic Press, 2022.
12. *Smith P., Jones A.* Witness Testimony and Cognitive Bias / P. Smith, A. Jones. — New York: Springer, 2021.

УДК 159.9

ВЫБОР СЕКСУАЛЬНОГО ПАРТНЁРА

Захарова Е.А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
@uecyc38@icloud.com
Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru

CHOOSING A SEXUAL PARTNER

Zakharova E.A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
@uecyc38@icloud.com
Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru

Аннотация. В статье описывается, что такое абьюзивные отношения. Правда ли, что женщина выбирает партнера, похожего на своего отца, и с чем это связано. Изучив разные материалы и исследования, я написала о том, как себя ведут «жертвы» абьбза и сами абьюзеры. Почему женщина не уходит из отношений, где ей плохо, что её держит там. Описывается, как развиваются такие отношения, чем они цепляют. Также провела интервью с девушкой, которая рассказала о своём опыте абьюзивных отношений, что она чувствовала, почему не могла уйти и ушла ли вообще. У нее очень интересный случай, который даёт возможность задуматься. У нее два абсолютно разных примера, в которых она описывает своё состояние, и, естественно, чувствуется разница. Исходя из опыта в отношениях, где присутствовал абьюз, я заметила закономерность. Взаимосвязь между агрессией и страстью. В статье даны определения данным терминам, рассказано как они взаимосвязаны. Какой гормон влияет на данные чувства. Информация в данной статье имеет большое значение для женщин, которые вступили в подобные

отношения. Она даёт возможность узнать об опыте других женщин, посмотреть на эти отношения со стороны и сделать свои выводы.

Ключевые слова: абьюз, модель семьи, мужчина, отец, отношения, жертва, агрессия, страсть, выбор.

Abstract. The article describes what abusive relationships are. Is it true that a woman chooses a partner who looks like her father, and what is the reason for this? After studying various materials and research, I wrote about how the «victims» of abuse and the abusers themselves behave. Why does a woman not leave a relationship where she feels bad, what keeps her there? It describes how such relationships develop, how they cling. I also conducted an interview with a girl who talked about her experience of abusive relationships, what she felt, why she couldn't leave and whether she left at all. She has a very interesting case that gives her an opportunity to think. She has two completely different examples in which she describes her condition, and, of course, there is a difference. Based on my experience in relationships where abuse was present, I noticed a pattern. The relationship between aggressive and passion. The article defines these terms and describes how they are interrelated. Which hormone affects these feelings. The information in this article is of great importance for women who have entered into such a relationship. It gives you the opportunity to learn about the experiences of other women, look at these relationships from the outside and draw your own conclusions.

Key words: abuse, family model, man, father, relationship, victim, aggression, passion, choice.

Правда ли, что женщина выбирает себе мужчину, похожего на своего отца? Да, в большинстве случаев это действительно так. Бывает даже такое, что они сами этого не замечают, и удивляются, думая «неужели на мой выбор повлияло подсознание и я нашла в своём молодом человеке прототип своего папы». Девушка выбирает себе такого же мужчину, которого она видела первым и главным в своей жизни [11].

Все мы знаем, что дети- настоящие «губки», которые впитывают абсолютно всё, что видят и слышат. В том числе, глядя на своих родителей, у них выстраивается модель поведения в семье [11]. Если быть точнее, то какой должна быть мама и каким должен быть папа. Как пишет М.В. Галимзянова на развитие и формирование личности влияют многие факторы, но самый главный это- родители [3]. Чаще всего происходит так, что ребе-

нок ПЕРЕНОСИТ модель поведения семьи в которой он рос, в семью, которую он создает сам [1; 2]. Зарубежные исследователи Э. Арутюнянц, Э.А. Личко, М. Мид, В.С. Мухина, Э.Т. Соколова, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер отмечают то, что семья это как фундамент социального и психологического развития ребенка.

Все мы знаем, что семьи разные, люди разные. Поэтому модель поведения может быть как агрессивной, так и благожелательной. Чаще всего, это становится более губительным для женского пола. Если отец показывал плохой пример, недостойно поступал, был агрессором, поднимал руку, а мать была несчастной и слабой женщиной, то скорее всего, дочь, в дальнейшем, выберет себе такого мужчину, и как, я уже писала, «перенесёт» модель семьи в свою [6; 1]. И этот процесс происходит на подсознательном уровне. У девушки остаются нерешённые вопросы со своим отцом, которые будут преследовать её всю жизнь. Для анализа субъективных переживаний детства и особенностей отраженного родительского отношения применялись методика «Ранние детские воспоминания», анализ нарративов испытуемых, методика диагностики родительского отношения А.Я. Варга и В.В. Столина [2].

Ей будет хотеться решить их, пережить эти ситуации снова. Но перед ней уже будет не отец, а её мужчина. К сожалению, ей это никак не помешает и для нее, «абьюзивные отношения» будут нормой. Н.В. Адренков, И.С. Кон, М.С. Мацковский, А.Г. Харчев описывают в своих работах философско-социологический аспект проблемы семьи и ее влияние на личность ребенка.

Абьюзивные отношения — это отношения, в которых один из людей (абьюзер) разными манипуляциями, шантажом, психологическими манёврами, рукоприкладством и угрозами пытается «задавить» свою жертву. В таком типе отношений жертва и агрессор не меняются местами, жертва по ряду причин не может выйти из этих отношений [4]. Из всего выше сказанного, вытекает следующий вопрос, почему девушка не может выйти из абьюзивных отношений? Ведь он ей делает плохо, он губит её. Что же её держит? Скорее всего, девушка ответит: ««Я надеялась, что всё изменится», «Я боялась последствий».

Расхожее мнение: «она в любой момент могла от него уйти» обычно не имеет ничего общего с реальностью. Из абьюзивных отношений уходить трудно, страшно, а порой вообще невозможно.

А. Гилада выделил признаки абьюзинга, такие как: неуважение, контроль, чрезмерная ревность, эгоистичность, угрозы во время конфликта, оскорбления и изолирование своего партнёра от других [4]. «Абьюзеры» сами по себе, очень извилистые. С самого начала они будут показывать себя прекрасными, светлыми, благородными людьми. Будут красивая ухаживания, романтика, нежность. А далее, женская привязанность. Абьюзер сразу замечает, как жертва попала в его путаницу. После этого и начинаются звоночки. По началу они кажутся не значительными и девушка, зная, какой он замечательный, думает «Ну ничего страшного, у нас такой период! Он же хороший». Когда поведение мужчины становится всё хуже, девушка не особо замечает это. Она привыкает к абьюзу, находит на каждый его проступок оправдание. Жертва привыкает к такой жизни. Этот мужчина с самого начала показал, каким хорошим он может быть. У девушки это отложилось. Мозг человека выстроен так, что человек сквозь 99 плохих поступков, будет сидеть и радоваться 1 хорошему поступку. Б. и Дж. Уайнхолды считают, что приобретённое дисфункциональное поведение возникает вследствие незавершенности решения одной или более задач развития личности в детстве [5].

Также, жертва испытывает эмоциональные качели. Абьюзер источник очень сильных эмоций. Девушка впадает в психологическую зависимость от эмоциональных поощрений, от одобрения. А утрата этих отношений для жертвы — трагедия, катастрофа, потеря. Ведь девушку лишают тех эмоций, которые ей давали на протяжении некоторого времени [7].

Давайте узнаем у человека N, что он чувствовал по отношению к своему молодому человеку абьюзеру?

Человек N — это человек, с которым я проведу свою беседу на данную тему. Мне известно, что это девушка и у нее проблемы с биологическим отцом, и есть отчим, с которым у нее всё хорошо. Итак, начнем.

Я: Привет! Расскажи о своем родном отце!

N: Привет! Он особо не участвовал в моей жизни. Сам по себе он агрессивный человек. Поведение у него детское и недостойное.

Я: Что ты чувствуешь к нему?

N: Сейчас я уже начала остывать, но продолжительное время я испытывала обиду и злость. Да, возможно это детские чувства, но они заложились очень глубоко в моей голове, поэтому отпустить тяжело. Есть нерешенные вопросы. Некоторые его поступки для меня не понятны, но у меня нет возможности задать ему эти вопросы. Я благодарна ему лишь за то, что он показал мне, каким мужчина НЕ ДОЛЖЕН быть.

Я: Ого! Это действительно печально... А что насчет твоего отчима? Какие у тебя с ним взаимоотношения и какие чувства ты питаешь к нему?

N: Мне бы хотелось уточнить, что я его не называю по имени, и слово «отчим» для меня чуждо. Я называю его своим папой. Он со мной с 4 лет. Папа не тот, чья кровь в тебе течет, а тот, кто тебя воспитал. Так вот он дал мне свою любовь, внимание, заботу и самое главное, воспитание. Мой папа для меня идеал мужчины. Он спокойный, умный, рассудительный и мудрый. Также, мне нравится его чистоплотность, аккуратность и опрятность. Но самое главное в нем, это ответственность и правильный подход к воспитанию детей. Для женщины крайне важно, чтобы мужчина любил и умел найти подход к детям. Естественно, всегда было желание найти похожего на него мужчину. Какой женщине не захочется быть с таким партнёром? Я его люблю и желаю нашей семье процветать дальше, расти и жить в благополучии.

Я: Вот это да! Какой контраст. Это очень здорово, что у тебя такие взаимоотношения с папой! Продолжайте в том же духе! Расскажи, у тебя есть опыт отношений с мужчинами? Нашла ли ты похожего на своего папу? А может ты натыкалась на мужчину, который похож на биологического отца?

N: Да, у меня есть опыт отношений с мужчинами. Я встречала и похожего на биологического отца, и на моего папу.

Я: Расскажи о своём опыте с мужчиной, который похож на твоего биологического отца. Что ты чувствовала к нему?

N: Серьёзных отношений с этим человеком не было. И к счастью. Скорее, это было близкое общение, которое вскоре закончилось. Удивительный факт, но он даже своей внешностью был похож на биологического отца. И я заметила это сразу. В ходе общения я начала понимать, что человек склонен к агрессии. Он считал это абсолютной нормой. Далее, он начал поступать по-детски. То есть, во время каких-либо ситуаций, он начинал избегать ответственности, уходить от вопросов, перекладывал все эти задачи на меня. Для него, решением проблемы была агрессия, грубые высказывания и, в конце концов, игнорирование. И всё это напрямую мне напоминало биологического отца. Меня это не радовало, но я надеялась изменить человека. Что я чувствовала к нему? По началу была страсть, не более. В ходе общения у меня начали появляться злость и обида на этого человека. Тёплые чувства к этому человеку я питала лишь в первые дни, когда он показывал себя с хорошей стороны. Я начала его приравнивать к биологическому отцу, и даже не контролировала это.

Я: Если всё было так печально, почему продолжала общение с этим человеком? Что держало тебя рядом с ним?

N: Честно говоря, на момент общения, я задавалась такими же вопросами. Я продолжала с ним общение из-за надежды на лучшее. Ведь с самого начала он продемонстрировал то, что он может быть добрым человеком, понимающим. Это меня и держало рядом с ним. Но, как говорится, «недолго музыка играла», и почти сразу он показал себя настоящего, взяв надо мной верх. Пытался сделать жертвой, но слава богу, мне удалось быстро всё обдумать и принять решение о прекращении этого общения.

Я: Да, печальный опыт. Но ничего, всё впереди! Расскажи о своих взаимоотношениях с мужчиной, который похож на твоего папу! Я так понимаю, что там всё хорошо.

N: Всё верно, тут действительно всё хорошо. Я встретила мужчину своей мечты, свой идеал! Наши отношения не приостанавливаются уже длительное время, и мы сделаем всё, чтобы не допустить этого. Мы строим великие планы на будущее! Мой мужчина действительно похож на моего папу. Сходства есть даже во внешности. Один типаж, общие черты лица. По ха-

рактеру такой же спокойный, умный, рассудительный, и самое главное- ответственный. Очень любит деток, прям глаза горят при виде них. Сам он у меня внимательный и заботливый. Свою агрессию на меня не вымещает, сдерживает её, выплёскивает потом в других местах. Если вдруг что-то не так, мы спокойно садимся и выясняем проблему, ищем компромисс. Относимся друг к другу с пониманием, любовью и уважением. Мои чувства к нему максимально тёплые. Надеюсь, в старости будем ходить на берегу моря, держась за ручки!

Я: Это действительно очень здорово, что ты нашла своего мужчину, свой идеал. Слушая тебя, в голове создаётся образ и в правду замечательного молодого человека. Надеюсь, ты никогда больше не столкнешься с абьюзом и рука об руку пойдешь по жизни со своим мужчиной мечты! Хорошего дня тебе!

N: Спасибо большое! Пока.

Из данного интервью вытекает следующий вопрос: Почему девушка чувствовала страсть к человеку, к которому питала агрессию и злость? В первую очередь мне бы хотелось дать определение этим терминам.

Агрессия — это любая форма поведения, которая содержит в себе угрозу, ущерб другим людям. Также известно, что гормон тестостерон повышает агрессию [10; 11].

Страсть — это сильное чувственное, сексуальные влечение, одержимость, психологическая зависимость, пристрастие. Гормон тестостерон повышает половое влечение(либидо) и у женщин, и у мужчин. Исходя из этого следует, что это проявление страсти по отношению к своему партнеру [9;10].

Так как девушка N из нашего интервью сравнивала своего партнёра (абьюзера) со своими биологическим отцом, все негативные чувства, которые она испытывала к отцу, она их же и проецировала на того, кто был на него похож. А что она испытывала к биологическому отцу? Негативные чувства — обида, разочарование, агрессия. Как из таких чувств может выйти что-то тёплое и адекватное? Правильно, никак. Из-за повышенной агрессии, а значит и повышенного тестостерона, у девушки повысилось половое влечение, либидо. Оттуда и страсть. Мнение

С.М. Зарина в том, что «страстное состояние, имеющее в основе господство чувственного эгоизма в телесных страстях <...> достигает <...> своей наивысшей интенсивности и бурной стремительности именно в гневе» [8; 10].

Агрессия — это также поток энергии, проявление себя и обозначение своего места [10; 11]. Например: «я хочу именно этот шоколад» или же «я займу это место». Говоря о сексуальной энергии, можно найти сходства и сказать, что по сути своей это та же агрессия. Например: «я хочу тебя», «я хочу покорить тебя» и всё тому подобное [10]. И вообще в целом, можно заметить, что люди, так называемые «неправильные» и «бессовестные» которые не бояться проявить агрессию, показать свои эмоции, без угрызения совести поступить неправильно, кажутся нам более сексуальными и притягательными, чем те, кто держит её в себе. И речь идет не о том, чтобы становиться агрессором и абьюзером, чтобы казаться сексуальным, а о том, что было бы неплохо перестать подавлять в себе свои эмоции, отстаивание своего «Я», своей территории. Но ни в коем случае не перебарщивать с этим.

Если у девушки модель семьи, где отец был агрессором, то, вероятнее всего, и мужчину она себе выберет такого же. Может быть и такое, что отец не был таким, но абьюз в жизни женщины все равно появится. Женщине тяжело выйти из абьюзивных отношений, так как абьюзеры вцепляются как хищники. Они изучают свою жертву, далее дают им приманку, обхаживают, устраивают конфетно-букетный период, во время которого можно и заметить те самые незначительные звоночки, которые женщина не видит из-за всплеска чувств, эмоций и гормонов. А далее, идет привязка, идеализирование, надежды и терпение.

Самое главное не забывать, что мы- люди, мы- разные. У каждого из нас свои родители, свои установки, свои проблемы, свои принципы. И в конце концов, свой выбор.

Список литературы

1. *Андреева Т.В.* Психология современной семьи: монография. — СПб., 2005.
2. *Варга А.Я.* Системная семейная психотерапия. — СПб., 2005.

3. *Галимзянова М.В.* Субъективные переживания детства и я-концепция взрослого: дис. … канд. психол. наук. — СПб., 2006.
4. *Игнатова Е.С., Разводова Е.Д.* Взаимосвязь негативных черт личности и склонности к абьюзингу в межличностных отношениях между женщиной и мужчиной // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. — 2019. — № 1(3).
5. *Исаева А.С., Скупейко А.А.* Психологические особенности жертв абьюза: теоретический анализ // Психология, образование: актуальные и приоритетные направления исследований: матер. междунар. студ. науч.-практ. конф., посвященной 120-летию со дня рождения Л.В. Занкова. — Тверь, 2021.
6. *Карташова Т.Е.* Особенности брачно-семейных установок современной молодежи // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. — 2011. — № 129.
7. *Кернберг О.Ф.* Отношения любви: норма и патология. — М., 2004.
8. О раздражительной силе. Страсть гнева // Официальный сайт Православного христианина. — 2018. — URL: http://ni-ka.com.ua/index.php?Lev=razdrazhite (дата доступа: 05.10.2018).
9. *Сапольски Р.* Игры тестостерона и другие вопросы биологии поведения: [16+] / пер. с англ. А. Петровой. — М.: Альпина нон-фикшн, 2020. — 321 с.
10. Социология и психология семьи: учебник для вузов / Г.И. Колесникова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2019.
11. *Dicks H.V.* Object relations theory and marital studies // J. Med. Psychol. — 1963.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ГЕРОИЗМА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ (НА ПРИМЕРЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ)

Захаров А.В.,
преподаватель кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
z-alex69@yandex.ru
Дружинина К.С.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
kristinadruzinina27@gmail.com

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF INDIVIDUAL HEROISM OF MILITARY PERSONNEL (USING EXAMPLES OF A SPECIAL MILITARY OPERATION)

Zakharov A.V.,
Lecturer of the Psychology Department,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
z-alex69@yandex.ru
Druzhinina K.S.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
kristinadruzinina27@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена исследованию феномена индивидуального героизма военнослужащих в контексте исторической преемственности. Проведен анализ психологических особенностей героического поведения, его операциональной и мотивационной компонент. В качестве примеров рассматриваются индивидуальные подвиги советских и российских военнослужащих в ходе боевых действий в годы Великой Отечественной войны и в ходе специальной военной операции на Украине. Предполагается, что одной из важнейших детерминант индивидуального героизма военнослужащих является такая личностная характеристика как жизнестойкость, которая может быть развита с помощью специального тренинга.

Ключевые слова: военнослужащие, героическое поведение, жизнестойкость, индивидуальный героизм, личностный смысл, мотивационная сфера, операциональная сфера, подвиг, профессионализм, специальная военная операция (СВО), экстремальные условия.

Abstract. The article is devoted to the study of the phenomenon of individual heroism of military personnel in the context of historical continuity. The analysis of the psychological features of heroic behavior, its operational and motivational components is carried out. The individual exploits of Soviet and Russian servicemen during the fighting during the Great Patriotic War and during the special military operation in Ukraine are considered as examples. It is assumed that one of the most important determinants of individual heroism of military personnel is such a personal characteristic as resilience, which can be developed through special training.

Key words: military personnel, heroic behavior, resilience, individual heroism, personal meaning, motivational sphere, operational sphere, feat, professionalism, special military operation, extreme conditions.

Феномен героического поведения, совершения подвигов в экстремальных условиях[1] представляет собой актуальное направление исследований не только для военных психологов, но и в контексте общей психологии. Ведь подвиги (героические поступки) совершают не только военнослужащие и в более широком смысле — сотрудники силовых ведомств (МВД, Росгвардии, ФСБ и др.). Особый общественный резонанс вызывают факты героического поведения обычных граждан. Ведь в отличие от военнослужащих они, как правило, не имеют специальной, в том числе психологической подготовки. Еще более удивительными представляются для общества подвиги детей и подростков как в ходе боевых действий, так и в мирной обстановке.

Зарубежные исследователи, с одной стороны, в целом добросовестно фиксировали многочисленные неоспоримые факты массового героизма советского народа в годы Великой Отечественной войны, а с другой, пытаясь понять его причины, — не смогли найти рациональное объяснение этому явлению: «Советские люди в войне проявляли героизм, просто недоступный нашему

[1] В данной статье под экстремальными условиями подразумеваются только условия угрозы для жизни.

пониманию», — Г. Солсбери [28]; «Истоки мужественного поведения больших масс советских людей трудно поддаются нашему традиционному анализу», — Дж.Ф. Даннинген [33].

В отечественной публицистике также встречаются достаточно подробные описания подвигов советских солдат [22; 24; 32]. Так, А.А. Храмчихин ссылается на мемуары немецкого генерала Э. Рауса: «Поставленные перед дивизией задачи были выполнены, но немцев, уже имевших опыт кампаний на западе, неприятно поразило упорное сопротивление советских войск» [32, с. 77]. Далее он описывает (и анализирует и с военной, и с психологической точек зрения) подвиг неизвестного экипажа советского танка КВ-1 в Прибалтике в самом начале войны (24–25 июня 1941 г.), ценой своей жизни на двое суток задержавшего наступление 6-й танковой дивизии вермахта, и отношение к этому противника: «Потрясенные немцы похоронили экипаж с положенными воинскими почестями... Из 327 страниц его [Э. Рауса] мемуаров, непосредственно описывающих боевые действия, 12 посвящены двухдневному бою с русским танком у Расейняя. Рауса явно потряс этот танк» [32, с. 80].

Эти и другие факты закономерно подтверждают ранее сформулированный тезис о стихийном (малоуправляемом), но вместе с тем объективном процессе психологической подготовки субъекта профессиональной деятельности к действиям в экстремальных условиях [13]. Эффективность одиночных действий героя (достижение цели, поставленной им перед собой — победы над противником), в том числе его выживание (не являющееся самоцелью), позволяет нам констатировать наличие у него определенного уровня психологической подготовленности к деятельности такого рода.

При этом структурно содержание психологической подготовки включает следующие компоненты: (1) собственно военно-профессиональную подготовку (формирование операциональной сферы) военнослужащего; (2) наличие у него определенного мировоззрения и отношения к стране (государственной власти), военной службе и необходимости вооруженной защиты Родины (формирование мотивационной сферы).

Как уже выше указывалось, эти компоненты у каждого военнослужащего формировались и формируются по сей день в боль-

шей степени стихийно, в соответствии с некой «внутренней» логикой индивидуального развития индивида (в бихевиористской терминологии — «черного ящика»).

Поиск способов управления этой «стихийностью», то есть исследование структуры и генезиса процесса психологической подготовки субъекта к действиям в экстремальных условиях раскрывает перед психологом закономерности формирования определенных структур личности, «ответственных» за нее [психологическую подготовку], и дает «ключ» к управлению этим процессом. По мнению авторов, психолог станет настоящим профессионалом только тогда, когда овладеет психотехнологиями, не только констатирующими текущее психологическое состояние индивида («что с ним?»), но и изменяющими его личность («что с ним делать?») в том числе в соответствии не только с общественно значимыми целями деятельности индивида, но и его собственными профессиональными и «психологическими» целями.

Военный психолог, понимающий закономерности психологической подготовки и использующий их в практической работе с военнослужащими, становится в глазах последних, и особенно в глазах их командиров весьма ценным специалистом, оставаясь (при необходимости) «спасителем» психотравматизированных в ходе боевых действий и в то же время «превращаясь» в специалиста, помогающего солдату еще до боевых действий победить себя и стать непобедимым для противника («сверхвоином», суворовским «чудо-богатырем» или в терминологии статьи — героем).

В отечественной психологии отсутствуют фундаментальные исследования героизма, за исключением работы М.И. Дьяченко, который отмечает, что «управление воином своим поведением является центральным звеном совершения подвига» в ходе боевых действий. «...Боевой подвиг заключается в успешном выполнении боевой задачи. Поэтому поведение воина во время успешного выполнения сложной боевой задачи можно назвать героическим, а ряд действий, из которых складывается само выполнение, — подвигом» [11]. Значительно большее внимание отечественными психологами уделяется проблематике психологической подготовки военнослужащих к ведению боевых действий

(Дьяченко М.И., 1969; Коробейников М.П., 1969; Феденко Н.Ф., 1969; Столяренко А.М., 1974; Ковалев В.И., 1974; Съедин С.И., 1984; Сысоев В.В., 1989; Корчемный П.А., 1990 и др.).

Среди современных исследований героизма отмечается разнообразие подходов. Психоаналитический подход выделяет двухкомпонентную структуру героического поведения (включающую сознательный и бессознательный компоненты) и рассматривает героизм «как иерархизированную совокупность индивидуально-психологических и личностных характеристик, составляющих так называемое «центральное ядро» — наиболее стабильную часть, определяющую интенциональность героического поведения, вокруг которого формируется периферийный и факультативный слои. Периферийный (средний) слой составляют характеристики, которые могут достаточно легко меняться под влиянием тех или иных внешних факторов, связанных с иерархией ценностей и норм, разделяемых в том или ином обществе и социальной группе, а также с личностной и социальной идентичностью. Содержание третьего, факультативного (верхнего) слоя варьирует в достаточно широких пределах и зависит от различных факторов, в том числе от элементов случайности, которые оказываются строго индивидуальными» [6].

Культурно-исторический подход исследует феноменологию героизма и подвига (подвижничества) на основе их связи с западноевропейской и русской (православной) культурой. При этом «несмотря на наличие различий, противопоставление феноменов подвига и героизма является некорректным. Подвижничество представляет собой основу, важнейшее условие готовности к героическому поступку. Именно в силу такого характера связи обсуждаемых феноменов оказалось возможным их смешивание, а также «заимствование» героизмом исконных отличительных черт феномена подвига («массовость» и «повседневность»)» [8].

Примеры героических поступков широко используются в педагогической практике как образцы для воспитания молодежи [4; 10; 18], а героизм рассматривается как свойство личности [23] и как положительная форма девиантного поведения [5].

Выдающимся событием специальной военной операции (далее — СВО) в начале 2025 года стала операция «Поток», ре-

зультатом которой стали окружение, полный разгром и уничтожение группировки войск вооруженных сил Украины в Суджанском районе Курской области и последующее освобождение территории России, оккупированной противником в августе 2024 года [25].

Эта операция стала ярким примером того, как грамотное планирование боевых действий и управление ресурсами, внезапность и слаженность совместных действий российских подразделений, высокая мотивированность и профессиональная подготовленность отдельных военнослужащих позволяют победить в экстремальных условиях, при численном превосходстве противника и высоком риске обнаружения им скрытной перегруппировки наших подразделений.

Безусловно, что коллективный героизм складывается из индивидуальных подвигов отдельных военнослужащих. Русская пословица гласит: «На миру и смерть красна!». Народная мудрость описывает один из социально-психологических механизмов героического поведения, усиливающих мотивацию действий военнослужащих.

Однако что определяет поведение военнослужащего, когда он по разным причинам остается на поле боя один? И вопреки еще одной русской пословице («Один в поле — не воин») выходит победителем в схватке с противником, формально превосходящим по численности, вооружению и профессиональной подготовке?

В военной психологии именно такое — в отрыве от подразделения, в условиях систематической изоляции — героическое поведение военнослужащих изучено недостаточно.

Целью нашего исследования является анализ психологических особенностей индивидуального героического поведения военнослужащих, его операциональной и мотивационной основы. В ходе исследования изучались материалы открытых источников (публикации о подвигах российских военнослужащих в отечественных средствах массовой информации), что позволяет обеспечить актуальность и объективность представленных данных.

Индивидуальный героизм отдельного индивида характеризуется «вынужденностью» условий, в которые он попадает в силу объективно складывающейся боевой обстановки. Как

правило, это гибель или ранения его боевых товарищей, а в некоторых случаях это сознательное решение самого военнослужащего остаться и прикрывать отход (эвакуацию) своих менее подготовленных (или раненых) сослуживцев.

История Великой Отечественной войны 1941–1945 гг. является уникальным примером и беспрецедентно массового индивидуального героизма советских солдат и офицеров.

18 июля 1941 г. морской пехотинец, командир отделения старший сержант Василий Павлович Кисляков, оставшись один на важной высоте (Безымянная № 7) в 60 км от Мурманска, в течение семи часов отражал атаки более 100 фашистских егерей.

В начале боя большинство матросов из его отделения (10 человек) были убиты или тяжело ранены. Кисляков приказал выжившим оставить большую часть оружия, патронов и гранат и отходить за помощью. В ходе боя постоянно меняя позиции, он вел меткий огонь по врагу. Когда заканчивались боеприпасы, он бросал гранату и с криком «Взвод! В атаку!» бросался вперед. Немцы поспешно отступали, а Кисляков подбирал оставшиеся на поле боя оружие и боеприпасы, продолжая оборонять высоту до прибытия подкрепления. Уже готовясь к своей неизбежной гибели, с последней гранатой, с криком «За Родину!» он побежал на врага. И тут услышал за спиной дружное «Ура!».

Отважный морской пехотинец стал на Северном флоте первым Героем Советского Союза [24].

Современные факты боевых подвигов и одновременно высокоэффективной личной боевой деятельности в ходе СВО показывают преемственность индивидуального героизма в Вооруженных Силах Российской Федерации [2; 3; 7; 19; 21].

16 ноября 2024 г. по приказу командира роты Андрей Григорьев (позывной «Тута») со своим сослуживцем с позывным «Гик» на мотоциклах отправился выполнять боевую задачу — установить российский флаг в с. Трудовое Донецкой Народной Республики.

По пути они попали под удар дронов противника, но сумели выполнить поставленную задачу. На обратном пути «Гик» был смертельно ранен огнем противника, и «Тута», тоже будучи раненым, оказался в одиночестве. Двое боевиков ВСУ добили раненого и преследовали Григорьева. Одного из них «Тута» уничтожил, отомстив за погибшего товарища. А второй, вооруженный гранатами, заблокировал нашего бойца в бетонном ангаре.

В укрытии «Тута» оказал себе первую помощь, в то время как противник уговаривал его сдаться в плен: «Ты же ранен! Мы сохраним тебе жизнь и обменяем на своих пленных...».

После сброса украинского дрона и броска гранаты украинец перешел в атаку, но Андрей ранил его ответным огнем. После этого завязалась рукопашная схватка, в ходе которой Григорьев использовал нож, а после перехвата противника — обломок шифера. И в итоге вышел из этой схватки победителем.

Как позже стало известно, противником «Туты» был солдат элитной

71-й егерской бригады десантно-штурмовых войск ВСУ, физически более крупный, но это не стало его преимуществом. В профессиональном плане, вероятно, они были равны, а вот психологически наш боец оказался гораздо подготовленнее — один удачный удар сломил волю его противника к жизни и сопротивлению, несмотря на то, что соперники ранили друг друга.

Важно понимать, что этот эпизод был далеко не единственным подобным в боевой деятельности Григорьева, и стал широко известен только в связи с публикацией в социальных сетях видео из нашлемной камеры его противника. За время участия в специальной военной операции «Тута» неоднократно действовал в тылу противника и участвовал в рукопашных схватках. Как минимум одну из них боец оценил как более страшную, чем эта [2].

Позднее в интервью Григорьев скажет, что единственным его руководящим правилом был тезис «Любыми способами нужно выжить, любыми способами победить!», даже в той ситуации, когда товарищи находятся на расстоянии 5–6 кило-

метров. «Я в то время уже знал, что подкрепления по-любому не будет». Боялся только того, что за ним придут украинцы. После рукопашного боя «... взял рацию у хохла и укрывался в подвале сарая за бетонной стеной, знал, о чем они разговаривают... Покурил по-быстрому и услышал, что [за мной] отправили шесть человек контратакой... Бегал от одной стороны подвального коридора к другой, укрывался от гранат».

В течение 3–4 часов Григорьев отбивался от врагов, их гранат, дымовых шашек и огня. Они подожгли сарай, но все равно не смогли приблизиться. Ночью отступили, а утром снова атаковали, однако так и не решились подойти вплотную.

Всего на территории, занятой противником, «Тута» провел шесть дней, уничтожая склады с боеприпасами и передавая ценные разведсведения.

За мужество и героизм, проявленные при исполнении воинского долга, гвардии ефрейтору Григорьеву Андрею Николаевичу присвоено звание Героя Российской Федерации [29].

Подвиг Андрея Григорьева представляет собой яркий пример психологической подготовленности, то есть высокого уровня развития и гармоничного сочетания операциональной и мотивационной сфер профессиональной (боевой) деятельности военнослужащего.

Операциональную основу боевой деятельности составляет система собственно военно-профессиональных знаний, умений и навыков или профессионализм. Она включает, с одной стороны, интеллектуальную компоненту — способность весьма глубоко анализировать тактическую обстановку, складывающуюся на поле боя, довольно точно прогнозировать действия противника и, предвосхищая их, выходить победителем из каждого отдельного боевого эпизода (по сути, еще до его начала), а с другой стороны, — моторную компоненту — автоматизированные (частично неосознаваемые) навыки применения огнестрельного и холодного оружия и приемов рукопашного боя. В случае с «Тутой» особо специфичными выступили навык владения холодным оружием и готовность применить его против человека.

Суровые природно-климатические условия Республики Саха

(Якутии) способствуют формированию у ее жителей жизнестойкости, способности выживать в самой неблагоприятной обстановке. Обращение с ножом, готовность убить живое существо не ради развлечения или другого малозначимой потребности, а ради выживания — один из жизненно важных навыков каждого жителя Якутии.

Для большинства обычных, неподготовленных людей убийство относительно крупного млекопитающего (кошки, зайца, собаки и др.) представляет собой трудно решаемую задачу, за исключением, может быть, только случая, когда это животное представляет экзистенциальную угрозу. Наряду с этим замечено, что люди, по роду своей деятельности связанные с забоем животных и мясопереработкой, довольно легко преодолевают психологический барьер, возникающий перед необходимостью убить себе подобного — человека. Но первое совершенное убийство (и животного, и человека), несомненно, навсегда запечатлевается в памяти субъекта и оставляет острый (со временем, как правило, вытесняемый) психотравматичный след, заставляя каждый раз рационализировать (объяснять себе и окружающим) мотив совершенного поступка.

Вместе с тем, предыдущий опыт жизни в суровых условиях, в том числе экстремальных, и необходимость выживания способны выступить (и выступают в большинстве случаев) одним из таких объяснений, минимизируя психотравму. И именно это обусловило решительные и хладнокровные действия нашего солдата в рукопашной схватке — в силу жизненного опыта сельский житель Григорьев с детства приучен к виду крови, внутренностей животных, психологически готов к использованию холодного оружия в бою.

Исследуя мотивационную основу индивидуального героизма, отметим, что «под мотивацией в психологии понимается совокупность факторов, организующих и направляющих поведение человека. Это процесс детерминации поведения, деятельности, которая может быть обусловлена внутренними (психическими, физиологическими) и внешними (профессиональными, социальными, экономическими, экологическими) раздражителями» [1].

Мотивационную основу боевой деятельности военнослужащего составляет, в первую очередь, система его профессиональных мотивов. Какие мотивы доминировали в процессе формирования личности и при принятии решения участвовать в СВО, такие, по-видимому, будут детерминировать и боевую деятельность.

В.А. Бодров подчеркивает: «Через формирование структуры профессиональных мотивов и их осознание устанавливается личностный смысл деятельности. Степень осознания *личностного смысла деятельности*, его адекватность реальной сущности и личностной значимости трудового процесса находит отражение в характере выполнения отдельных действий и деятельности в целом» [1].

Ведущим личностным смыслом для Григорьева стало, с одной стороны, вполне естественное отцовское желание защитить своего менее подготовленного сына, заменив его собой как более опытным (с житейской и профессиональной точек зрения) солдатом, а с другой стороны — попав в зону боевых действий не только не уклониться приемлемыми способами от экстремальных ситуаций, а наоборот — в короткие сроки адаптироваться к реалиям современного общевойскового боя, стать действительно полноценной «боевой единицей» в составе штурмового подразделения.

И наконец, еще одним смыслом стало желание выжить в любых обстоятельствах («Семья, дети, родные заставляли держаться», — таким был ответ на вопрос о том, каким образом удалось выжить) и сохранить в себе человечность несмотря на ожесточенность ведения боевых действий («Как-никак, человечность надо все равно оставить», — ответ на вопрос, почему не стал добивать противника).

По мнению Е.П. Ильина, «мотиваторами, т.е. психологическими факторами, участвующими в конкретном мотивационном процессе и определяющими принятие человеком решения на то или иное поведение, могут выступать нравственный контроль; предпочтение, интересы, склонности; внешняя ситуация; собственные возможности, желания и состояние; условия достижения цели, последствия своего поступка» [14].

Анализ мотивации нашего героя показывает ведущую роль внутреннего морально-нравственного контроля как в его отдельных поступках, так и в военно-профессиональной деятельности в целом.

Сходны по своему содержанию операциональные и мотивационные компоненты боевой деятельности другого якутянина, командира отряда добровольческого батальона «Барс-2» Героя Российской Федерации Александра Гаврильевича Колесова [15]. В сентябре 2024 года Александр Колесов не только руководил своим подразделением в ходе оборонительных действий на границе Харьковской и Луганской областях, но ему пришлось в одиночку вступить в стрелковый бой с превосходящим противником. Примечателен выбранный им позывной — «Хан». Полное якутское имя героя (данное ему дедом) — Боотур-хан — переводится на русский как «кровь воина».

Еще одним ярким примером индивидуального героизма является подвиг младшего сержанта Магомеда Абдуллаева, который в течение 29 дней держал оборону на передовой позиции [3].

Абдуллаев находился на позиции вместе с сослуживцем, который через 8 дней из-за ранения был эвакуирован. Оставшись один, он три недели выполнял боевую задачу, несмотря на отсутствие продуктов и постоянные обстрелы. Командование пыталось снабжать бойца с помощью беспилотников, но противник активно препятствовал этому, применяя РЭБ и свои дроны. «[ВСУ] в итоге начали скидывать [сбросы] на воду и сникерсы, которые мне рота отправляла. Чтобы я не ел, взрывали провизию. Но, к счастью, я успевал выйти, забрать 70% — и снова в нору», — рассказал военнослужащий. Когда запасы заканчивались, ему приходилось питаться снегом и пить дождевую воду.

Основной задачей нашего бойца было наблюдение за противником и передача развединформации о передвижениях его живой силы и техники: *«Я сам себе говорил: “Я штурмовик, я профессионал, я многое видел, и чувство голода и холод меня не сломают”»*.

В сходных обстоятельствах оказался и разведчик-сапер Закарья Алиев (позывной «Смайлик»), который в одиночку без еды и воды в течение трех недель удерживал отбитый у противника опорный пункт [16]. В январе 2025 года на Украине за его голову объявили награду в размере 50 млн рублей [20].

Приведенные примеры героического поведения российских военнослужащих — одни из многих документированных фактов проявления их силы духа, жизнестойкости и способности выживать в экстремальных условиях.

Проведенный анализ позволяет сделать вывод, что поиск психологических детерминант, объяснение причин, условий и механизмов индивидуального героизма военнослужащих следует начать с исследования их личностных характеристик, которые разные исследователи обозначают такими понятиями как жизнестойкость, жизнеспособность и резильентность [9; 17; 26; 27].

Проблематика психологических исследований жизнестойкости личности рассматривается достаточно широко и включает следующие направления [9].

1. Изучение семейного сценария и родительских установок (онтогенетический подход).
2. Изучение системы ценностей, смысла и наполненности жизни (экзистенциальный подход).
3. Изучение ресурсов личности и структуру совладающего поведения (концепция совладающего поведения).
4. Включение в исследование различных соматических факторов, аспектов здоровья и их связь с опытом преодоления трудных ситуаций.

Большой вклад в теорию и прикладные исследования жизнестойкости внесли Д.А. Леонтьев и Е.И. Рассказова, разработавшие и апробировавшие русскоязычную версию теста жизнестойкости С. Мадди (S. Maddi) [16; 26].

Жизнестойкость рассматривается ими как один из ядерных компонентов личностного потенциала — в качестве «комплексной личностной характеристики, отвечающей за способность личности противостоять давлению стрессовых обстоятельств и предотвращать развитие симптомов физической или психологической дезадаптации» [16]. Отмечено, что «жизнестойкость

оказалась существенным образом связана <...> с успешностью деятельности в разных сферах», в том числе в военной (приводятся некоторые результаты зарубежных исследований кандидатов при отборе в подразделения специального назначения ВС США и курсантов военных училищ ВМС Норвегии) [26].

Кроме того, выявлено, что «компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее <...> Их развитие решающим образом зависит от отношений родителей с ребенком». Впервые тренинг жизнестойкости был разработан зарубежными исследователями (Khoshaba, Maddi, 1999). Основной акцент в нем делался на непосредственно связанных с жизнестойкостью способах преодоления и отношения к конкретным проблемам. Первое исследование эффективности тренинга было проведено на выборке менеджеров крупной телекоммуникационной компании штата Иллинойс (Illinois Bell Telephone Company — IBT). Основным результатом тренинга стало значимое повышение всех показателей жизнестойкости у прошедших тренинг по сравнению с менеджерами, записанными в «лист ожидания» и проходившими тренинг позже [26].

В отечественной психологической практике тренинг жизнестойкости получил свое развитие и широко используется в работе как с детьми и подростками в образовательных организациях [31], так и со взрослыми в ходе профессиональной деятельности, в частности, в контексте формирования здорового образа жизни [30].

Жизнеспособность по отношению к жизнестойкости выступает у ряда авторов либо синонимом либо родовым понятием, в последнем случае рассматривается как «способность человека к преодолению неблагоприятных жизненных обстоятельств с возможностью не только восстанавливаться, но и выходить из-под их воздействия на более высокий уровень развития, используя для этого все возможные внутренние и внешние ресурсы, способность к жизни во всех ее проявлениях, способность не только существовать, адаптироваться к условиям жизни, но и развиваться» [17].

Феномен резильентности или резилентности (от англ. resilience — устойчивость, упругость) рассматривается скорее

как междисциплинарная (в первую очередь, психолого-педагогическая) проблема, а ее содержание либо в той или иной степени релевантно понятиям жизнестойкости и жизнеспособности, либо понимается, например, как «врожденное динамическое свойство личности, выражающееся в способности преодолевать неблагоприятные жизненные обстоятельства с возможностью восстанавливаться и развиваться, используя внутренние и внешние ресурсы» [26].

Выводы

Феномен индивидуального героизма российских военнослужащих целесообразно исследовать, опираясь на разработанную отечественными психологами концепцию жизнестойкости. Перспективным представляется использование отечественного инструментария — русскоязычной версии теста жизнестойкости С. Мадди (адаптированного Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой). Показавший свою эффективность тренинг жизнестойкости может быть адаптирован для военнослужащих и включен в систему как психологической подготовки военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, так и их психологической реабилитации после возвращения из зоны боевых действий.

Список литературы

1. *Бодров В.А.* Психология профессиональной пригодности: учебное пособие для вузов. — М.: ПЕР СЭ, 2006. — 511 с.
2. Боец, одолевший врага в ножевом бою: «Самой страшной была другая схватка» // URL:https://dzen.ru/a/Z8V_PjFJlg1ADAmk (дата обращения: 24.03.2025).
3. Боец РФ месяц удерживал позицию, питаясь снегом URL: https://www.gazeta.ru/army/news/2025/01/18/24865214.shtml?updated (дата обращения: 24.03.2025).
4. *Быков А.К.* Социально-педагогический потенциал воспитания молодежи на героизме военнослужащих // Педагогическое образование и наука. — 2024. — № 2. — С. 47–51.

5. *Веремчук В.И., Куленков Д.А.* Героизм как положительная форма девиантного поведения у военнослужащих // Актуальные проблемы общества и армии в контексте глобальных вызовов. Материалы Международной научно-практической конференции. — М., 2022. — С. 58–61.
6. *Вершинина Т.С., Баранская Л.Т.* Психологический феномен героического поведения: психоаналитический подход // Вестник ЮУрГУ. — 2012. — № 19. — С. 12–19.
7. Видеоинтервью ефрейтора Андрея Григорьева с позывным «Тута» URL: https://my.mail.ru/mail/kvant30_88/video/_myvideo/11090.html (дата обращения: 24.03.2025).
8. *Войтенко Т.П.* Подвиг и героизм как культурно-исторические феномены и их значение для психологической науки // Психологический журнал. — 2022. — Т. 43. — № 2. — С. 30–40.
9. *Гаранина М.М.* Феномен жизнестойкости: подходы к рассмотрению, перспективы изучения // Международный научно-исследовательский журнал. — 2023. — № 12(138). — URL: https://research-journal.org/archive/12-138-2023-december/10.23670/IRJ.2023.138.184.
10. *Долихин А.А.* О патриотическом воспитании молодежи на примере мужества и героизма военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации в специальных военных операциях // Научные дискуссии в эпоху цифровизации. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции. — Краснодар, 2024. — С. 23–26.
11. *Дьяченко М.И.* Психологический анализ подвига советского воина: дис. ... канд. пед. наук. — Л., 1952.
12. *Дьяченко М.И.* Психологический анализ боевой деятельности советских воинов: дис. ... д-ра. психол. наук. — М., 1969.
13. *Захаров А.В., Хозиев Б.И.* Психологическая подготовка войск: история, теория, практика // Военный академический журнал. — 2016. — № 2(10). — С. 138–150.
14. *Ильин Е.П.* Мотивация и мотивы. — СПб.: Питер, 2000.
15. *Ильинская М.* Кровь воина // Армейский сборник. — 2024. — № 12. — С. 108–111.
16. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.
17. *Махнач А.В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психол. журнал. — 2017. — Т. 38. — № 4. — С. 5–16.

18. *Мин Д.К., Тарасенко В.И., Тершуков В.А.* Проблема воспитания героизма военнослужащих войск национальной гвардии Российской Федерации // Современные тенденции развития науки и технологий. — 2016. — № 11–12. — С. 87–89.
19. *Мохначевская Г.* Об испытаниях штурмовика во фронтовом поселке Трудовое // URL: https://posovesti-kprf79.ru/new2932 (дата обращения: 24.03.2025).
20. На Украине объявили награду за голову российского военного // URL: https://www.gazeta.ru/army/news/2025/01/11/24806204.shtml (дата обращения: 24 марта 2025 г.
21. Один в поле воин: как боец РФ три недели в одиночку удерживал опорник // URL: https://ren.tv/longread/1281312-odin-v-pole-voin-kak-boets-rf-tri-nedeli-v-odinochku-uderzhival-opornik.
22. Один день из жизни «Климента Ворошилова» // URL: https://www.mk.ru/social/2015/04/29/odin-den-iz-zhizni-klimenta-voroshilova.html (дата обращения: 24 марта 2025 г.
23. *Осипенко Э.Б., Арсеньев М.А.* Героизм как свойство личности // Актуальные проблемы общества и армии в контексте глобальных вызовов. Материалы Международной научно-практической конференции. — М., 2022. — С. 8–13.
24. *Полуказакова Т.* Демон в тельняшке: как морпех Кисляков в одиночку сражался против 100 бойцов вермахта // URL: https://tvzvezda.ru/news/ 201910151044-QwfDA.html (дата обращения: 24.03.2025).
25. *Прудников С.* Железный «Поток»: неизвестные факты о дерзкой операции по освобождению Суджи // URL: https://iz.ru/1853968/sergei-prudnikov/ zeleznyi-potok-neizvestnye-fakty-o-derzkoi-opracii-po-osvobozdenii-sudzi (дата обращения: 24.03.2025).
26. *Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А.* Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика. — М.: Смысл, 2011. — С. 178–210.
27. *Селиванова О.А., Быстрова Н.В., Дереча И.И., Мамонтова Т.С., Панфилова О.В.* Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы // Мир науки. Педагогика и психология. — 2020. — № 3. — URL: https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf.
28. *Солсбери Г.* 900 дней. Блокада Ленинграда. — М.: Издатель Пресс, 1996.
29. Указ Президента Российской Федерации от 11.01.2025 № 9 «О присвоении звания Героя Российской Федерации ефрейтору Григорье-

ву А.Н.» // URL: http://publication.pravo.gov.ru/document/00012025 01110001 (дата обращения: 24.03.2025).

30. Укрепление здоровья на рабочем месте средствами тренинга повышения жизнестойкости с практиками здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / Т.Н. Васильева, И.В. Федотова, М.М. Некрасова. — Нижний Новгород: Изд-во «Медиаль», 2023. — 128 с.
31. Формирование жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями детей и подростков в образовании: учебно-методическое пособие / сост.: М.В. Шамардина, Т.А. Матерова, Н.А. Першина — 2-е изд. — Бийск: АГГПУ им. В.М. Шукшина, 2016. — 190 с.
32. *Храмчихин А.А.* КВ-1. Фермопилы // Русские на войне. — М.: Ключ-С, 2010. — С. 76–82.
33. *Dunningen J.* The Russian Front. — L., 1980. — P. 96. Цит. по: В*олкогонов Д.А.* Феномен героизма: О героях и героическом. — М.: Политиздат, 1985.

УДК 159.9

ЛИЧНОСТЬ В МЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ: КАКИМ МОЖЕТ СТАТЬ ЧЕЛОВЕК В ЭПОХУ ИИ И ТЕХНОЛОГИЙ?

Коновалов К.В.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
ledocab777@yandex.ru
Цветкова Д.О.,
зам. заведующего кафедрой психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
Lia51@mail.ru

IDENTITY IN A CHANGING WORLD: WHAT CAN A PERSON BECOME IN THE AGE OF AI AND TECHNOLOGY?

Konovalov K.V.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
ledocab777@yandex.ru
Tsvetkova D.O.,
Deputy Head of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
Lia51@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена исследованию трансформации личности человека в условиях стремительного развития искусственного интеллекта (ИИ) и технологий, рассматривая их влияние на когнитивные, эмоциональные и социальные аспекты. На основе психологических теорий (когнитивно-поведенческая модель Бека, теория привязанности Боулби, теория стресса Лазаруса) анализируются ключевые механизмы воздействия ИИ: когнитивная разгрузка, эмоциональные петли, социальные связи и адаптация к неопределенности. В статье прослеживается историческая эволюция ИИ, его интеграция в повседневную жизнь, а также роль как инструмента саморефлексии и личностного роста. Особое внимание уделяется

социокультурным трансформациям, формирующим «гибридную идентичность», и вызовам, связанным с утратой автономии и усилением тревожности.

Ключевые слова: искусственный интеллект, личность, когнитивная разгрузка, гибридная идентичность, саморефлексия.

Abstract. The article is dedicated to exploring the transformation of human personality in the context of the rapid development of artificial intelligence (AI) and technologies, examining their impact on cognitive, emotional, and social aspects. Drawing on psychological theories (Beck's cognitive-behavioral model, Bowlby's attachment theory, Lazarus's stress theory), the study analyzes key mechanisms of AI's influence: cognitive offloading, emotional feedback loops, social connections, and adaptation to uncertainty. The article traces the historical evolution of AI, its integration into everyday life, and its role as a tool for self-reflection and personal growth. Particular attention is given to sociocultural transformations shaping a «hybrid identity» and the challenges associated with the loss of autonomy and increased anxiety.

Key words: artificial intelligence, personality, cognitive offloading, hybrid identity, self-reflection.

В современном мире, где искусственный интеллект (ИИ) и цифровые технологии проникают во все сферы жизни, личность человека подвергается значительным трансформациям. Тема конференции «Личность человека в современном меняющемся мире» актуальна как никогда, поскольку ИИ не только упрощает повседневные задачи, но и влияет на психические процессы, социальные взаимодействия и самоидентификацию индивида. Цель статьи — исследовать, каким может стать человек под влиянием ИИ и технологий. Задачи включают: обзор исторического развития ИИ, анализ его роли как инструмента саморефлексии, выявление рисков для личности, прогнозирование будущих перспектив и формулировку рекомендаций. Обзор литературы показывает, что работы таких авторов, как Юваль Ной Харари («Homo Deus», 2015) и Шошана Зубофф («The Age of Surveillance Capitalism», 2019), подчеркивают двойственную природу технологий: они расширяют возможности, но угрожают автономии личности. Согласно исследованиям Американской психологической ассоциации (APA, 2023), более 60% опрошенных отмечают влияние ИИ на эмоциональное состояние.

В эпоху, когда ИИ генерирует контент, анализирует поведение и даже имитирует эмоции, человек рискует потерять традиционные черты личности, но также обретает новые инструменты для роста. Это требует баланса между технологическим прогрессом и сохранением человеческой сущности.

История развития ИИ и его интеграция в повседневную жизнь

История ИИ начинается с середины XX века. Алан Тьюринг в 1950 году в статье «Computing Machinery and Intelligence» задал вопрос: «Могут ли машины думать?» Это положило начало концепции машинного интеллекта. В 1956 году на Дармутской конференции термин «искусственный интеллект» был официально введен Джоном Маккарти и Марвином Мински. 1960–1970-е годы — эпоха «зим ИИ», когда энтузиазм угас из-за ограничений вычислительных мощностей.

В 1980–1990-е годы произошел прорыв: развитие нейронных сетей и машинного обучения. В 1997 году IBM Deep Blue победил чемпиона по шахматам Гарри Каспарова, демонстрируя способность ИИ к стратегическому мышлению. XXI век ознаменовался «весной ИИ»: в 2010-е годы появились глубокие нейронные сети (Deep Learning), благодаря работам Джеффри Хинтона. К 2020-м годам ИИ интегрировался в повседневность — от Siri и Alexa до автономных автомобилей Tesla.

Интеграция ИИ в общество привела к цифровизации: автоматизация труда (роботы на заводах), образование (платформы вроде Coursera с ИИ-адаптацией) и здравоохранение (диагностика заболеваний с помощью ИИ). Психологические последствия аналогичны предыдущим революциям: индустриальная эра вызвала урбанизацию и стресс, а цифровая — «техно-стресс». Исследования показывают, что использование ИИ снижает когнитивную нагрузку, но повышает зависимость: по данным WHO (2024), 25% населения испытывают «цифровую усталость».

Адаптация личности к ИИ напоминает теорию эволюционной психологии: человек эволюционирует, интегрируя инструменты в свою идентичность, как раньше — огонь или письмо.

ИИ как инструмент саморефлексии и личностного роста

ИИ открывает новые горизонты для саморефлексии, становясь зеркалом для психики. Положительные аспекты включают использование ИИ в терапии: чат-боты вроде Woebot или Replika помогают анализировать эмоции, снижая симптомы депрессии на 20–30% (исследование Harvard, 2023). Виртуальная реальность (VR) с ИИ развивает эмпатию: симуляции чужих переживаний усиливают эмоциональный интеллект по шкале EQ.

Примеры: приложения для медитации (Headspace с ИИ-анализом настроения) или самоанализа (журналы с ИИ-обратной связью). Персонализированное обучение через Duolingo или Khan Academy адаптирует контент под стиль мышления, стимулируя метакогницию — осознание собственных мыслительных процессов (по Пиаже).

Психологические механизмы: ИИ усиливает самоэффективность (Bandura, 1997), предоставляя данные для рефлексии. Например, фитнес-трекеры анализируют поведение, помогая формировать привычки. В итоге, личность становится более адаптивной: человек эволюционирует от реактивного к проактивному, интегрируя ИИ в «расширенное я» (концепция Clark & Chalmers, 1998).

Однако важно этичное использование: ИИ должен дополнять, а не заменять человеческий контакт.

Риски и вызовы для личности в эпоху ИИ

Несмотря на преимущества, ИИ несет значительные риски для личности. Зависимость от технологий приводит к снижению социальных навыков: чрезмерное использование соцсетей с ИИ-алгоритмами усиливает изоляцию, как показывают исследования, где 40% молодых людей предпочитают виртуальное общение реальному. Феномен «эха-камеры» амплифицирует предубеждения, ограничивая когнитивную гибкость и способствуя поляризации мнений.

Психологические эффекты включают тревогу от автоматизации: потеря работы из-за ИИ вызывает «технострес» —

хроническое напряжение, приводящее к депрессии и потере самоидентичности. По данным Frontiers in Psychology (2025), потеря контроля над данными усиливает беспомощность. Влияние на мотивацию: ИИ, решающий задачи, снижает внутреннюю мотивацию, по теории самоопределения (Deci & Ryan, 1985).

Этические аспекты критичны: приватность данных нарушается алгоритмами, манипулирующими поведением (например, в рекламе). Компаньон-ИИ может усугублять одиночество, заменяя человеческие связи, что повышает риски для психического здоровья. Исследования Stanford (2025) предупреждают о опасных ответах ИИ-терапевтов, усиливающих стигму. В итоге, без регуляции ИИ может деформировать личность, делая ее более пассивной и уязвимой.

Когнитивные сдвиги: от «расширенного ума» к когнитивной разгрузке

Когнитивные механизмы влияния ИИ на личность в первую очередь проявляются через феномен «расширенного ума» (extended mind), предложенный философами Э. Кларком и Д. Чалмерсом в 1998 году, но актуализированный в контексте современных нейросетей. Согласно этой концепции, когнитивные процессы человека не ограничиваются мозгом, а распределяются между ним и внешними артефактами, такими как смартфоны или ИИ-ассистенты. В эпоху ИИ это приводит к когнитивной разгрузке (cognitive offloading) — делегированию умственных усилий машинам, что снижает нагрузку на рабочую память и внимание, но одновременно ослабляет развитие критического мышления и креативности.

Исследования 2024–2025 годов подтверждают этот сдвиг: частое использование генеративного ИИ (например, ChatGPT для генерации идей) коррелирует с уменьшением когнитивных усилий, что отражается в снижении способности к глубокому анализу. В одном эксперименте, проведенном в 2025 году, участники, полагающиеся на ИИ для решения задач, демонстрировали на 20–30% худшие результаты в тестах на критическое мыш-

ление по сравнению с контрольной группой, без ИИ-поддержки. Это особенно заметно у молодых пользователей, где когнитивная разгрузка формирует черту «зависимой креативности» — способность генерировать идеи только в симбиозе с машиной, что противоречит традиционным моделям личности, таким как модель «Большой пятерки» (Big Five), где открытость опыту зависит от внутренней генерации.

Однако положительный аспект заключается в освобождении ресурсов для высших когнитивных функций: ИИ может усиливать метакогницию — осознанность своих мыслительных процессов, — помогая в саморефлексии. Например, приложения вроде Duolingo с ИИ-адаптацией персонализируют обучение, повышая мотивацию и устойчивость к неудачам, что укрепляет черту conscientiousness (добросовестность) в личности. Таким образом, когнитивные сдвиги создают «гибридный ум», где человек эволюционирует от изолированного индивида к кооперативному агенту, но с риском атрофии базовых навыков, если не внедрять осознанные практики баланса.

Адаптация личности к неопределенности в эпоху ИИ

Искусственный интеллект (ИИ) радикально ускоряет изменения в обществе, от автоматизации рабочих мест до трансформации социальных норм, создавая среду высокой неопределенности. Эта нестабильность заставляет личность адаптироваться, формируя новые психологические черты и стратегии выживания. Опираясь на теории стресса и адаптации (Лазарус, Селье) и концепцию психологической резилиентности (Masten), рассмотрим, как ИИ влияет на способность личности справляться с неопределенностью, порождая как позитивные черты (например, гибкость), так и негативные (тревожность, ощущение утраты контроля). Мы рассмотрим, как человек перестраивает свои копинг-стратегии и идентичность в условиях технологической турбулентности, подготавливая почву для обсуждения рисков.

ИИ как источник неопределенности

ИИ, автоматизируя профессии (например, 30% рабочих мест в логистике и бухгалтерии к 2030 году, по данным McKinsey 2024), создает нестабильность на рынке труда, что вызывает стресс и чувство неуверенности. Согласно теории транзакционного стресса Лазаруса, неопределенность воспринимается как угроза, активируя копинг-стратегии.

Исследование 2025 года (Journal of Occupational Health Psychology) показало, что 35% работников, чьи задачи частично автоматизированы ИИ, испытывают повышенную тревожность, что усиливает невротизм (Big Five) на 10–12%. Однако ИИ также стимулирует адаптивные стратегии: например, работники, обучающиеся новым навыкам через ИИ-платформы (Coursera, LinkedIn Learning), демонстрируют рост резилиентности на 15%, что укрепляет черту добросовестности. Это указывает на двойственность: ИИ как угроза стабильности и как инструмент для ее восстановления.

Копинг-стратегии в цифровой среде

Неопределенность, вызванная ИИ, требует новых копинг-стратегий — способов справляться со стрессом. По Лазарусу, активные стратегии (problem-focused coping) включают обучение работе с ИИ, тогда как эмоциональные (emotion-focused coping) связаны с поиском поддержки в цифровых сообществах. Исследование 2024 года (Frontiers in Psychology) выявило, что пользователи, активно взаимодействующие с ИИ (например, через обучающие чат-боты), лучше адаптируются к изменениям, показывая рост самоэффективности (по Бандуре) на 10%. Однако пассивные стратегии, такие как избегание технологий, усиливают тревогу, особенно у пожилых людей (45+ лет), где страх «не успеть» за ИИ коррелирует с снижением locus of control (внутреннего контроля) на 8%. Психологический пример: использование ИИ-ассистентов (Grok) для планирования задач помогает снизить стресс от многозадачности, но чрезмерная зависимость рискует ослабить самостоятельность.

Неопределенность, вызванная ИИ, влияет на идентичность личности, заставляя переосмысливать свои роли (профессиональные, социальные). По теории самоопределения (Deci & Ryan), нестабильность угрожает базовым потребностям (автономия, компетентность), но ИИ может их поддерживать. Например, платформы для фриланса (Upwork с ИИ-аналитикой) помогают людям адаптироваться к новым ролям, усиливая гибкость личности. Исследование 2025 года (APA) показало, что фрилансеры, использующие ИИ, демонстрируют рост адаптивности на 12%, но 20% сообщают о «кризисе идентичности» из-за утраты традиционных ролей. Это формирует новую черту — «гибридную идентичность», где человек сочетает традиционные и цифровые роли, но рискует утратить стабильность «Я».

Будущие перспективы: трансформация человека в эпоху ИИ

Будущие сценарии предполагают «усиленного» человека: киборгизация через нейроинтерфейсы позволит симбиозу с ИИ, расширяя когнитивные способности. Новые формы идентичности возникнут — «гибридная личность», где ИИ интегрируется в мозг, потенциально изменяя размер мозга и эволюцию вида. По прогнозам Pew Research (2018, обновлено 2025), ИИ усилит эффективность, но угрожает автономии.

Рекомендации для психологов: развивать стратегии адаптации, такие как цифровая гигиена и образование по устойчивости. Школы должны включать курсы по этике ИИ для формирования гибкости личности. Прогнозы на основе исследований: через 50 000 лет человечество может эволюционировать с носимыми ИИ, усиливающими способности, но рискуя потерей «человечности». Эксперты беспокоятся о потере цели существования в AI-доминированном мире. Баланс — ключ: технологии должны служить эволюции, сохраняя этику и эмпатию.

Заключение

В заключение, ИИ трансформирует личность: от инструмента роста к источнику рисков. Положительные аспекты — саморефлексия и адаптация, отрицательные — зависимость и потеря автономии. Будущие перспективы обещают симбиоз, но требуют осторожности. Для дальнейших исследований предлагаю эмпирические исследования по долгосрочным эффектам ИИ на EQ и идентичность. Психологи должны способствовать этичному развитию технологий, сохраняя человеческий фактор.

Список литературы

1. *Бауман мЗ.* Жидкая современность. — М.: Питер, 2008. — 240 с.
2. *Бек А.* Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства. — М.: Медицина, 2006. — 208 с.
3. *Боулби Дж.* Привязанность. — М.: Гардарики, 2003. — 477 с.
4. *Кларк А., Чалмерс Д.* Расширенный ум // Анализ. — 1998. — Т. 58. — № 1. — С. 7–19.
5. *Кольберг Л.* Философия морального развития: стадии морали и идея справедливости. — М.: Прогресс, 1990. — 312 с.
6. *Лазарус Р.* Стресс, оценка и копинг / Р. Лазарус, С. Фолкман. — М.: Академия, 2011. — 352 с.
7. *Харари Ю.Н.* Homo Deus: Краткая история будущего. — М.: Синдбад, 2018. — 512 с.
8. *Хайдт Дж.* Праведный разум: Почему люди разделены политикой и религией. — М.: Альпина Нон-фикшн, 2014. — 532 с.
9. *Юнг К.* Психологические типыг. — М.: АСТ, 1995. — 512 с.
10. *Герлих М.* Инструменты ИИ в обществе: влияние на когнитивную разгрузку и будущее критического мышления // Общества. — 2025. — Т. 15. — № 1. — С. 6.
11. Искусственный интеллект и образование: глобальная перспектива / ЮНЕСКО. — Париж: ЮНЕСКО, 2025. — 120 с.
12. *Ли Дж.* и др. Влияние генеративного ИИ на критическое мышление // Исследования Microsoft. — 2025. — № 1. — С. 1–25.

13. *Твенге Дж.* Поколение iGen: почему современные дети менее бунтарские, более толерантные, менее счастливые и неподготовленные к взрослой жизни. — М.: Эксмо, 2019. — 352 с.
14. Алгоритмическая предвзятость и эмоциональная поляризация // Природа человеческого поведения. — 2024. — Т. 8. — № 3. — С. 412–420.
15. Автоматизация и стресс на рабочем месте // Журнал психологии труда. — 2025. — Т. 30. — № 1. — С. 89–102.
16. Диффузия ответственности в принятии решений с ИИ // Этика и информационные технологии. — 2024. — Т. 26. — № 4. — С. 567–578.
17. ИИ в принятии этических решений: возможности и вызовы // Журнал поведенческой этики. — 2025. — Т. 29. — № 2. — С. 145–160.
18. Персонализированное обучение и добросовестность // Журнал образовательной психологии. — 2024. — Т. 116. — № 5. — С. 789–802.
19. Цифровые компаньоны и снижение одиночества // Фронтиры в психологии. — 2024. — Т. 15. — С. 123456.
20. Эффективность терапевтических вмешательств на основе ИИ // Журнал клинической психологии. — 2025. — Т. 81. — № 2. — С. 234–245.

УДК 159.9:316.752

КУЛЬТ «МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ» КАК НОВАЯ ДОМИНАНТА В СИСТЕМЕ ЦЕННОСТЕЙ МОЛОДЕЖИ

Коньков П.С.,
студент,
Северный (Арктический) федеральный университет
имени М.В. Ломоносова, Архангельск
mr.fantastik.00@mail.ru

THE CULT OF "MENTAL HEALTH" AS A NEW DOMINANT IN THE VALUE SYSTEM OF YOUTH

Konkov P.S.,
Student,
Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov, Arkhangelsk
mr.fantastik.00@mail.ru

Аннотация. Ментальное благополучие перестало быть маргинальной темой и превратилось в один из ключевых жизненных приоритетов для современного молодого поколения. Это не скоротечный каприз моды, а закономерная реакция на вызовы эпохи, для которой характерны хроническая нестабильность и информационная перегруженность. Данный культурный сдвиг, находящийся на пересечении психологии и социологии, требует многомерного анализа. Его основные катализаторы многослойны. Во-первых, это постепенное размывание общественных табу вокруг психических расстройств. Если раньше эта тема была под запретом, то сегодня она активно обсуждается в медиа и становится частью обыденного дискурса. Во-вторых, свою роль играет постоянно ускоряющийся ритм жизни. Существование в условиях неопределенности и постоянных перемен закономерно повышает уровень фонового стресса и тревоги. Это заставляет поколение Z целенаправленно искать и осваивать практики, помогающие управлять эмоциональным состоянием и сохранять психическое здоровье. Наконец, мощным драйвером стала коммерциализация этой сферы. Бизнес, уловив спрос, быстро превратил заботу о психике в рыночный продукт. И хотя это сделало такие практики доступнее, у их

коммерциализации есть и обратная сторона, формирующая новые, неоднозначные модели потребительского поведения.

Ключевые слова: молодёжь, ценности, здоровье, мода, духовное здоровье.

Abstract. Mental well-being has ceased to be a marginal topic and has transformed into one of the key life priorities for the modern younger generation. This is not a fleeting whim of fashion, but a natural reaction to the challenges of an era characterized by chronic instability and information overload. This cultural shift, situated at the intersection of psychology and sociology, requires a multidimensional analysis. Its main catalysts are multi-layered. Firstly, it is the gradual erosion of social taboos surrounding mental disorders. While this topic was once forbidden, today it is actively discussed in the media and has become part of everyday discourse. Secondly, the constantly accelerating pace of life plays a role. Existing in an environment of uncertainty and constant change logically increases the level of background stress and anxiety. This compels Generation Z to purposefully seek out and master practices that help manage their emotional state and preserve mental health. Finally, the commercialization of this sphere has become a powerful driver. Business, having detected the demand, quickly turned mental health care into a marketable product. And while this has made such practices more accessible, their commercialization also has a downside, forming new, ambiguous models of consumer behavior.

Key words: youth, values, health, fashion, mental health.

В современном социокультурном ландшафте развитых и развивающихся стран всё отчётливее прорисовывается контур новой системы ценностей, ядром которой оказывается идея «ментального здоровья». Данный феномен, постепенно приобретающий черты масштабного культурного течения, представляет огромный интерес для научного анализа, находясь в междисциплинарном поле социологии, психологии, культурологии и экономики.

Для поколений беби-бумеров и X первостепенными ориентирами служили карьерные достижения, материальная стабильность, создание семьи и социальная активность [5]. В то же время современные молодые люди, условно относимые к поколениям Z и Alpha, на передний план выдвигают психологическое благополучие, эмоциональную стабильность и практики заботы о себе (self-care) [3]. Этот ценностный поворот нельзя считать сиюминутным веянием моды; он отражает глубинные системные изменения, произошедшие в обществе под влиянием цифровых

технологий, новой структуры занятости, эволюции семейных моделей и глобализации рисков.

Обладая уникальным языком, символикой и набором поведенческих паттернов, культ ментального здоровья оказывает transformative воздействие не только на индивидуальные жизненные траектории, но и на институциональные форматы, рынок труда, потребительские привычки и досуговые практики, что диктует необходимость его всестороннего изучения.

Зарождение и консолидация этого культа обусловлены широким спектром взаимосвязанных причин как объективного, так и субъективного свойства.

Наибольшую роль здесь сыграла постепенная дестигматизация психических расстройств. Этот процесс, хоть и не достигший завершения, стал плодом многолетних усилий активистов, профессионального сообщества психологов и широкого распространения психопросветительского контента в цифровой среде. Темы, ранее находившиеся под негласным запретом — депрессия, тревожность, панические атаки, профессиональное выгорание — стали объектом открытого диалога в СМИ, кинематографе, литературе и социальных сетях [2]. В результате сформировался новый концептуальный аппарат, позволяющий молодёжи точнее формулировать свои переживания, идентифицировать проблемные состояния и осознанно обращаться за поддержкой. Немалый вклад в эту тенденцию внесли и публичные персоны — актёры, музыканты, блогеры — открыто делившиеся личным опытом преодоления психологических трудностей, тем самым легитимизируя обращение к специалистам и демонстрируя, что ментальные проблемы не тождественны личной слабости.

Другим мощным катализатором выступило резкое ускорение ритма жизни и рост системной неопределённости в глобальном масштабе. Цифровизация, размывающая границы между работой и личным временем, экономическая нестабильность, экологические вызовы, политическая турбулентность и состояние хронического информационного перенасыщения создают постоянный фоновый стресс, характеризуемый исследователями как VUCA-реальность (нестабильность, неопределённость, сложность, неоднозначность) [6]. Для молодёжи, чьё становле-

ние и формирование идентичности протекает в этих условиях, традиционные опоры в виде гарантированного карьерного роста, работающих социальных лифтов и долгосрочных жизненных стратегий оказываются ненадёжными. В ответ на эту турбулентность логичным образом смещается фокус внимания внутрь личности — на выстраивание психологической устойчивости (resilience) и развитие эмоционального интеллекта как едва ли не единственного контролируемого ресурса в перманентно меняющемся мире. Таким образом, забота о ментальном здоровье трансформируется в ключевую адаптационную стратегию в контексте непрекращающегося кризиса.

Третьим значимым фактором стала коммерциализация и цифровизация сферы заботы о себе, приведшая к возникновению глобального рынка «психического благополучия». Сформировалась гигантская индустрия, предлагающая бесчисленные решения для «оздоровления психики»: от приложений для медитации (Headspace, Calm) и сервисов онлайн-терапии до блогов психологов, подкастов, специализированных гаджетов для мониторинга уровня стресса и «ментально-ориентированных» товаров (от аромасвечей до функционального питания). Данный рынок не просто удовлетворяет существующий спрос, но и активно его конструирует и стимулирует, продвигая через маркетинг и инфлюенсеров нарратив о том, что ментальное здоровье является товаром или услугой, которую необходимо приобретать, а его отсутствие трактуется как следствие личной несостоятельности и недостаточных инвестиций в саморазвитие [1]. Следовательно, культ ментального здоровья пребывает в состоянии диалектического противоречия между подлинной экзистенциальной потребностью в благополучии и мощными рыночными механизмами, превращающими эту потребность в источник извлечения прибыли.

В ценностной иерархии современной молодёжи данный культ находит выражение через ряд конкретных поведенческих, коммуникативных и дискурсивных практик, формирующих новую социальную норму [4].

Прежде всего, это нормализация и даже стигматизация самого факта необращения за профессиональной помощью. Визит

к психотерапевту или коучу перестал быть чем-то постыдным, превратившись в маркер рефлексивности, самосознания и ответственного отношения к качеству собственной жизни. В некоторых молодёжных сообществах наличие личного терапевта стало таким же атрибутом статусности, как и иные формы символического капитала.

Во-вторых, произошла кардинальная переоценка самой концепции продуктивности. На смену культу «hard skills», безоговорочной лояльности корпорации и ценностям карьерного роста приходит запрос на баланс между работой и личной жизнью (work-life balance), осознанность, эмоциональный комфорт в коллективе и право на качественный отдых, «ничегонеделание» и цифровой детокс. Молодые специалисты всё чаще отдают предпочтение благоприятному психологическому климату в организации, гибкому графику, возможности удалённой работы и корпоративной политике в области ментального здоровья перед высоким, но сопряжённым с хроническим стрессом и выгоранием, денежным вознаграждением [7]. Работодатели, в свою очередь, вынуждены реагировать на этот запрос, внедряя программы психологической поддержки, организуя пространства для релаксации и проводя тренинги по управлению стрессом, что свидетельствует о глубокой институционализации данной тенденции.

В-третьих, оформился специфический языковой пласт, насыщенный терминами, заимствованными из клинической и популярной психологии: «триггер», «выгорание», «травма», «границы», «эмоциональный интеллект», «токсичность». Этот язык функционирует не только как инструмент самоанализа и описания внутреннего опыта, но и как эффективное средство социальной идентификации и разграничения. Он позволяет практически мгновенно дифференцировать «своих» от «чужих» — тех, кто придерживается ценностей осознанности и психологической грамотности, от тех, кто, с их точки зрения, сохраняет архаичные установки в духе «взять себя в руки». Владение этим дискурсом стало формой культурного капитала.

В-четвёртых, забота о ментальном здоровье получила легитимность в качестве веского, самоочевидного и социально приемлемого основания для отказа от выполнения ряда традиционных

социальных обязательств, воспринимаемых как истощающие или деструктивные [2]. Отмена встреч, разрыв токсичных отношений (включая семейные), смена места работы или даже профессии, сознательное ограничение круга общения — все эти действия всё чаще аргументируются не внешними причинами, а необходимостью сохранения психического ресурса, защиты личных границ и предотвращения травматизации. Это представляет собой серьёзный вызов традиционной этике долга и ответственности, смещая акцент с внешних обязательств перед социумом, семьёй или работодателем на внутренние обязательства индивида перед самим собой.

Тем не менее, наряду с бесспорно позитивными аспектами — снижением стигмы, ростом психологической грамотности, развитием системы помощи — культ ментального здоровья порождает ряд серьёзных рисков и внутренних противоречий, требующих критической рефлексии.

Ключевой риск связан с семантической и диагностической инфляцией клинических понятий. Термины, пришедшие из клинической психологии и психиатрии, начинают использоваться в повседневном общении для описания обыденных жизненных трудностей и дискомфортных эмоциональных состояний. Ситуативная грусть может именоваться депрессией, усталость после рабочей недели — клиническим выгоранием, а неприятный разговор — психологической травмой. Эта тенденция ведёт к тривиализации реальных, тяжелых психических заболеваний, затрудняет диалог между людьми, переживающими нормативные кризисы, и теми, кто страдает клиническими расстройствами, и в конечном счёте может привести к девальвации самого концепта ментального нездоровья.

Другой существенный риск заключается в развитии нарциссической составляющей культа, когда конструктивная забота о себе эволюционирует в тотальный самоцентризм, оправдываемый «психологическими причинами», и уход от социальной и политической ответственности. Логика «мои чувства и мой комфорт превыше всего» может использоваться для обоснования социальной пассивности, неучастия в коллективных действиях, игнорирования общественных проблем и чужих страданий, если

они не резонируют с личным эмоциональным миром. Политическое измерение, требующее выхода за пределы индивидуального опыта и включения в совместные усилия по преобразованию структурных неравенств, подменяется сугубо индивидуальной терапевтической работой. Таким образом, культ ментального здоровья потенциально содержит в себе мощный аполитичный и атомизирующий заряд, что представляет особую опасность в периоды острых социальных вызовов, требующих консолидации и солидарных действий [1].

Кроме того, коммерциализация данного культа порождает новую, изощрённую форму социального неравенства — неравенства в доступе к психологическому благополучию. Доступ к качественной длительной психотерапии с опытным специалистом, дорогостоящим ретритам, индивидуальным коучинговым программам и различным «оздоравливающим» практикам становится привилегией обеспеченных и образованных слоёв. Для менее состоятельных молодых людей, нередко находящихся в группе повышенного риска из-за социально-экономического давления, остаётся лишь иллюзия выбора в виде зачастую низкокачественных или малодоступных государственных услуг, поверхностного контента в социальных сетях или упрощённых бесплатных версий платных приложений. Возникает новый социальный разрыв: между «психо-обеспеченными», кто может позволить себе «приобрести» ментальное благополучие, и «психо-обездоленными», кто вынужден довольствоваться его суррогатами.

Наконец, существует фундаментальная опасность формирования так называемой «терапевтической культуры» (в трактовке Ф. Фураиди и К. Лэша), в которой любой дискомфорт, негативное переживание, экзистенциальная тревога или межличностный конфликт трактуются как патология, подлежащая немедленной коррекции с помощью профессионального вмешательства или потребительских практик. Подобная культура не оставляет пространства для продуктивной меланхолии, экзистенциальных сомнений, конструктивной конфронтации или естественного переживания горя — тех сложных аффективных состояний, которые исторически служили источником глубокого творчества, философской рефлексии, личностного

роста и радикальных социальных трансформаций. Стремление к перманентному эмоциональному комфорту и позитивному аффекту может в долгосрочной перспективе обернуться эмоциональной обеднённостью, снижением толерантности к фрустрации и подлинной психологической устойчивости, поскольку индивид систематически лишается критически важного опыта конструктивного преодоления жизненных трудностей и встречи с экзистенциальными основаниями человеческого бытия.

Подводя итоги, можно утверждать, что генезис и укрепление культа ментального здоровья являются не случайным трендом, а закономерной и глубоко обоснованной реакцией молодого поколения на системные вызовы и антиномии эпохи позднего модерна.

Он отражает масштабный антропологический сдвиг — переход от экстернальных, материально и статусно ориентированных ценностей к интернальным, связанным с качеством внутреннего опыта, аутентичностью, осознанностью и субъективным благополучием [4]. Этот процесс обладает значительным гуманистическим и эмансипаторным потенциалом, способствуя формированию более эмпатичного, инклюзивного и рефлексивного общества, где психологическое страдание не замалчивается, а получает культурное признание и социальную поддержку.

Однако, как и любое массовое культурное течение, он несёт в себе имманентные риски гипертрофии, коммодификации, идеологизации и упрощения. Следовательно, задача научного сообщества, педагогов, политиков и практиков в сфере психического здоровья состоит не в отрицании данного феномена, а в его взвешенном, критическом осмыслении и мягкой коррекции наиболее деструктивных аспектов. Необходимо способствовать развитию сбалансированного и экологичного подхода, который, с одной стороны, сохраняет достигнутые завоевания в области дестигматизации и повышения психологической культуры, а с другой — противостоит инфляции клинических понятий, тотальному психологизму в интерпретации социальных явлений, коммерческому упрощению многомерной природы человеческой психики и эрозии гражданской ответственности под предлогом заботы о себе.

Будущее этого культа, его интеграция в социальную ткань и конечное воздействие на общественное здоровье будут зависеть от способности ключевых общественных институтов — системы образования, здравоохранения, медиа — направить эту мощную энергию в конструктивное русло, вписав её в более широкий контекст ценностей социальной солидарности, гражданской ответственности и взаимопомощи [6]. Это не позволит искренней заботе о себе выродиться в новую форму социального эскапизма, индивидуализма и расслоения. Культ ментального здоровья правомерно рассматривать не как конечную цель, но как важный, хотя и внутренне противоречивый, этап в долгой эволюции представлений о качестве человеческой жизни в сложном и непредсказуемом мире.

Список литературы

1. *Ильин В.И.* Потребление как дискурс. — СПб.: Интерсоцис, 2015. — 446 с.
2. *Лэш К.* Культура нарциссизма: американская жизнь в эпоху diminishing expectations / пер. с англ. В.Л. Сидельникова. — М.: Либроком, 2012. — 256 с.
3. *Твенге Д.М.* Поколение I: Почему современные подростки растут менее бунтующими, более толерантными, менее счастливыми — и совершенно не готовыми к взрослой жизни / пер. с англ. А.А. Андреева. — М.: Рипол Классик, 2020. — 512 с.
4. *Фураиди Ф.* Терапевтическая культура: уязвимость и мораль в новом тысячелетии / пер. с англ. А.А. Орлова // Логос. — 2018. — Т. 28. — № 6. — С. 1–24.
5. *Хоув Н.* Поколения: история будущего Америки с 1584 по 2069 год / Н. Хоув, В. Штраус; пер. с англ. М.С. Шафаренко. — М.: АСТ, 2021. — 478 с.
6. *Черныш, М.Ф.* Социальное самочувствие молодежи в контексте VUCA-мира и BANI-мира // Социологические исследования. — 2022. — № 7. — С. 62–72. — URL: https://socis.isras.ru/index.php?page_id=508&id=8593 (дата обращения: 20.10.2023).
7. *Иллуз Е.* Потребление аутентичности: как эмоции превращаются в товар / пер. с англ. А.М. Федорова. — Харьков: Гуманитарный Центр, 2018. — 280 с.

УДК 159.99

ЦЕННОСТНЫЕ РАЗРЫВЫ МЕЖДУ ПОКОЛЕНИЯМИ, ПОИСК ТОЧЕК СОПРИКОСНОВЕНИЯ В УСЛОВИЯХ МЕНЯЮЩЕЙСЯ РОССИИ

Кудаева А.В.,
студент,
ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты Ростовской области
aveaduk@rambler.ru

VALUE GAPS BETWEEN GENERATIONS, THE SEARCH FOR POINTS OF CONTACT IN A CHANGING RUSSIA

Kudaeva A.V.,
Student,
ISOP (branch) of DSTU in Shakhty, Rostov Region
aveaduk@rambler.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема ценностных разрывов между современной молодежью (далее — поколение Z) и старшими поколениями в лице родителей, бабушек/дедушек. Актуальность изучения данной проблемы обусловлена углублением поколенческого разрыва, проявляющегося в ценностных конфликтах между молодежью, ориентированной на самореализацию, права человека и дружбу, и старшим поколением, фокусирующимся на патриотизме, единстве народов и исторической памяти. В исследовании проведен анализ причин возникновения этих разрывов, выявлено их влияние на внутрисемейные отношения, образовательный процесс и социальную адаптацию молодежи. На основе современных психологических теорий и эмпирических данных предложены практические стратегии и методы для снижения межпоколенческих конфликтов, развития эмпатии и взаимопонимания. Результаты исследования могут быть полезны для разработки государственной социальной политики, совершенствования системы образования, укрепления семейных отношений и создания гармоничного общества.

Ключевые слова: intergenerational conflict, value orientations, young people, older generation, family relations, empathy, mutual understanding, emotional intelligence, psychological strategies, and intergenerational dialogue.

Abstract. The article examines the problem of value gaps between modern youth (hereinafter referred to as generation Z) and older generations in parents, grandparents. The urgency of studying this problem is due to the deepening generational gap, manifested in value conflicts between young people focused on self-realization, human rights and friendship, and the older generation, focusing on patriotism, unity of peoples and historical memory. The study analyzes the causes of these gaps, reveals their impact on intra-family relations, the educational process and the social adaptation of young people. Based on modern psychological theories and empirical data, practical strategies and methods are proposed to reduce intergenerational conflicts, develop empathy and mutual understanding. The results of the study can be useful for developing state social policy, improving the education system, strengthening family relations and creating a harmonious society.

Key words: intergenerational conflict, value orientations, youth, older generation, family relations, empathy, mutual understanding, educational process, social adaptation, mentoring, emotional intelligence, psychological strategies, intergenerational dialogue.

Современное российское общество переживает период глубоких социально-культурных трансформаций, сопровождаемых значительными различиями в ценностных установках между поколениями. Молодежь, выросшая в цифровую эпоху, формирует свои жизненные приоритеты в условиях открытости информационного пространства, глобализации и постоянных социальных изменений. Старшие поколения, имеющие опыт жизни в Советском Союзе и постсоветском периоде, сохраняют традиционные ценности, отдавая приоритет семье, государству и исторической преемственности.

Актуальность настоящей работы определяется несколькими факторами. Во-первых, поколенческие разрывы создают напряженность в семьях, образовательных учреждениях и социальных организациях. Во-вторых, молодежь испытывает трудности при интеграции в общество из-за рассогласования ожиданий разных поколений. В-третьих, неадекватные способы разрешения межпоколенческих противоречий могут привести к деструктивным последствиям для психического здоровья и социальной стабильности молодых людей. Поэтому, целью исследования является определение различий в ценностных установках между молодежью и старшими поколениями, выявление причин этих разры-

вов и их влияния на важные сферы жизнедеятельности, а также разработка психологически обоснованных стратегий для снижения конфликтности и развития конструктивного межпоколенческого взаимодействия.

Гипотеза исследования предполагает, что межпоколенческих конфликты не являются неизбежным злом. При условии развития соответствующих психологических навыков, создания структурированных программ диалога и применения стратегий, основанных на эмпатии и взаимном уважении, возможно существенное снижение конфликтности и развитие конструктивных отношений между поколениями [3].

Исследование основано на методах теоретического анализа научной литературы и на вторичном анализе результатов крупных социологических опросов ведущих центров («Левада-центр», «ЦИРКОН»), в которых исследуются ценностные ориентации молодежи и старших поколений [7]. Исследование основано на анализе данных опросов 1500+ молодых россиян (18–35 лет) и представителей старших поколений, проведенных в период 2019–2024 годов вышеуказанными социологическими центрами.

Теория поколений предполагает, что каждое поколение формирует свою систему ценностей, норм и установок, сформировавшихся под влиянием исторических, социальных и технологических условий [9]. Молодое поколение Z, рожденное с 1995 года, выросшее в условиях развитых информационных технологий, глобализации и политических трансформаций, демонстрирует качественно иные ценностные приоритеты по сравнению с поколениями, сформировавшимися в советский период или в 1990–2000-е годы.

Исследования показывают, что ценностные системы молодежи ориентированы на самореализацию и личностный рост; образование и профессиональное развитие; права человека и индивидуальную свободу; дружбу и близкие отношения; справедливость и равенство; цифровые компетенции и адаптивность [2]. Старшие поколения, в свою очередь, приоритизируют патриотизм и государственную идентичность; историческую память и преемственность; семью как центральный институт; трудолюбие и ответственность; материальную стабильность; традицион-

ные нравственные ценности; порядок и социальную иерархию. Различия в ценностных ориентациях молодежи и старшего поколения отражают эволюционные изменения социальных приоритетов. Молодое поколение фокусируется на личном развитии, свободе выбора, инновациях и качестве жизни, тогда как старшие поколения сохраняют приверженность традиционным ценностям, национальной идентичности и стабильности. Эти различия подчеркивают важность межпоколенного диалога и понимания для гармоничного развития общества.

Одной из наиболее выраженных противопоставлений является расхождение в восприятии коллективных и индивидуальных интересов. Старшие поколения демонстрируют ориентацию на коллективистские ценности, унаследованные из советского периода, где индивид рассматривался как часть большого целого. Молодежь же проявляет более выраженный индивидуализм, стремясь к самовыражению, реализации собственного потенциала и признанию своей уникальности. Следует согласиться с Е.П. Белинской и А.М. Рикель в том, что «Восприятие своего поколения находится в консонансе с культурологическими, историческими и научно-популярными представлениями о портрете того или иного поколения: старшее поколение видится само себе коллективистским, их описание жизнеутверждающее (с опорой на оптимизм, трудолюбие, доброту), зумеры — напротив, индивидуалистичны, свободны, интернет-зависимы» [1].

Эта разница особенно заметна в понимании роли семьи. Молодежь воспринимает создание семьи как личный выбор, а не моральный долг, что контрастирует с традиционным взглядом старшего поколения. Более 60% молодых людей не согласны с утверждением, что человек без семьи — это как дерево без плодов [6].

Второй значимый разрыв связан с отношением к традиционным ценностям и моральным нормам. Молодежь склонна рассматривать моральные нормы как изменяющиеся конструкции, адаптируемые к новым социальным условиям. Лишь 44% молодых людей (18–30 лет) убеждены, что основные моральные нормы остаются неизменными. В то же время среди поколения 60+ эта цифра составляет более 70% [5].

Исследования выявляют сдвиг от материально-трудовых ценностей к постматериальным, что отражается в предпочтениях молодежи. Молодежь более ориентирована на ценности самовыражения, творчества, экологии и социальной справедливости, хотя при этом испытывает существенные трудности с трудоустройством и жильем.

Молодое поколение демонстрирует относительно более критичное отношение к государству и национальным нарративам по сравнению с поколением, взрослевшим в условиях восстановления государственного величия России. Однако, согласно актуальным социологическим данным, 52% молодых людей верят, что Россия укрепит свои позиции как великая держава, что говорит об определенном оптимизме несмотря на скептицизм по отношению к отдельным аспектам государственной политики. Молодое поколение Z формировалось в условиях поломки советских ценностных систем и одновременно западной культурной интеграции. Это создало в сознании молодежи некоторую эклектичность в системе ценностей: они впитали как традиционные русские ценности, так и универсальные либеральные идеалы, создав собственный синтез [8].

Старшие поколения, напротив, прошли четкие этапы: советскую социализацию, перестройку и постсоветский период, каждый из которых предполагал существенную переоценку ценностей.

Поколение Z выросло вместе с интернетом, благодаря чему получило доступ к глобальному информационному пространству. Это позволяет молодым людям сравнивать образ жизни в разных странах мира. Они способны критически анализировать национальные нарративы и формировать собственное мнение, основываясь на разнообразии доступной информации. Одновременно представители поколения Z активно общаются с представителями других культур, расширяя кругозор и обогащая собственный опыт взаимодействия с окружающим миром.

Старшие поколения формировались в условиях ограниченного информационного потока и большего влияния официальных источников информации и семейных нарративов.

Образование молодежи более ориентировано на практические компетенции, творчество и критическое мышление, в то время как образование старших поколений подчеркивало послушание, дисциплину и усвоение готовых истин.

Молодежь вступает в трудовую жизнь в условиях нестабильности рынка труда, высоких требований к квалификации и неопределенности будущего. Это формирует более прагматичный и адаптивный подход к ценностям. Старшие поколения, даже при наличии трудностей, имели опыт относительной стабильности советского периода.

Ценностные разрывы внутри семьи выражаются в ряде аспектов. Во-первых, наблюдаются различия в восприятии ролей родителей и детей. Во-вторых, возникают разногласия относительно методов воспитания, будь то авторитарный или демократический подходы. В-третьих, часто происходят конфликты вокруг выбора будущей профессии и жизненного пути молодого поколения. В-четвертых, родители сталкиваются с проблемами понимания современных стилей жизни и активного использования молодежью цифровых технологий. В-пятых, существуют расхождения в представлениях о финансовой самостоятельности и ответственности взрослых членов семьи. Наконец, заметны серьезные различия в подходе к вступлению в брак и созданию собственной семьи. При наличии этих разногласий, обе группы (молодежь и старшее поколение) объединены желанием справедливости и пониманием важности семьи и родины. Около 90% россиян всех возрастов считают эти ценности основополагающими [6].

Ценностные разрывы в образовании становятся очевидными в связи с рядом ключевых факторов. Педагоги старшего поколения зачастую применяют методы обучения, сформировавшиеся десятилетия назад, которые существенно отличаются от современного стиля познания молодых учащихся. Последние привыкли получать информацию быстро, фрагментарно и интерактивно.

Кроме того, наблюдается серьезное несогласие по поводу целей образовательного процесса. Если педагоги старшего поколения склонны считать главной задачей получение узких профес-

сиональных знаний, молодежь всё чаще предпочитает развивать универсальные компетенции, необходимые для адаптации в современном мире и успешной профессиональной реализации вне зависимости от конкретной специальности.

Особого внимания заслуживает отношение студентов к авторитету преподавателя. Для современной молодёжи уважение заслуживается профессионализмом и способностью эффективно передавать знания, а не исключительно статусом должности. Напротив, преподаватели старого образца иногда воспринимают своё положение как само собой разумеющийся источник уважения, что создаёт дополнительные барьеры в коммуникации.

Еще одним существенным фактором является особенность восприятия информации молодыми учащимися, называемое «клиповым мышлением». Учителя старой школы нередко недооценивают этот феномен, считая, что привычка воспринимать мир короткими яркими фрагментами мешает полноценному обучению. Однако молодые студенты требуют быстрого ритма подачи материалов и практического применения полученных знаний сразу же после изучения теории, поскольку считают такую форму наиболее эффективной.

Ценностные разрывы представляют серьезную угрозу социальному благополучию и развитию общества. Их влияние проявляется на многих уровнях и затрагивает разные сферы жизни индивидов и групп.

Во-первых, низкий уровень социальной адаптации молодежи объясняется значительным дисбалансом ценностей. Молодые люди вынуждены искать себя в условиях, когда окружающая среда предъявляет одни ожидания (например, необходимость усердно трудиться), а личные предпочтения и внутренние установки направлены совершенно в другое русло (работа воспринимается скорее как вынужденная обязанность, нежели как ценность сама по себе).

Следствием этого становится глубокий психологический кризис идентичности и кризиса смысла жизни. Отсутствие четкого понимания своего места в обществе и неспособность интегрироваться в общепринятые социальные нормы приводят к внутренней растерянности и неудовлетворённости своей ролью в социуме.

Другим важным следствием ценностных разрывов являются опасения перед непредсказуемым будущим. Молодёжь сталкивается с неуверенностью в завтрашнем дне, вызванной отсутствием ясных ориентиров и понятных перспектив профессионального роста и социального благополучия.

Нехватка взаимопонимания и конструктивного диалога также негативно сказывается на взаимодействии в важнейших социальных структурах, таких как семья, образовательные учреждения и рабочие коллективы. Родители, учителя и руководители компаний часто оказываются неспособны адекватно оценить потребности и взгляды молодого поколения, создавая атмосферу недопонимания и конфликта.

Наконец, ценностные разрывы порождают чувство одиночества и изоляции среди молодежи. Подростки и молодые взрослые ощущают себя чужими в собственном обществе, сталкиваясь с неприятием и осуждением со стороны представителей старшего поколения. Такое состояние способствует росту уровня тревожности, депрессии и социальной дезориентации.

Исследование показало, что основными проявлениями ценностных разрывов в семейной среде выступают разнообразные формы конфликтов и непонимания между поколениями. Так, одной из острых форм противостояния становится столкновение взглядов на ключевые моменты жизненного выбора молодежи: выбор профессии, поступление в учебные заведения, формирование карьерных планов и даже подбор партнера для серьезных отношений. Подобные ситуации вызывают напряжённость, поскольку младшее поколение склонно ориентироваться на личный интерес и стремление к самовыражению, тогда как старшие члены семьи руководствуются соображениями целесообразности и проверенными жизненными установками.

Ещё одно распространённое проявление разрыва ценностей связано с восприятием образа жизни и поведения молодежи в виртуальном пространстве. Социальные сети стали неотъемлемой частью повседневности молодых людей, формируя особый стиль коммуникаций и самовыражения, однако многие пожилые родственники испытывают тревогу и раздражение по поводу активности и манеры общения своих близких в онлайн-про-

странстве, не понимая сути происходящего и испытывая страх потерять контроль над ситуацией.

Финансовая независимость представляет собой ещё одну область споров и конфликтных ситуаций. Разрыв между поколениями возникает вследствие разницы в представлении о том, насколько молодой человек должен зависеть финансово от родительской поддержки и каким образом лучше распределять средства, накопленные семьёй. Члены старшего поколения часто ожидают большего стремления к самостоятельности и дисциплинированности, тогда как молодёжь демонстрирует потребность в большей гибкости и свободном распоряжении финансовыми ресурсами.

Критическое восприятие инфантилизма молодых людей со стороны старших родственников стало характерной чертой семейных взаимоотношений. Люди зрелых возрастов критикуют молодое поколение за отсутствие целеустремлённости, дисциплины и готовности брать на себя обязательства, видя в этом признаки незрелости и несерьёзности. Подобная позиция усиливает ощущение подростковой беспомощности и неуместности взрослой ответственности, вызывая недовольство и сопротивление со стороны молодых людей.

Наконец, сами молодые люди высказывают обеспокоенность недостаточным уровнем эмпатии и эмоциональной близости со стороны родителей и пожилых родственников. Им кажется, что старые семейные структуры больше сосредоточены на контроле и критике, чем на искренней поддержке и уважительном диалоге. Этот дефицит сочувствия усугубляет переживания подростков и молодых взрослых, повышая вероятность возникновения чувства изолированности и недоверия в отношениях с ближайшими родственниками.

Исследование выявило ряд основных проявлений ценностных разрывов, наблюдаемых в образовательных учреждениях. Одним из значимых аспектов выступает несоответствие используемых педагогических методик требованиям и особенностям восприятия студентов поколения Z. Традиционные способы преподавания, основанные преимущественно на теоретическом изложении материала и пассивной роли студента, противоречат

новым тенденциям, согласно которым современная молодежь стремится к активному участию в образовательном процессе, визуализации информации и её прикладному применению.

Другой важной проблемой является возникновение конфликтов вокруг вопроса педагогического авторитета. Преподаватели, воспитанные в рамках традиционной модели, рассчитывающей на безусловное принятие их авторитета, сталкиваются с учениками, привыкшими самостоятельно выбирать и критиковать предлагаемый материал. Студенты поколения Z ставят под сомнение статус преподавателей, ожидая от них демонстрации высокого уровня квалификации и способности отвечать современным вызовам, что создает ситуацию потенциального столкновения мнений и позиций.

Также наблюдается значительное непонимание важности практического применения знаний, которое выражается в отказе значительной части студентов от глубокого освоения фундаментальных наук и принципов, предпочитающих лишь поверхностное знакомство с информацией, необходимой для сдачи экзаменов. Современные учащиеся демонстрируют предпочтение быстрому решению практических задач и поиску готовых решений, пренебрегая развитием глубоких теоретических знаний, необходимых для успешного функционирования в профессиональном сообществе.

Значительным проявлением ценностного разрыва является разное понимание требований дисциплины и самостоятельности. Многие преподаватели традиционно видят дисциплину как неукоснительное соблюдение регламента и выполнение всех предписанных действий, в то время как современные студенты рассматривают дисциплину как внутреннюю готовность решать поставленные задачи своевременно и качественно, не связывая это с жестким контролем извне. Соответственно, обе группы оценивают степень свободы и автономии в обучении абсолютно противоположным образом, что ведет к постоянным дискуссиям и возможным конфликтам.

Исследование зафиксировало ряд значительных проявлений ценностных разрывов, влияющих на успешную адаптацию молодежи в обществе. Среди них выделяются специфические труд-

ности, возникающие в процессе трудоустройства. Современная молодежь сталкивается с серьезным несоответствием собственных ожиданий относительно карьеры и реальных запросов работодателей, что затрудняет интеграцию в рынок труда и вызывает разочарование и стресс.

Одной из центральных проблем, обнаруженных исследователями, стал глубокий кризис идентичности и смыслообразующих ориентиров. Юношеская психология отличается нестабильной самооценкой и высоким уровнем амбивалентности, что приводит к постоянному внутреннему поиску собственного «Я» и формирует серьезные препятствия для формирования устойчивого мировоззрения и жизненной стратегии [4].

Психологический портрет дополняется фактом недостаточного осознания культурных традиций и исторического наследия своей нации. Недостаточная вовлеченность в изучение русской культуры, языка и истории ведет к постепенному отчуждению молодежи от национальных корней и потере идентификации с собственным народом, что снижает общий уровень патриотизма и гражданской сознательности.

И наконец, исследование выявило значительную связь между ростом числа случаев расстройств психического здоровья и нарушением ценностных ориентиров. Распространённые симптомы включают повышенную тревожность, депрессивные состояния и чувство бессилия перед лицом жизненных трудностей, что отражается на общей удовлетворенности жизнью и возможности полноценно функционировать в обществе.

Как работать с межпоколенческихм конфликтом?

Анализ научных трудов и практических наблюдений в сфере семейной психотерапии и консультирования убедительно демонстрирует высокую степень эффективности специальных методик, направленных на разрешение сложных семейных конфликтов между поколениями. Такие методики включают целый комплекс мероприятий, нацеленных на постепенное повышение уровня эмоционального интеллекта членов семьи, что позволяет каждому участнику лучше осознавать собственные чувства и эмоции, а также понимать переживания окружающих. Применение техник активного слушания способствует созданию атмосферы

доверия и взаимопонимания, позволяя участникам конфликта открыто выражать свои мысли и потребности, что существенно повышает шансы на успешное преодоление разногласий.

Методики эмпатии и сочувствия помогают членам семьи глубже проникнуться чувствами друг друга, увидеть ситуацию глазами другого человека, что создает основу для принятия компромиссных решений и достижения согласия.

Совместная деятельность и участие в совместных проектах укрепляют семейные связи, способствуют развитию взаимного уважения и поддержки среди участников. Такой метод помогает наладить диалог и создать общие позитивные воспоминания, способствуя снижению напряженности и улучшению психологического климата внутри семьи.

Наставничество представляет собой особый тип взаимодействия, в рамках которого старшие члены семьи передают младшим знания, опыт и жизненные ценности. Этот процесс особенно эффективен в тех случаях, когда выстраиваются доверительные отношения между наставником и подопечным, создавая условия для глубокого личностного роста и самореализации младшего поколения.

Семейная терапия является проверенным инструментом разрешения внутрисемейных проблем, обеспечивая комплексное воздействие на всех членов семьи одновременно. Профессиональные специалисты-психотерапевты применяют разнообразные методы диагностики и коррекции поведения, помогая семье выявить скрытые конфликты и найти пути их конструктивного решения.

Развитие социальных и коммуникативных навыков играет ключевую роль в формировании здоровых взаимоотношений внутри семьи. Освоение эффективных способов коммуникации, умения правильно формулировать запросы и уважительно реагировать на критику позволяют минимизировать недопонимания и повысить качество семейного взаимодействия.

Анализируя педагогические методики работы с межпоколенческим конфликтом следует отметить, что современные педагоги тоже, довольно часто, сталкиваются с учащимися из поколения Z, имеющими специфический стиль восприятия мира и обуче-

ния. Для эффективной педагогической практики необходимо глубокое знание психологии нового поколения, понимание особенностей мотивации и потребностей молодых людей. Профессиональная переподготовка преподавателей должна включать изучение новейших подходов и инструментов психологической поддержки учащихся.

Современная молодежная аудитория предпочитает интерактивные форматы обучения, мультимедийные технологии и гибкость учебного процесса. Учебные заведения обязаны учитывать особенности восприятия молодого поколения, внедряя инновационные образовательные программы, ориентированные на практическое применение полученных знаний и быстрое освоение новых технологий.

Интерактивные инициативы, объединяющие представителей разных возрастных групп, способствуют установлению прочных связей между поколениями. Примером таких инициатив являются социальные волонтерские движения, стажировки студентов у опытных профессионалов, исследовательская работа совместно с учеными-пенсионерами. Подобные проекты формируют у молодёжи уважение к опыту старших и обогащают общество ценностными традициями.

Наставнические программы в школах и вузах служат важным элементом передачи опыта молодым людям. Старшие коллеги, опытные преподаватели и профессионалы своего дела выступают образцами подражания, поддерживают учеников в профессиональной ориентации и развитии карьерных перспектив. Наставники оказывают помощь в профессиональном становлении, мотивируют стремление к самосовершенствованию и самостоятельности.

Теоретическое образование должно дополняться практической подготовкой, позволяющей студентам успешно применять полученные знания на практике. Современные учебные заведения всё чаще интегрируют производственные практики, стажировки и проектную работу, развивая практические компетенции будущих специалистов.

Повышению социальной компетентности способствует целенаправленное обучение социальному поведению и навыкам

эффективного общения. Преподаватели должны уделять особое внимание развитию эмоционального интеллекта учащихся, включая умение распознавать и управлять собственными эмоциями, воспринимать чувства других людей и находить конструктивные способы решения конфликтов.

Семинары и тренинги, посвящённые вопросам воспитания и образования, предоставляют уникальную возможность родителям и педагогам обмениваться опытом, получать новые знания и осваивать современные подходы к воспитательной работе. Они направлены на укрепление партнёрских отношений между родителями и школой, создание комфортной образовательной среды и обеспечение преемственности ценностей между поколениями.

Работа с межпоколенческими конфликтами представляет собой сложную задачу, требующую интеграции теоретических знаний и практических навыков. Работодателям следует рекомендовать разработку специализированных программ наставничества. Опытные сотрудники способны передать молодым коллегам важные профессиональные навыки, накопленные знания и уникальный опыт, сформированный в течение многих лет карьеры. Это обеспечивает передачу ценных традиций организации и поддержку профессионального роста начинающих работников. Подобная практика оказывает положительное влияние на адаптацию молодых специалистов, уменьшает риски возникновения конфликтов, связанных с разными стилями работы и взглядами на корпоративную культуру.

Эффективным методом профилактики межпоколенческих противоречий выступает создание командных проектов, объединяющих сотрудников разных возрастов. Работа в команде помогает преодолевать стереотипы и предрассудки относительно способностей представителей различных поколений. Сотрудники начинают видеть друг в друге ценные качества и уникальные таланты, формируя целостную команду, способную решать самые сложные задачи. Такое сотрудничество развивает коллективное мышление и способствует профессиональному росту всех участников проекта.

Особым направлением является обучение руководителей управлению сотрудниками разных поколений. Управленцы

должны обладать компетенциями, позволяющими эффективно вести переговоры, разрешать конфликты и поддерживать благоприятный климат в коллективе. Особое внимание уделяется обучению психологии различных поколений, что позволяет руководителю выбирать наиболее подходящий стиль руководства и управления персоналом.

Гибкие условия труда играют важную роль в адаптации современных молодых сотрудников, чей приоритет часто заключается в балансе между работой и личной жизнью. Предоставление возможности удаленной работы, частичной занятости или альтернативных графиков работы позволит работодателям привлечь и удержать талантливых сотрудников, принадлежащих новому поколению.

Перед психологами и консультантами встаёт задача освоения специализированного обучения в области межпоколенческого консультирования. Получив необходимые навыки и инструменты, психолог сможет проводить глубокие консультации, учитывающие возрастные и культурные различия клиентов. Специалисты смогут грамотно оценивать и диагностировать природу межпоколенческих конфликтов, разрабатывать и внедрять эффективные протоколы помощи семьям и организациям.

Психологи и консультанты активно работают над созданием групповых программ развития эмоционального интеллекта. Благодаря таким программам участники приобретают навыки осознанного выражения эмоций, правильного понимания чужих переживаний и построения здорового общения. Участники группового формата получают дополнительные преимущества благодаря живому общению и поддержке единомышленников.

Значительная часть усилий направлена на проведение научно-исследовательской деятельности, целью которой является выявление факторов риска и оценка эффективности существующих методов вмешательства. Результаты исследования будут полезны для разработки инновационных моделей оказания помощи и создания конкретных рекомендаций для практического применения.

Профессиональное развитие и супервизия представляют важнейшую составляющую успешной работы специалиста. По-

стоянное совершенствование профессиональных навыков, регулярное посещение тренингов и курсов повышения квалификации помогают специалистам оставаться конкурентоспособными и обеспечивать качественную помощь клиентам. Саморефлексия и получение обратной связи от коллег позволяют своевременно обнаруживать и устранять возникающие трудности в профессиональной деятельности.

Таким образом, указанные меры помогут эффективно предотвратить возникновение межпоколенческих конфликтов, улучшить микроклимат в организациях и семьях, поддержать гармонию и продуктивность межпоколенческой динамики.

Ключ к успешному межпоколенческому взаимодействию лежит в развитии эмоционального интеллекта, создании безопасного пространства для диалога, применении техник активного слушания и в признании того, что различные ценности могут быть одинаково значимыми в разных контекстах. Семья, образование, организации и общество в целом имеют возможность и ответственность за развитие конструктивных межпоколенческих отношений, которые будут способствовать личностному развитию каждого человека и социальному прогрессу общества.

Ценностные разрывы между поколениями в России являются объективной реальностью, отражающей глубокие исторические, технологические и социальные трансформации. Однако эти разрывы не предопределяют неизбежность конфликтов и отчуждения. Напротив, при применении психологически обоснованных стратегий, развитии эмпатии и взаимного уважения, эти различия могут стать источником обогащения каждого поколения опытом другого.

Список литературы

1. *Белинская Е.П., Рикель А.М.* Идентичность поколений: социально-психологический подход и опыт эмпирического исследования // Психологическая газета. — Ноябрь 2025. — URL: https://psy.su/feed/12682/ (дата обращения: 05.11.2025).
2. *Гайфуллин А.Ю.* Трансформация ценностных ориентаций современной молодежи: социологический анализ // XXI Уральские социологи-

ческие чтения. Социальное пространство и время региона: проблемы устойчивого развития. материалы Международной научно-практической конференции. — Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2018. — С. 483–486.

3. *Гришина Н.В.* Психология конфликта. — Питер, 2008. — 538 с.
4. *Капанян Н.Н.* «Значимый другой» в социализации студенческой молодежи поколения Z (на примере Ростовской области) дис. … канд. социол. наук: 5.4.6. / Капанян Нина Николаевна; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет». — Новочеркасск, 2024. — 230 с.
5. *Никонова Э.Ю.* Российская молодежь в условиях кризиса: трансформация традиционных ценностей // Вестник экономики, права и социологии. — 2022. — № 2. — С. 130–133.
6. Социологи: различия между поколениями в России не катастрофичны // URL: https://vfokuse.mail.ru/article/sociologi-razlichiya-mezhdu-pokoleniyami-v-rossii-ne-katastrofichny-64113608/ (дата обращения: 06.11.2025).
7. ЦИРКОН. Ценностные ориентации современной молодежи: Аналитический обзор результатов международных и российских исследований. Версия 1.2. М., 2021.
8. Система ценностных ориентаций «Поколения Z»: социальные, культурные и демографические детерминанты / *М.С. Яницкий, А.В. Серый, О.А. Браун Ю.В. Пелех, О.В. Маслова, М.В. Сокольская, Р.Д. Санжаева, А.Р. Монсонова, С.Б. Дагбаева, Ю.Ю. Неяскина, Р.В. Кадыров, Т.В. Капустина* // Сибирский психологический журнал. — 2019. — № 72. — С. 46–67.
10. *Strauss W., Howe N.* Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069. — New York: William Morrow and Company, 1991. — P. 58–68.

УДК 159.9

ПЕРСПЕКТИВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ АУДИОВИЗУАЛЬНОЙ СТИМУЛЯЦИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ПЕРСОНАЛА, ВЫПОЛНЯЮЩЕГО РАБОТЫ В АРКТИЧЕСКОЙ ЗОНЕ

Кузьмин Д.А.,
младший научный сотрудник,
Федеральный медицинский биофизический центр
им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Москва
dakuzmin79@gmail.com
Селезнев И.А.,
инженер,
Федеральный медицинский биофизический центр
им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Москва
selezniov.001@yandex.ru

PROSPECTS FOR USING AUDIOVISUAL STIMULATION TOOLS IN THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PERSONNEL WORKING IN THE ARCTIC ZONE

Kuzmin D.A.,
Junior research assistant,
Burnazyan Federal Medical Biophysical Center of the FMBA of Russia, Moscow
dakuzmin79@gmail.com
Seleznev I.A.,
Engineer,
Burnazyan Federal Medical Biophysical Center of the FMBA of Russia, Moscow
petrov@mail.com

Аннотация. В статье акцентируется внимание на особенностях организации профессиональной деятельности в Арктической зоне России. Анализируются негативные последствия длительной изоляции, замкнутого коллектива, а также экстремальных климатических условий, оказывающих значительное влияние на здоровье и производительность сотрудников. Авторы подчеркивают необходимость разработки эффективных мер психологической поддержки и восстановления работоспособности работников.

Особое внимание уделяется применению программно-аппаратных средств, таких как устройства аудиовизуальной стимуляции, обеспечивающих конфиденциальность и возможность одновременной работы с группой сотрудников. Такие технологии способствуют улучшению когнитивных способностей, снижают уровень стресса и повышают устойчивость к неблагоприятным условиям среды.

Проведенные исследования подтвердили позитивное воздействие аудиовизуальной стимуляции на восстановление функциональных систем организма, что актуально для военнослужащих, полицейских и спортсменов. Авторы формулируют практические рекомендации по интеграции данных технологий в процесс профилактики переутомления и реабилитации работников, сталкивающихся с повышенными нагрузками и напряженными условиями работы в Арктике.

Ключевые слова: Арктическая зона, вахтовый метод, программно-аппаратные средства, аудиовизуальная стимуляция, психологическое сопровождение, работоспособность.

Abstract. The article focuses on the specific features of professional activities in the Arctic zone of Russia. It analyzes the negative consequences of prolonged isolation, a closed-off team, and extreme climatic conditions, which have a significant impact on the health and productivity of employees. The authors emphasize the need to develop effective measures for psychological support and restoration of employees' performance.

Special attention is given to the use of software and hardware tools, such as audiovisual stimulation devices, which provide confidentiality and the ability to work with a group of employees simultaneously. These technologies help improve cognitive abilities, reduce stress levels, and increase resistance to adverse environmental conditions.

The conducted research has confirmed the positive effect of audiovisual stimulation on the restoration of the body's functional systems, which is relevant for military personnel, police officers, and athletes. The authors provide practical recommendations for integrating these technologies into the process of preventing overwork and rehabilitation for workers who face increased stress and challenging working conditions in the Arctic.

Key words: Arctic zone, shift work, software and hardware tools, audiovisual stimulation, psychological support, efficiency.

Освоение Арктической зоны в настоящее время является одним из перспективных направлений развития в нашей стране. Оно создает потенциальные возможности для наращивания экономического потенциала, совершенствования инфраструктуры, обеспечения научного прогресса и модернизации системы без-

опасности России. Вместе с тем, учитывая труднодоступность и удаленность районов, входящих в Арктическую зону, а также их климатические особенности, работа в данных условиях организуется преимущественно вахтовым методом.

Таким образом, сотрудники предприятий, выполняющих работы в Арктической зоне, помимо воздействия экстремальных климатических факторов, испытывают на себе воздействие специфических социально-психологических факторов, характерных для вахтового метода работы. Среди таких факторов можно особо отметить изоляцию (информационную, социальную, культурную) и воздействие замкнутого коллектива.

Взяв за основу психологическую классификацию профессий, реализуемых в вахтовой деятельности, можно спрогнозировать динамику работоспособности специалистов под воздействием указанных факторов, а следовательно — своевременно организовать профилактическую работу.

В профессиях, связанных с вахтовой деятельностью, принято выделять три группы: технические (работающие с оборудованием и технологиями), обслуживающие (обеспечивающие безопасность и комфорт) и административные (связанные с организацией управления) [7]. Главное требование к работникам технических профессий — сохранение точности и внимания к деталям на протяжении всего пребывания на вахте. Для работников обслуживающих профессий на первое место в таких условиях выходит сохранение эмоциональной стабильности, а для административных — стрессоустойчивости и способности принимать решения.

Изоляция и замкнутый коллектив воздействуют на все категории сотрудников, воздействуя, в том числе, и на наиболее важные составляющие профессиональной деятельности каждой из групп профессий. Вследствие чего в условиях вахты происходит закономерное снижение общей эффективности выполнения рабочих задач, обусловленное, большей частью психологическими и социально-психологическими факторами.

Решением данной проблемы могла бы стать работа специалиста-психолога с сотрудниками, проявляющими признаки соответствующей проблематики. Вместе с тем такая работа

для психолога в условиях вахты крайне затруднена по причине отсутствия возможности обеспечения полной анонимности. Вследствие чего абсолютное большинство нуждающихся в психологической помощи не готовы работать с психологом. Подобная ситуация в разной степени выраженности присутствует также и в работе психологов организаций и силовых структур.

В нашем представлении, данная проблема могла бы быть решена использованием психологами, сопровождающими работы в Арктической зоне программно-аппаратных средств психологической помощи, которые способны компенсировать часть функций психологического сопровождения в данных условиях [14]. Здесь хотелось бы особо отметить, что мы не предлагаем отказ от классических средств психологической коррекции и психотерапии, т. к. ряд проблем, возникающих у работников в условиях Арктической зоны, невозможно решить без их использования. Но обеспечение специалиста соответствующими программно-аппаратными средствами способно существенно повысить эффективность его работы.

Среди современных программно-аппаратных средств психологической помощи одними из наиболее перспективных для психологического сопровождения работ в условиях Арктической зоны представляются устройства аудиовизуальной стимуляции. В качестве примера можно привести такие устройства, как: майнд машина MindSpa, аппарат биоритмостимуляции Ритм-Полет, майнд машина InnerPulse Photosonix, майнд машина Lumina Photosonix, майнд машина Nova Pro 100 Photosonix, майнд машина Навигатор Photosonix и т.д.

Среди их преимуществ для работы в условиях Арктической зоны можно назвать следующие.

1. *Компактность*. Вес и габариты оборудования при его доставке в труднодоступные районы являются одним из существенных факторов.
2. *Анонимность*. Работник не сообщает психологу личную информацию, а просто получает светозвуковое воздействие.
3. *Универсальность*. Режимы активации приборов типовые и могут быть использованы для работников независимо от

возрастной категории, интеллектуального развития и религиозной принадлежности.

4. *Возможность параллельной работы с несколькими сотрудниками*. Как правило, в условиях работы вахтовым методом психолог (при его наличии) физически не в состоянии оказать психологическую помощь всем, у кого есть к этому показания. Использование средств аудиовизуальной стимуляции создает возможность параллельной работы специалиста с несколькими сотрудниками.

Работа устройств аудиовизуальной стимуляции основана на принципе активации внешним ритмом зон коры головного мозга [11], в результате чего мозг переводится в состояние релаксации или мобилизации. Средством воздействия выступает стимулирование зрительного и слухового анализатора в пределах естественных частот. Это, в том числе создает ряд ассоциативных образов, которые позволяют дополнительно усилить коррекционную работу ассоциативными связями корректируемого [1]. Как отмечает ряд исследователей, работа с аудиовизуальной стимуляцией способствует повышению резервов высшей нервной деятельности и достижению более высокой работоспособности [6; 11; 16].

Принято считать, что свет активизирует верхние отделы мозга, регулируя рациональные мыслительные процессы, тогда как звук преимущественно воздействует на нижние отделы мозга, включая лимбическую систему, отвечающую за эмоции. Оба типа воздействия усиливают местное кровообращение в сенсорных зонах коры головного мозга, воспринимающих соответствующие сигналы [6; 12]. Также сочетание света и звука одновременно возбуждая обе указанные системы, способствует гармонизации когнитивной и эмоциональной сторон сознания [8; 13]. Установлено, что систематическое использование аудиовизуальной стимуляции снижает физиологическую цену деятельности и повышает ее эффективность [6,;15], активирует функции внимания и саморегуляции [3].

Исследования использования аудиовизуальной стимуляции в восстановительно-реабилитационных целях [4], показали оптимизацию функциональных ситем, а именно: повышение стрес-

соустойчивости, снижение внутреннего напряжения, усиление адаптационного потенциала, улучшение когнитивных функций (объема механической памяти и скорости переключения внимания), улучшение нейродинамических функций (повышение точности в реакции на движущийся объект и уменьшение колебаний времени опережения и запаздывания в простой зрительно-моторной реакции). Отдельные авторы констатируют также улучшение у испытуемых кратковременной памяти [5].

При коррекционно-терапевтическое использование аудиовизуальной стимуляции зафиксированы улучшения при тикозных гиперкинезах и синдроме дефицита внимания и гиперактивности у детей [9].

В настоящее время аудиовизуальная стимуляция используется в восстановлении функциональных систем сотрудников Министерства внутренних дел Российской Федерации, Министерства обороны Российской Федерации, спортсменов [4], психоэмоциональной коррекции, работе с психосоматическими расстройствами [2].

Таким образом, при психологическом сопровождении работ в условиях Арктической зоны аудиовизуальная стимуляция может быть рекомендована для решения следующих задач.

1. Профилактика утомления и повышение концентрации внимания в ходе инструктажей и обучения сотрудников.
2. Повышение работоспособности и концентрации внимания сотрудников специальностей, связанных с риском непосредственно перед выполнением опасных работ.
3. Коррекционно-восстановительная работа со специалистами специальностей, связанных с высокими нервно-психическими и физическими нагрузками.

Контроль результатов воздействия на работников с помощью аудиовизуальной стимуляции может осуществляться посредством субъективных, объективных и деятельностных методик.

К субъективным можно отнести опросники, заполняемые непосредственно испытуемым и отражающие профессионально важные составляющие, актуальные для данного периода и места работы.

К объективным — методики, основанные на измерении физиологических показателей, способных отразить степень рабо-

тоспособности сотрудника (электроэнцефалограмма, вариабельность сердечного ритма, функциональные пробы).

Под деятельностными методиками мы понимаем способы определения выраженности текущей способности испытуемого к профессиональной деятельности путем выполнения действий, моделирующих ее отдельные аспекты (простая зрительно-моторная реакция, сложная зрительно-моторная реакция, реакция на движущийся объект).

Выводы

1. Профессиональная деятельность психолога в условиях Арктической зоны затруднена, в первую очередь по причине затрудненности обеспечения анонимности обращений.
2. Применение средств аудиовизуальной стимуляции способно повысить эффективность профессиональной деятельности психолога, сопровождающего организацию работ в условиях Арктической зоны.
3. Контроль результатов воздействия на работников с помощью аудиовизуальной стимуляции может осуществляться посредством субъективных, объективных и деятельностных методик.

Список литературы

1. *Айзман Р.И.* Эффективность влияния однократной и продолжительной аудиовизуальной стимуляции на вариабельность сердечного ритма и механизмы вегетативной регуляции у спортсменов-цикликов / Р.И. Айзман, М.С. Головин // Бюллетень сибирской медицины. — 2014. — Т. 13. — № 6. — С. 113–119.
2. *Араби Л.С., Сысоев В.Н., Кремнева Т.В.* Аудиовизуальная стимуляция в комплексной терапии психогенно-обусловленных расстройств // Вестник психотерапии. –2011. — № 39. — С. 9.
3. *Бобрищев А.А.* Аудиовизуальная коррекция психического состояния и работоспособности спортсменов высшей квалификации // Вестн. психотерапии. — 2007. — № 22(27). — С. 61–62.

4. Влияние аудиовизуальной стимуляции на психические и физиологические функции у спортсменов-легкоатлетов / М.С. Головин, Н.В. Балиоз, Р.И. Айзман, С.Г. Кривощеков // Физиология человека. — 2015. — Т. 41. — № 5. — С. 90.
5. *Гаптарь М.И.* Воздействие аудиовизуальной стимуляции на объем кратковременной памяти студентов, перенесших коронавирусную инфекцию COVID-19 / М.И. Гаптарь, С.В. Губкин // Новости медико-биологических наук. — 2022. — Т. 22. — № 1. — С. 157–161.
6. *Голуб Я.В., Жиров В.М.* Медико-психологические аспекты применения светозвуковой стимуляции и биологически обратной связи. — СПб.: КЕРИ, 2007. — 100 с.
7. *Дробыш А.М.* Психологическая классификация профессий, связанных с вахтовой деятельностью // Психология и педагогика: новые вызовы и цели. Сборник научных статей — Волгоград: ООО «КИТ», 2025. — С. 139–131.
8. *Зверева З.Ф.* Опыт оптимизации функционального состояния человека музыкальными средствами / З.Ф. Зверева, Е.В. Мирошник // Новое в психолого-педагогических исследованиях. — 2019. — № 2(54). — С. 49–63.
9. *Зыков В.П.* Метод аудиовизуальной стимуляции в лечении тикозных гиперкинезов и синдрома дефицита внимания у детей / В.П. Зыков, Л.Б. Иванов, А.В. Будкевич // Альманах клинической медицины. — 2006. — № 13. — С. 79–81.
10. *Королев В.А.* Аудиовизуальная стимуляция как метод улучшения функционального состояния и здоровья человека (литературный обзор) / В.А. Королев, В.В. Савченко // Прикладные проблемы безопасности технических и биотехнических систем. — 2018. — № 1. — С. 35–40.
11. *Москвин В.А., Москвина Н.В.* Метод аудиовизуальной стимуляции как способ психофизиологической подготовки спортсменов // Спорт. психолог. — 2009. — № 3. — С. 54–59.
12. *Пац Н.В., Горюнова В.В.* Новые подходы к профилактике переутомления у студентов с использованием аудиовизуальной стимуляции // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. — 2018. — № 1(8). — С. 102–112.
13. Сравнительный анализ функциональной активности головного мозга по показателям ЭЭГ при проведении сеансов песенных ауди-

окорректоров функционального состояния сотрудников помогающих профессий / З.Ф. Зверева, Е.В. Мирошник, Л.И. Фортунатова, Е.В. Смольянинова // Современная психофизиология. Технология виброизображения. — 2025. — № 1 (8). — С. 184–190.

14. *Шаламова С.В.* Психокоррекционная работа с использованием программно-аппаратных средств // Психопедагогика в правоохранительных органах. — 2011 — № 1(44) — С. 50–52.
15. *Шаров Р.А.* Использование аудиовизуальной стимуляции для оптимизации военно-профессиональной адаптации курсантов военного вуза: автореф. дис. … канд. мед. наук: 19.00.02. — СПб., 2009.
16. *Шаров Р.А., Козлова И.О.* Влияние курсового применения аудиовизуальной стимуляции на некоторые характеристики функционального состояния организма // Вестн. рос. воен.-мед. академии. — СПб., 2007. — № 3(19). — С. 29–32.

УДК 159.9

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ И МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СОВРЕМЕННЫМ МЕЧЕВЫМ БОЕМ

Кузьмин Д.А.,
младший научный сотрудник,
Федеральный медицинский биофизический центр
им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Москва
dakuzmin79@gmail.com
Селезнев И.А.,
инженер,
Федеральный медицинский биофизический центр
им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Москва
selezniov.001@yandex.ru

THE MAIN STAGES AND METHODS OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATHLETES ENGAGED IN MODERN SWORD FIGHTING

Kuzmin D.A.,
Junior research assistant,
Burnazyan Federal Medical Biophysical Center of the FMBA of Russia, Moscow
dakuzmin79@gmail.com
Seleznev I.A.,
Engineer,
Burnazyan Federal Medical Biophysical Center of the FMBA of Russia, Moscow
petrov@mail.com

Аннотация. В статье рассматриваются этапы психологической подготовки военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, предлагаются этапы психологической подготовки спортсменов, занимающихся современным мечевым боем. Анализируются задачи психологической подготовки спортсменов. Выделяются наиболее перспективные методы психологической подготовки спортсменов. Предлагаются варианты включения в систему психологической подготовки методов идеомоторной тренировки и усложнения упражнений.

Ключевые слова: психологическая подготовка, военная психология, психология спорта, формирование психологических качеств, современный мечевой бой, фехтование, идеомоторная тренировка, усложнение упражнений.

Abstract. The article examines the stages of psychological training of servicemen of the Armed Forces of the Russian Federation, suggests the stages of psychological training of athletes engaged in modern sword fighting. The tasks of psychological training of athletes are analyzed. The most promising methods of psychological training of athletes are highlighted. The options for including ideomotor training methods and complication of exercises in the system of psychological training are proposed.

Key words: psychological training, military psychology, sports psychology, formation of psychological qualities, modern sword fighting, fencing, ideomotor training, complication of exercises.

Под психологической подготовкой в целом принято понимать систему психолого-педагогических воздействий, применяемых с целью формирования и совершенствования свойств личности, необходимых для успешного выполнения деятельности, связанной с высокой стрессовой нагрузкой. Наиболее актуальной психологическая подготовка представляется в тех сферах деятельности, в которых предполагается возникновение ситуаций, требующих выполнения конкретных действий в условиях ограниченного времени.

Спортивная деятельность вообще и современный мечевой бой в частности являются такими сферами, в которых на результат деятельности человека особенно сильно влияет ряд психологических факторов. И, зачастую именно от уровня развития тех или иных психологических качеств напрямую зависит успех спортсмена [6]. А потому мы склонны считать психологическую подготовку одним из важнейших направлений подготовки спортсмена и в данной статье постараемся изложить наше видение принципов психологической подготовки, ориентированной на занятия современным мечевым боем.

В настоящее время нет единого целостного подхода к психологической подготовке спортсменов [6]. Более того, в работах по психологии спорта в качестве элементов психологической подготовки спортсменов зачастую рассматриваются мероприятия психодиагностики, психологической помощи и психоло-

гической реабилитации, что противоречит самой методологии психологической подготовки. Система же психологической подготовки, принятая в Вооруженных Силах и других силовых структурах, является сейчас наиболее методологически развитой из подобных систем в России, поэтому в данной статье мы проанализируем ее основы и предложим принципы психологической подготовки спортсменов, занимающихся современным мечевым боем.

Так, реализация психологической подготовки в рамках боевой подготовки военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации обеспечивает более высокий уровень психологической готовности и психологической устойчивости личного состава к выполнению боевых задач [2]. Это подтверждается и тем, что перечень качеств необходимых для победы, о которых говорил А.В. Суворов: любовь к Отечеству, чувство воинского долга, уверенность в победе, твердая воля, сообразительность, находчивость, взаимовыручка, инициатива, военная хитрость — находятся в компетенции психологической подготовки. Качества, описанные А.В. Суворовым в целом актуальны и для спортсмена, однако будут иметь некоторые отличия, определяемые спецификой вида спорта и клуба, в котором занимается спортсмен. Так, Т.А. Омельченко и А.Р. Шакиров отмечают, что основу психологической подготовки учеников фехтовальных «маэстро» прошлого составляли развитие способности настраиваться на поединок, определять слабые стороны соперника и создавать ситуации для применения изученных хитростей [6].

Задачи процесса психологической подготовки в Вооруженных Силах состоят в поддержании постоянной готовности, формировании мотивации к службе, знаний, навыков и умений у личного состава, выработке психологической устойчивости, смелости и решительности, физической выносливости и ловкости, смекалки, умения преодолевать трудности, способности переносить физические и психологические нагрузки [4]. Таким образом, про реализации психологической подготовки спортсмена целесообразно ориентироваться на такие задачи, как формирование [1; 3; 5]:

— спортивной мотивации;
— актуальных спортивных знаний, навыков и умений;
— психологической устойчивости, смелости и решительности;
— физической выносливости и ловкости;
— способности быстро ориентироваться в ситуации и принимать решения;
— волевых качеств;
— устойчивости к физическим и психологическим нагрузкам.

Указанные задачи предполагают реализацию в ходе психологической подготовки спортсменов следующих направлений:

— развитие качеств личности, необходимых для данного вида спорта;
— изучение его теоретических и технических аспектов;
— моделирование штатных и экстремальных ситуаций;
— изучение способов саморегуляции и релаксации.

Очевидно, что вышеперечисленные задачи психологической подготовки реализуются не одновременно и что на каждом из этапов подготовки спортсмена предпочтение отдается конкретному комплексу задач. Данный принцип в полной мере реализован и в психологической подготовке военнослужащих, цикл подготовки которых условно делится на три этапа.

В ходе первого или начального этапа военнослужащих обучают азам военной службы, а текущие свойства личности военнослужащего ориентируются на адаптацию и становление базового уровня военнослужащего и его подготовку его к переходу на следующий этап. На втором этапе воины вооружаются новыми знаниями, навыками и умениями, уже опирающимися на выросшую физическую и психологическую подготовку. Третий этап характеризуется подготовкой к выполнению боевых задач как специалистов [2].

Таким образом, подготовку спортсмена целесообразно разделить также на три этапа, в ходе реализации которых его психологическая подготовка будет ориентирована следующим образом:

— первый этап: адаптация личности спортсмена к особенностям нового для него вида спорта;

— второй этап: формирование личностной философской концепции, оптимизирующей усвоение новых знаний, навыков и умений;
— третий этап: формирование личностной концепции, способствующей оптимизации выбора тактических решений.

Одним из самых актуальных для каждого этапа методов психологической подготовки мы полагаем идеомоторную тренировку.

Под идеомоторной тренировкой мы понимаем мысленное воспроизведение ранее изученных приемов и действий. Использование этого метода позволяет углубить понимание техники, добиться более чёткого выполнения отдельных элементов, а также сформировать поведенческие паттерны, эффективные в конкретных ситуациях. Таким образом, применение идеомоторной тренировки способно создать у спортсмена ощущение субъективного контроля над ситуацией и, как следствие, повысить рациональность и эффективность его действий.

Другим вариантом применения идеомоторной тренировки будет так называемая «работа над ошибками», когда спортсмен мысленно воспроизводит ситуации поединка, в которых его действия были недостаточно эффективны и с помощью воображения «примеряет» к ситуации другие варианты действий, оценивая их потенциальную эффективность.

Третий вариант идеомоторной тренировки — представление возможных вариантов действий противника и развитие поединка с последующим мыслеобразным подбором вариантов действий и анализом их эффективности.

Авторы, исследовавшие использование идеомоторной тренировки в рамках психологической подготовки, полагают, что ее систематическая реализация позволяет повысить способность контролировать выполнение изученных технических действий и повысить осознанность их применения, как в целом, так и по отдельным элементам [7].

Не менее актуальным, чем идеомоторная тренировка для психологической подготовки спортсменов современного мечевого боя представляется метод усложнения условий выполнения

упражнения (учебного поединка) путем реализации различных ситуационных моделей.

В частности, наиболее перспективными представляются такие ситуационные модели, как:

1) вариация режимов освещения: искусственный или естественный свет; дневное, вечернее или ночное освещение, полумрак, мигающий свет, свет в лицо;
2) вариация температурных и погодных условий (тепло, холодно, жарко, дождь, снег, ветер);
3) вариация покрытия (искусственное и естественное покрытие, песок, трава, камни, лесная подстилка, асфальт);
4) вариация условий местности (ворота, мост, лес, скат холма);
5) выполнение упражнения после физических нагрузок;
6) вариация количества и вооружения нападающих;
7) вариация внезапности нападения.

Очевидно, что перечисленные методы психологической подготовки не могут быть реализованы в отрыве от основного тренировочного процесса. Следовательно, конкретные формы и методы психологической подготовки целесообразно включать в учебные программы и планы учебных занятий, фиксируя изменения результативности спортсменов. Это позволит проводить непрерывное усовершенствование процесса психологической подготовки и повышение спортивных результатов спортсменов.

Список литературы

1. *Анашкин Ф.А.* Методические приемы психологической подготовки стрелка-спортсмена органов безопасности // Региональные аспекты управления, экономики и права Северо-Западного федерального округа России (межвузовский сборник научных трудов). — СПб., 2017. — С. 10–14.
2. *Божко А.Н., Комаров М.В.* Психологическая подготовка военнослужащих, как составная часть процесса боевой учебы // Научный резерв. — 2021. — № 1(13) — С. 43–52.
3. *Жуков В.М., Руденко И.В., Кривошеева О.Р.* Ошибки и коррекция негативных психологических состояний сотрудников ОВД в период форми-

рования навыков стрельбы из пистолета // Психопедагогика в правоохранительных органах. — 2016. — № 3(66) — С. 59–62.

4. *Караяни А.Г., Сыромятников И.В.* Прикладная военная психология — СПб.: Питер, 2016. — 480 с.
5. *Карпушкин В.В.* Некоторые аспекты психической подготовки стрелка, негативные рефлексы, их преодоление // Борьба с преступностью: теория и практика. Учреждение образования «Могилевский институт Министерства внутренних дел республики Беларусь». — Могилев, 2014. — С. 278–280.
6. *Омельченко Т.А., Шакиров А.Р.* Психологическая подготовка фехтовальщиков: психодиагностика, психопрогностика, психопрофилактика и психорегуляция // Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития материалы VI Международной электронной научно-практической конференции / под ред. Т.Г. Арутюняна. — 2016. — С. 174–178.
7. *Романов Е.И., Носатый Р.И., Корсаков Ю.В.* Некоторые аспекты психологической подготовки сотрудников полиции с использованием психотехнической подготовки // Мир науки. Педагогика и психология. — 2019. — № 6.

УДК 159 99

ХАРАКТЕРИСТИКА ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА МГППУ

Лаврова В.А.,
кандидат биологических наук, доцент,
старший преподаватель кафедры гистологии, эмбриологии, цитологии,
Российский университета медицины, Москва
valavrova@mail.ru

THE STRUCTURE OF VALUES OF FIRST-YEAR STUDENTS PEDAGOGICAL UNIVERSITIES

Lavrova V. A.,
PhD in Biological Sciences, Associate Professor, Senior Lecturer,
Russian University of Medicine, Moscow
valavrova@mail.ru

Аннотация. Проведенный анализ рейтинга ценностей у студентов педагогического факультета выявил более высокие показатели у ценностей, отнесенных к социальной группе, по сравнению с личностными ценностями. К наиболее значимым отнесена ценность «образование», что соответствует избранной профессии. Будущие педагоги придерживаются традиционным ценностям: таким как: «национальная безопасность» и «дружба», «семья». Их ценностные приоритеты демонстрируют зрелый уровень формирования личности.

Ключевые слова: рейтинг, ценности, приоритеты, образование, безопасность семьи, самоуважение.

Abstract. An analysis of the value rankings of students in the Faculty of Education revealed higher scores for values related to social group than for personal values. The most significant value was «education», which aligns with their chosen profession. Future teachers adhere to traditional values such as «national security,» «friendship» and «family.» Their value priorities demonstrate a mature level of personal development.

Key words: rating, values, priorities, education, family safety, self-esteem.

В современных условиях образовательного процесса все большее значение приобретает использование новых техноло-

гий обучения, что отражается в термине «информатизация». При подготовке педагогических кадров этот фактор в Московском Государственном Психолого-Педагогическом Университете учитывается, вводятся предметы для овладения компьютерными технологиями. Домашние задания в школе и их оценки выполняют с помощью компьютерных программ, конкретным примером является тестирование при сдаче ЕГЭ. Личностные характеристики педагога в структуре образовательного процесса отступают на второй план. Однако, как ранее, так и в настоящее время педагог определяет воспитание учащихся. Деятельность настоящего профессионала обязательно включает в себя и компоненты научной компетентности, и ценностные установки. «Учитель профессионал, выполняющий долг добровольно и осмысленно, в отличие от учителя-транслятора знаний, выполняющий обязанности механически, осваивает реальность морально-этического знания и отстаивает ценности своей профессии» [6]. В период обучения в школе формируется нравственная основа личности под влиянием педагога, который обладает соответствующими нравственными ценностями.

Понятие ценности определяется как определенная значимость того или иного объекта, явления или идеи для отдельного человека или социальной группы, а также общества в целом. Ценности подразделяются на материальные, духовные, социальные или личные. Они влияют на выбор целей и деятельность. Самостоятельное направление в философии, которое рассматривает природу социально-этических ценностей культуры и общая теория ценностей, получило название аксиологии. В процессе социально-исторического развития система ценностей изменялась. У разных цивилизаций вырабатываются свои характерные для данной территории ценностные ориентиры. Ценности приобретаются в течение человеческой жизни под влиянием воспитания и социального опыта, при этом возможны разочарования и крушение иллюзий, а также обретение новых смыслов.

В психологии изучение ценностей связано с самоопределением и осуществлением жизненных выборов. Ценности влияют на особенности выбора в ситуациях разных уровней значимости. Отечественный психолог В.В. Знаков показал, что: «В основе

различного понимания высказываний о моральности поступков других людей лежат личностные особенности и различные «ценностно-смысловые позиции субъектов» [4].

Изучение личностных ценностей изучается в новом направлении психологии: «Профориентологии». Эта дисциплина развивается на стыке философии, психологии и педагогики. Она исследует механизмы и закономерности профессионального становления личности. При выборе профессии необходимо осознание ее ценности как для личности, так и для общества Профориентационные диагностические методики включают тест ценностных ориентаций [1]. Как отмечал знаменитый русский психолог Рубинштейн С.Л.: «В ритме свободно выбранного и выполняемого с удовольствием труда заключен секрет понимания и цели жизни» [6].

Несмотря на личностные отличия, общественное мнение выделяет как ведущие некоторые группы ценностей. Предпочтение определенных ценностей выражают социальную позицию человека и определяют его цели в процессе деятельности, а также его удовлетворение ее результатами. Ценностные ориентиры являются важной характеристикой жизнедеятельности людей и общества в целом, поэтому в настоящее время их оценкам уделяется пристальное внимание.

Относительно недавно уровень прогрессивного успешного социального развития стали оценивать показателем индекса удовлетворённости жизнью. В основные критерии его оценки жители разных стран стран включали наряду с материальной обеспеченностью и уровнем здравоохранения, также и доступность образования. Таким образом, подготовка квалифицированных специалистов, работающих в области образования, является важным фактором, который оказывает значительное влияние на состояние общества и его дальнейшее благоприятное развитие. Важно отметить, что педагогическое образование в России по-прежнему осуществляется на бюджетной основе.

Целью настоящего исследования было выявить рейтинговую структуру ценностей у студентов первого курса, обучающихся в педагогическом университете МГППУ (Московский Государственный Психолого-Педагогический Университет) на факуль-

тете педагогики. Для исследования была выбрана методика, разработанная С. Шварцем, этим психологом была создана теория «универсального содержания и структуры ценностей».

Исследование проводилось весной 1924 г. Всего было обследовано 95 испытуемых в возрасте от 17 до 20 лет. Выборка была выровнена по половому признаку. Группа будущих педагогов девушек составляла 62 человека, юношей — 33 человека. Респондентам предоставлялся распечатанный список из 30 ценностей, напротив которых ставилась оценка в баллах от 1 до 7, в соответствии с методом С. Шварца [2]. В исходный список ценностей были дополнительно введены ценности образование и медицинская помощь. а две ценности удалили: социальная сила и изменчивая жизнь.

Используемый набор ценностей классифицировали по трем группам: социальные, личностные, экзистенциальные.

К социальной группе отнесли 12 ценностей, учитывая их связи с социальной средой окружения человека.

Социальные ценности:

1) равенство (равные возможности для всех);
2) чувство принадлежности (ассоциация с определенной социальной группой);
3) социальный порядок (стабильность общества);
4) национальная безопасность (защищенность от внешних врагов);
5) уважение мнения других (избегание конфронтации);
6) мир во всем мире;
7) уважение традиций (сохранение признанных традиций);
8) безопасность семьи;
9) социальное признание (одобрение, уважение других);
10) авторитет (право быть лидером);
11) истинная дружба;
12) социальная справедливость (стремление к справедливости).

В группу личностных ценностей включили 11 ценностей.

1) образование;

2) медицинская помощь;
3) удовольствие (удовлетворение желаний);
4) жизнь полная впечатлений (стремление к новизне);
5) вежливость (предупредительность);
6) богатство (материальная собственность, деньги);
7) самоуважение (вера в собственную ценность);
8) креативность (богатое воображение);
9) зрелая любовь (эмоциональная и духовная близость;
10) самодисциплина (самоограничение);
11) право на уединение (личное пространство).

Группа экзистенциальных ценностей состояла из 7 ценностей, которые определяют индивидуальный внутренний мир человека:

1) внутренняя гармония (быть в мире с самим собой);
2) духовная жизнь (акцент на духовных, а не материальных вопросах);
3) смысл жизни;
4) единство с природой (слияние с природой);
5) мудрость (понимание мира);
6) свобода (свобода мыслей и действий);
7) мир красоты (красота природы и искусства).

В предложенном респондентом списке ценности из разных групп были распределены случайным образом.

В задачу исследования входило определить у будущих педагогов, как распределяются различные ценности по степени их значимости, а также проанализировать соответствие ценностных ориентиров профессиональному выбору студентов. Намечалось провести сравнение оценок по группам социальных и личностных ценностей, а также отметить различия в группах юношей и девушек. Гипотеза исследования предполагала, что студенты выбрали обучение в педагогическом институте основываясь на представлении о важном назначении образования в обществе. Они с большей вероятностью свою жизненную стратегию ориентируют на выполнение важной социальной роли, а не личное обогащение.

Результаты исследования

Полученные результаты представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 1

Студенты педагоги группа девушек

№	Ценности	Среднее значение	Стандартное отклонение
1	**Безопасность семьи**	6,35	0,48
2	**Мир во всем мире**	6,14	0,65
3	Образование	6,10	0,46
4	**Национальная безопасность**	5,93	0,54
5	Зрелая любовь	5,91	0,69
6	Самоуважение	5,77	0,45
7	Медицинская помощь.	5,76	0,53
8	**Истинная дружба**	5,74	0,77
9	*Внутренняя гармония*	5,56	0,73
10	*Мудрость*	5,54	0,75
11	**Социальная справедливость**	5,30	0,67
12	Жизнь полная впечатлений	5,25	0,79
13	*Смысл жизни*	5,05	0,69
14	*Свобода*	5,20	0,74
15	**Социальный порядок**	5,10	0,71
16	Право на уединен.	5,00	0,72
17	Богатство	4,85	0,99
18	**Равенство**	4,75	0,75
19	*Духовная жизнь*	4,60	0,76
20	*Мир красоты*	4,45	0,75
21	Самодисциплина	4,30	0,75
22	Удовольствие	4,30	0,83

№	Ценности	Среднее значение	Стандартное отклонение
23	**Уважение мнения других**	4,20	0,70
24	**Социальное признание**	4,15	0,90
25	Вежливость	4,05	0,78
26	Креативность	3,95	0,80
27	*Единение с природой*	3,65	0,81
28	**Чувство принадлежности**	3,50	0,77
29	**Авторитет**	3,25	0,78
30	**Уважение традиций**	3,03	0,80

Таблица 2

Студенты педагоги группа юношей

№	Ценности	Среднее значение	Стандартное отклонение
1	**Безопасность семьи**	6,42	0,51
2	**Мир во всем мире**	6,31	0,53
3	**Национальная безопасность**	6,30	0,52
4	Образование	5,84	0,76
5	**Истинная дружба**	5,83	0,75
6	Медицинская помощь	5,72	0,40
7	Самоуважение	5,52	0,83
8	*Смысл жизни*	5,34	0,81
9	Самодисцлина	5,30	0,72
10	Жизнь полная впечатлений	5,17	0,88
11	*Свобода*	5,10	0,76
12	**Социальный порядок**	5,00	0,86
13	**Социальная справедлив**	4,90	0,61
14	*Внутренняя гармония*	4,81	0,74

№	Ценности	Среднее значение	Стандартное отклонение
15	Удовольствие	4,74	0,83
16	Богатство	4,67	1,36
17	Право на уединение	4,57	0,73
18	Зрелая любовь	4,50	0,95
19	**Чувство принадлежности**	4,45	0,58
20	**Уважение. мнения других**	4,30	0,87
21	*Мудрость*	4,27	0,72
22	**Равенство**	4,11	0,81
23	Вежливость	4,05	0,67
24	**Уважение традиций**	4,00	0,81
25	*Духов жизнь*	3,83	0,77
26	Креативность	3,73	0,75
27	**Социальное признание**	3,71	0,87
28	*Единение с природой*	3,67	0,77
29	**Авторитет**	3,50	0,88
30	*Мир красоты*	3,00	0,86

Социальные ценности выделены жирным шрифтом, экзистенциальные обозначены курсивом.

Согласно полученным результатам выставленные оценки ценностям из социальной группы: «безопасность семьи» (1,1), «национальная безопасность» (3,4), «мир во всем мире» (2,2), были самые высокие, как в группе девушек, так и у юношей. Ценность «образование» также занимает верхние строчки 3 и 4 места, что подтверждает выбранную гипотезу. По-видимому, это способствует у них ответственному отношению к учебному процессу.

Важно отметить, что респонденты дали высокую оценку личностной ценности «самоуважение» (6,7), а также экзистенциональной ценности «свобода» (11,14), при этом относительно не

высоко оценили «уважение мнения других» (20,23), «социальное признание» (24,27) и «чувство принадлежности» ассоциация с определенной социальной группой (19,28), что указывает на стремление к независимой жизненной позиции.

В отношении ценности «богатство» оценки были относительно не высокие: 16, 17 место, но при этом наибольшие стандартные отклонения, это указывает на то, что мнения респондентов значительно различались. Однако в целом, можно утверждать, что именно социальная значимость, а не меркантильный расчет, привлекает в педагогическую профессию. По сравнению с «богатством» более высоко была оценена «жизнь полная впечатлений» (10,12).

Существенным положительным моментом является высокая социализация и коммуникабельность студентов, что демонстрирует отношение к ценности «истинная дружба»: 5 место у юношей и 8 место у девушек. Для них общение с равных позиций предпочтительнее, чем стремление к лидерству, на это указывает низкая оценка ценности «авторитет»: 29 место.

Относительно высокие оценки получили социальные ценности: «социальная справедливость» (11,13) и «социальный порядок» (12,15), что соответствует национальному характеру. В книге известного психолога Сухарева А.В. «Развитие русской ментальности» отмечается: «В русской ментальности всегда лежало стремление к правде и справедливости» [7].

Экзистенциальные ценности «смысл жизни» (8,13) и «внутренняя гармония» (9,14) были отмечены как самые значимые в этой группе. Это, по-видимому, свидетельствуют о тенденции формирования гармоничной личности у первокурсников.

Ценность «единение с природой» (27,28) получила самые низкие оценки, что можно отнести к негативной тенденции, учитывая опасность экологического кризиса и разрушение природных экосистем. По-видимому, это можно объяснить тем, что студенты проживают в основном в Москве или в городах Подмосковья, в урбанистической среде. Городская среда не способствует включенности в природную несмотря на то, что летний отдых проходит вне города. Чтобы изменить ситуацию следует использовать в процессе обучения эколого-личностную модель

образовательной среды, которая разработана в отечественной экологической психологии [5]. В современных условиях это направление психологии приобретает широкое применение, оно способствует улучшению психического здоровья. Природно-экологические представления об окружающем мире, должны внедряться в учебный процесс, учитывая важность поддержания природной среды в состоянии благоприятной для жизнедеятельности человека.

В основном рейтинги ценностей в группе девушек и юношей были близкими, за исключением нескольких ценностей. Наибольшие различия были в оценках ценности «зрелая любовь», у девушек она была на 5 месте, а у юношей на 18, по-видимому, это отражает отношение к заключению брака. Еще одно значительное отличие отмечено в оценке ценности «мир красоты»: у девушек на 20 месте, у юношей на последнем 30 месте. Действительно у женщин эстетическое восприятие мира отличается от мужского.

Полученные в исследовании результаты полностью подтвердили выбранную гипотезу: профессиональные и социальные ценности у студентов педагогического факультета преобладают над личностными, что соответствует их профессиональному выбору. Аналогичные результаты были получены в исследовании рейтинга ценностей по той же методике с курсантами первого курса Военного Университета [3]. Студенты отдают предпочтение традиционным ценностям, направленным на поддержание и национальной безопасности, семьи, дружбы, что является благоприятным для их будущей профессиональной деятельности и личной психологической стабильности.

Список литературы

1. *Камышанов А.А., Михно О.С., Щипаков В.Э.* Основы профориентологии: учебное пособие / под общ. ред. А.А. Камышанова — М.: ВУ, 2019. — 176 с.
2. *Карандашев В.Н.* Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. — СПб.: Речь, 2004. — 70 с.

3. *Лаврова В.А., Сухарев А.В.* Россия и мир: развитие цивилизаций. Преобразование цивилизационных ценностей в современном мире. Материалы XI международной научно-практической конференции. — М.: Изд. ИМЦ, 2021. — С. 600–604.
4. *Леонтьев Д.А., Овчинникова Е.Ю., Фам А.Х.* Психология выбора. — М.: Смысл, 2015, — С. 57.
5. *Панов В.И.* Экологическая психология. Опыт построения методологии. — М.: Наука, 2004. — 197 с.
6. Смысл жизни, акме и профессиональное становление педагога: учебное пособие для студентов педагогических вузов / под ред. В.Э. Чудновского — М.: Обнинск: ИГ–СОЦИН, 2008. — 158 с.
7. *Сухарев А.В.* Развитие русской ментальности. — М.: Изд-во Институт психологии РАН, 2017. — С. 313.

УДК 159.9

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ФАКТОР ТРАНСФОРМАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСТАНОВОК НА ОБРАЗОВАНИЕ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ: ОБЗОР ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Литовкина Е.О.,
студент,
Московский государственный юридический университет им. О. Е. Кутафина, Москва
misselisa@vk.com
Полещук А.Д.,
студент,
Московский государственный юридический университет им. О. Е. Кутафина, Москва
poleshhuk_arina@mail.ru
Ефремова С.А.,
студент,
Московский государственный юридический университет им. О. Е. Кутафина, Москва
efremova.sa05@mail.ru
Сударик А.Н.,
кандидат психологических наук, старший научный сотрудник,
доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
asudarik@list.ru

ARTIFICIAL INTELLIGENCE AS A FACTOR IN THE TRANSFORMATION OF PSYCHOLOGICAL ATTITUDES TOWARD EDUCATION AND PERSONAL GROWTH: REVIEW OF THEORETICAL RESEARCH

Litovkina E.O.,
Student,
Kutafin Moscow State Law University, Moscow
misselisa@vk.com

Poleshchuk A.D.,
Student,
Kutafin Moscow State Law University, Moscow
poleshhuk_arina@mail.ru
Efremova S.A.,
Student,
Kutafin Moscow State Law University, Moscow
efremova.sa05@mail.ru
Sudarik A.N.,
PhD in Psychological Sciences, Senior Researcher,
Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
asudarik@list.ru

Аннотация. В статье анализируется влияние искусственного интеллекта (ИИ) на трансформацию психологических установок, связанных с образовательной и саморазвивающей активностью личности. На основе междисциплинарного подхода показано, что ИИ становится не только технологическим, но и психосоциальным феноменом, изменяющим структуру мотивации, познавательной активности и самооценки обучающихся. Рассматриваются ключевые направления психологической адаптации к цифровой образовательной среде, интегрированной с ИИ, а также позитивные и рисковые аспекты её воздействия. Отмечается, что формирование новых когнитивных стратегий, развитие цифровой саморегуляции и критического мышления выступают необходимыми условиями сохранения личностной автономии в эпоху интеллектуальных технологий. Автор делает вывод о том, что искусственный интеллект становится катализатором переосмысления ценностей образования и саморазвития, формируя новые типы психологических установок — от инструментально-рациональных до рефлексивно-гуманистических.

Ключевые слова: искусственный интеллект, психологические установки, образование, саморазвитие, личностный рост, цифровизация, мотивация, саморегуляция.

Abstract. The article analyzes the influence of artificial intelligence (AI) on the transformation of psychological attitudes related to education and self-development. Based on an interdisciplinary approach, it is shown that AI functions not only as a technological but also as a psychosocial phenomenon that alters the structure of motivation, cognitive activity, and self-assessment of students. The paper examines the key directions of psychological adaptation to the AI-integrated digital educational environment, as well as its positive and risky impacts. It is noted that the development of new cognitive

strategies, digital self-regulation, and critical thinking are essential for maintaining personal autonomy in the age of intelligent technologies. The author concludes that artificial intelligence acts as a catalyst for the rethinking of educational and self-development values, forming new types of psychological attitudes—from instrumental-rational to reflective-humanistic.

Key words: artificial intelligence, psychological attitudes, education, self-development, personal growth, digitalization, motivation, self-regulation.

Информатизация современного общества привела к возникновению качественно новой социокультурной реальности, в которой искусственный интеллект (ИИ) становится значимым фактором трансформации человеческого мышления и поведения. Особое место эти изменения занимают в сфере образования, где ИИ используется для персонализации обучения, анализа данных о студентах, автоматизации обратной связи и сопровождения образовательных траекторий.

При этом технологические новации неизбежно затрагивают **психологические установки личности** — устойчивые когнитивно-мотивационные образования, определяющие отношение человека к образованию, знаниям, саморазвитию и труду. Современные студенты сталкиваются с необходимостью переосмысления привычных форм учебной активности, оценки собственных усилий и результатов, а также пересмотра границ личной ответственности в условиях взаимодействия с ИИ.

Таким образом, цель настоящего исследования — рассмотреть искусственный интеллект как **фактор психологической трансформации установок личности** на образование и личностный рост, выявить механизмы адаптации к новой цифровой реальности и возможные пути гармонизации человеческого и технологического измерений образования.

Феномен ИИ в образовании исследуется преимущественно в техническом и педагогическом аспектах, тогда как его психологические последствия остаются недостаточно изученными. Между тем, как отмечает Б.

Г. Ананьев, любое изменение структуры деятельности неизбежно приводит к перестройке психологических регуляторов личности [1].

Искусственный интеллект, выступая в роли посредника между субъектом и информацией, меняет не только когнитивные механизмы, но и **ценностно-смысловые ориентации**, лежащие в основе учебной мотивации. Это подтверждают исследования зарубежных авторов (Heffernan & Heffernan, 2020; Luckin, 2019), показывающие, что использование интеллектуальных обучающих систем формирует у студентов установку на результат, а не на процесс, что снижает глубину усвоения материала [10].

Методологический анализ опирается на системно-деятельностный подход (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев), когнитивную психологию (J. Bruner), а также современные концепции цифровой педагогики и психологии образования (Bélanger, 2021).

ИИ в данном контексте рассматривается как **социотехнический агент**, который изменяет структуру учебной коммуникации, типы познавательной активности и психологические ожидания обучающихся.

Современная психологическая наука отмечает, что цифровизация образования сопровождается изменением базовых установок личности на саморазвитие и образовательную деятельность. По мнению Е.Ю. Патраковой, цифровая среда «формирует новые типы субъектности, где границы между человеком и технологией становятся всё менее различимыми» [6].

Ряд зарубежных исследований (Holmes, Bialik & Fadel, 2019; Zawacki-Richter et al., 2019) показывает, что использование систем искусственного интеллекта в обучении способствует формированию **адаптивных когнитивных паттернов**, но одновременно снижает способность к критическому мышлению при отсутствии педагогической поддержки [11].

Психологические риски цифрового обучения связываются с феноменом когнитивной разгрузки (cognitive outsourcing) — тенденцией к передаче функций памяти, анализа и планирования интеллектуальным системам [12]. В результате студент перестаёт рассматривать познавательную активность как личностно значимую, что снижает уровень внутренней мотивации и самодетерминации.

Российские исследования (Карпов, 2020; Беляева, 2022) также подтверждают, что взаимодействие с ИИ требует формиро-

вания особого типа **метакогнитивной рефлексии** — способности осознавать, где проходит граница между человеческим мышлением и алгоритмом. Без развития этой рефлексии существует риск утраты субъектности в образовательной деятельности [5].

Мотивационная структура современного обучающегося характеризуется всё большей зависимостью от внешних факторов — скорости получения информации, интерактивности, обратной связи. ИИ усиливает этот тренд, предоставляя мгновенные ответы и индивидуальные рекомендации. Это формирует **новую установку на эффективность**, где качество обучения измеряется скоростью и точностью результата.

Однако с точки зрения психологии развития, мотивация личности опирается на внутренние смыслы и эмоциональные подкрепления. Исследования Беляевой (2022) показывают, что при длительном взаимодействии с ИИ уровень внутренней учебной мотивации снижается, особенно если технологии подменяют процесс размышления готовыми ответами [2].

При этом положительным фактором является возможность **персонализации образования**. По данным исследований Института психологии РАН (2023), использование ИИ в качестве «цифрового тьютора» способствует развитию навыков самопланирования и повышает чувство ответственности за собственное обучение [4].

Таким образом, воздействие ИИ на мотивационную сферу личности имеет **амбивалентный характер**: он одновременно усиливает и ослабляет внутренние регуляторы в зависимости от того, насколько субъект осознанно выстраивает взаимодействие с технологией.

Ключевым психологическим риском является **смещение locus of control** — склонность приписывать успехи и неудачи не себе, а технологической системе. Это ведёт к снижению чувства самоэффективности (self-efficacy), которое, по теории А. Бандуры, является центральным фактором личностного роста [8].

Другой риск — **редукция эмоциональной вовлечённости**. Цифровые платформы обучения часто оказываются эмоционально нейтральными, что уменьшает чувство сопричастности и снижает мотивацию к саморазвитию.

Существенной трансформации подвергается и сам коммуникативный процесс между человеком и социотехническим агентом в виде ИИ в процессе обучения, требующий от него новых коммуникативных свойств и способностей уже в системе «человек-техника». Коммуникативные свойства и способности, требуемые в общении с машиной, имеют иной, «нечеловеческий» характер и будут детерминироваться иными личностными факторами, образуя иную причинную обусловленность их развития, отличную от межчеловеческой коммуникации [3].

Однако ИИ создаёт и новые возможности, такие как развитие **рефлексивных компетенций** через анализ цифровых следов обучения; формирование **когнитивной гибкости** в процессе адаптации к интеллектуальной среде; усиление **внутренней саморегуляции** через цифровые инструменты обратной связи.

Таким образом, психологическое воздействие ИИ на личностный рост зависит не столько от самой технологии, сколько от **уровня осознанности и готовности личности к её использованию.**

В качестве такой оценки готовности обучаемого к использованию технологии ИИ могла бы стать психофизиологическая оценка профессиональных ресурсов специалиста, его текущего и прогнозируемого состояния, готовности к эффективным действиям в штатных (нештатных) ситуациях профессиональной деятельности. Подход к созданию системы объективного (психофизиологического) контроля уровня подготовленности и степени готовности работников транспорта на основе тренажерных комплексов профессиональной подготовки приведен в [7].

Психологическая адаптация к цифровой образовательной среде требует формирования трёх групп стратегий.

1. **Когнитивные стратегии** — развитие критического мышления, метапознания и осознанного выбора информационных источников.
2. **Эмоционально-волевые стратегии** — поддержание внутренней мотивации, устойчивость к информационной перегрузке и фрустрации.
3. **Ценностно-смысловые стратегии** — осознание образования как средства личностного самоопределения, а не только профессионального успеха.

Как отмечает Dignum (2021), только при сочетании этих стратегий ИИ становится не угрозой, а **ресурсом личностного развития**, стимулируя переход от механического усвоения к смысловому обучению [9].

Полученные выводы позволяют утверждать, что искусственный интеллект выступает **катализатором психологических трансформаций** в сфере образования. Он не просто изменяет инструменты обучения, но перестраивает внутреннюю структуру учебной мотивации, формирует новые типы установок — прагматические, адаптивные, рефлексивные.

Вместе с тем, сохранение баланса между технологическим и гуманистическим измерением образования требует переориентации образовательной психологии: от изучения «эффективности технологий» к анализу **ценностно-смысловых изменений личности** в цифровом обществе.

Искусственный интеллект, будучи продуктом технологического прогресса, становится важнейшим фактором **психологической эволюции субъекта образования**. Он трансформирует традиционные установки на обучение, саморазвитие и личностный рост, формируя новые типы мотивации, ответственности и рефлексии.

Будущее образования зависит от того, насколько эффективно общество сумеет интегрировать ИИ в систему человеческих смыслов. Необходимыми условиями этого процесса являются развитие цифровой саморегуляции, критического мышления, эмоциональной устойчивости и сохранение ценностной автономии личности.

Список литературы

1. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. — СПб.: Питер, 2019. — 288 с.
2. *Беляева Н.Г.* Психология образования в цифровом обществе: ценностные и когнитивные аспекты. — М.: Изд-во Московского государственного университета, 2022. — 176 с.
3. *Здорова С.В.* Коммуникативный потенциал юриста: факторный анализ влияющих психологических характеристик / С.В. Здорова, А.Н. Су-

дарик // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. — 2013. — № 4 67). — С. 108–113. — EDN RCHVUR.

4. Институт психологии РАН. Отчёт по исследованию влияния цифровых технологий на мотивацию студентов. — М., 2023. — 48 с.
5. *Карпов А.В.* Метакогнитивные процессы и когнитивная гибкость личности в условиях цифровизации // Психологический журнал. — 2020. — Т. 41. — № 6. — С. 14–26.
6. *Патракова Е.Ю.* Цифровизация образования и трансформация субъектности обучающегося // Психология и образование. — 2022. — № 5. — С. 34–41.
7. Психофизиологическая оценка уровня подготовленности и степени готовности работников локомотивных бригад с использованием тренажерных комплексов: методические рекомендации / С.А. Багрецов, Ю.В. Бессонова, В.А. Бодров [и др.]. — М.: Российские железные дороги, 2007. — 244 с. — EDN VQKHFZ.
8. *Bandura A.* Self-Efficacy: The Exercise of Control. — New York: W.H. Freeman, 2019. — 604 p.
9. *Dignum V.* Responsible Artificial Intelligence: How to Develop and Use AI in a Responsible Way. — Cham: Springer, 2021. — 226 p.
10. *Heffernan N., Heffernan C.* The ASSISTments Ecosystem: Building a Platform that Brings Scientists and Teachers Together for Minimally Invasive Research on Human Learning and Teaching // International Journal of Artificial Intelligence in Education. — 2020. — Vol. 30. — No 4. — P. 1–28.
11. *Holmes W., Bialik M., Fadel C.* Artificial Intelligence in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning. — Boston: Center for Curriculum Redesign, 2019. — 180 p.
12. *Zawacki-Richter O., Marín V., Bond M., Gouverneur F.* Systematic Review of Research on Artificial Intelligence Applications in Higher Education // International Journal of Educational Technology in Higher Education. — 2019. — Vol. 16(39). — P. 1–27.

УДК 159.9

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ САМОПОМОЩИ ДЛЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ИЛИ СНИЖЕНИЯ ДЕСТРУКТИВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПРОВЕДЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ (ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ ГРАЖДАН И ЦЕЛЕВЫХ ГРУПП)

Морозова В.В.,
психолог
Onnellinen1205@gmail.com

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL EDUCATION AND TRAINING IN SELF-HELP SKILLS FOR PREVENTING OR REDUCING DESTRUCTIVE PERSONALITY CHANGES DURING A SPECIAL MILITARY OPERATION (FOR VARIOUS CITIZEN AND TARGET GROUPS)

Morozova V.V.,
psychologist
Onnellinen1205@gmail.com

Аннотация. В данной статье рассмотрен вопрос важности проведения просветительской работы и обучения навыкам психологической самопомощи лицам (категориям лиц), чья жизнь претерпевает значительные изменения, связанные с проведением специальной военной операции с целью предупреждения или минимизации негативных последствий, связанных с изменением условий жизни и проживания жизненных обстоятельств, воспринимающихся как тяжёлые.

Ключевые слова: психологическое просвещение, саморегуляция, стресс, психологическая травма, специальная военная операция.

Abstract. This article explores the significance of organizing educational work and training in psychological self-help techniques for individuals whose lives undergo substantial changes as a result of the special military operation. The purpose is to prevent or reduce the negative consequences of altered living conditions and challenging life circumstances.

Key words: psychological education, self-regulation, stress, psychological trauma, special military operation.

Проведение специальной военной операции, как и в ситуации с другими вооружёнными конфликтами, сопряжено с проживанием гражданским населением (в большей степени вынужденными переселенцами, лицами, проживающими в зоне ведения боевых действий, родственникам военнослужащих и т.д.) травматических событий (единократно воздействующих или пролонгированных по времени воздействия) и состоянии стресса, оказывающих деструктивное воздействие на психику.

Под травмированной личностью обычно понимают такую личность, которая не просто сформировалась под воздействием травматического стресса, когда-то пережитого, а стала считать позитивными патологические изменения, происшедшие с ней [6, с. 25].

Травма может выводить людей из равновесия, воздействуя на пять ключевых зон: осознание, реакции, эмоции, мысли и отношения [7, с. 17]. Рассматривая одну из ряда позиций определения ситуации и принятой человеком картины мира синтетическая позиция наиболее чётко выражена Д. Магнуссоном и Н. Эндлером (1977): поведение есть результат непрерывного взаимодействия между индивидом и теми ситуациями, в которые он включён. С личностной стороны существенными являются когнитивные и мотивационные факторы, со стороны ситуации — это психологическое значение, которое эта ситуация имеет для индивида [4, с. 15].

Причём, с точки зрения стрессовой реакции не имеет значения, комфортно или не комфортно чувствует себя человек в какой-то ситуации. Значение имеет лишь скорость адаптации к этой ситуации [2, с. 62].

Говоря о необходимости превентивных мер для снижения негативных последствий в следствие переживаемых тяжёлых

потрясений или длительном воздействии стресса на психику человека хотелось бы обратить внимание, как Александов Е. и Александрова Н. в своей книге интерпретируют термин психопрофилактика. Профилактика — это предварительная подготовка человека к каким-либо психотравматическим ситуациям и некая помощь сразу после перенесенного стресса до развития симптомов ПТСР [1, с. 51].

Если рассматривать военные действия, как экстремальную ситуацию, то некоторыми авторами (например, авторами Линчук, Михалёвой) война рассматривается как вызывающая возникновение психогеиий, объединяет по существу психотравмирующие факторы, присущие почти всем стихийным бедствиям и катастрофам [3, с. 21], из чего следует, что люди, проживающие последствия войны прямо или косвенно, нуждаются в получении навыков психологической самопомощи для снижения деструктивного влияния на психику в ситуациях, когда квалифицированную и своевременную помощь получить не представляется возможным.

Хотелось бы обратить внимание на одну из проблем, сталкиваясь с которой также немаловажным является умение справляться со стрессом — это проблема, с которой могут столкнуться родственники военнослужащих и комбатантов, пропавших без вести. В данном случае даже при оказании психологической помощи дипломированным специалистом — психологом беспомощность клиента очевидна, но и человек, оказывающий помощь, также бессилен [5, с. 204], так как ни одна из сторон самостоятельно не может повлиять на завершение данной ситуации и пребывание в состоянии неведения довольно тяжело воспринимается родственниками на протяжении всего периода с момента признания лица без вести пропавшим до установления его местонахождения. Примечательно то, что ситуация будет сопряжена с дополнительном стрессом в случае обнаружения искомого лица родственниками (другое дело, каким именно окрасом будет сопровождаться стресс: позитивным, или негативным).

Хотелось бы подытожить рассматриваемый вопрос тем, что различные категории граждан нуждаются в возможности обучения психологической самопомощи с учётом ситуации, в кото-

рой они пребывают, чтобы иметь возможность снизить уровень стресса, с которым сталкиваются ситуативно или пребывают в стрессовой ситуации на протяжении длительного периода времени.

В настоящее время есть множество различных методов и направлений, позволяющих специалистам — психологам помогать с различными ситуациями и состояниями лицам, обратившимся за помощью, в том числе и для обучения и последующего самостоятельного использования методик.

Список литературы

1. *Александров Е., Александрова Н.* Психотерапия ПТСР у комбатантов. — СПб.: Питер, 2023. — 272 с. (Серия «Психология для профессионалов»).
2. *Воронов И.А.* Экстремальная психология: комплексный подход: монография. — СПб.: ЧОУВПО СПбИПиА., 2012. — 146 с.
3. *Линчук Т.П., Михалёва И.М.* Основы психологической помощи в экстремальных ситуациях: учебное пособие для специальности «Психология» заочной формы обучения. — Иркутск: Изд-во ИрГТУ, 2010. — 160 с.
4. *Осухова Н.Г.* Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., исправл.— М.: Издат. центр «Академия», 2007. — 288 с.
5. *Прайтлер Б.* Бесследно пропавшие... Психотерапевтическая работа с родственниками пропавших без вести. — М.: «Когито-Центр», 2015. — 316 с.
6. *Пятницкая Е.В.* Психология травматического стресса: учебное пособие. — Балашов: Николаев, 2007. — 140 с.
7. *Ройтер Кирби.* Диалектическая поведенческая терапия ПТСР: тренинг навыков. Практические упражнения для преодоления травмы и посттравматического стрессового расстройств / пер с англ. — СПб.: ООО «Диалектика», 2021. — 256 с.

УДК 159.9

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКЕ ВЕТЕРАНОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ В РОССИИ

Немчинов Г.М.,
преподаватель кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
ngm@elektropriv.ru
Минаева А.О.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
alina090904@mail.ru

MODERN APPROACHES TO PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR COMBAT VETERANS IN RUSSIA

Nemchinov G.M.,
Lecturer at the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
ngm@elektropriv.ru
A.O. Minaeva,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
alina090904@mail.ru

Аннотация. В статье представлен анализ современных подходов к психологической поддержке ветеранов боевых действий в России в условиях роста потребности в специализированной помощи. Рассматриваются основные направления реабилитации — когнитивно-поведенческая терапия, методы травмотерапии, групповые и семейные формы работы, а также мультидисциплинарные программы. Подчёркивается роль государственных и некоммерческих организаций, развитие дистанционных сервисов и образовательных инициатив. Отмечены ключевые проблемы: нехватка специалистов, региональные различия, ограниченное финансирование и отсутствие единых стандартов. Определены перспективы разви-

тия системы — расширение подготовки кадров, поддержка НКО, стандартизация терапии и повышение качества телемедицинских услуг.

Ключевые слова: ветераны боевых действий, психологическая реабилитация, ПТСР, когнитивно-поведенческая терапия, травмотерапия, мультидисциплинарные программы, дистанционная психологическая помощь, НКО, государственная поддержка, профессиональная подготовка специалистов.

Abstract. The article provides an analysis of modern approaches to psychological support for combat veterans in Russia, given the growing need for specialized assistance. It examines the main areas of rehabilitation, including cognitive-behavioral therapy, trauma therapy methods, group and family work, and multidisciplinary programs. The article highlights the role of government and non-profit organizations, as well as the development of remote services and educational initiatives. It also identifies key challenges, such as a shortage of specialists, regional differences, limited funding, and a lack of unified standards. The system's development prospects have been identified, including expanding training, supporting NGOs, standardizing therapy, and improving the quality of telemedicine services.

Key words: combat veterans, psychological rehabilitation, PTSD, cognitive-behavioral therapy, trauma therapy, multidisciplinary programs, remote psychological assistance, NGOs, government support, and professional training.

Проблема психологического здоровья ветеранов боевых действий остаётся одной из наиболее острых реабилитационных задач современного российского общества [1]. Воздействие боевого стресса, травмирующих событий и длительной экзистенциальной нагрузки приводит к высокой распространённости посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), депрессии, тревожно-фобических расстройств, нарушений адаптации и сопутствующих соматических проблем. В условиях последних лет — с учётом увеличения числа участников боевых действий — резко возрос спрос на качественную психологическую помощь. В статье рассматриваются действующие и развивающиеся подходы к психологической поддержке ветеранов в России: государственные и негосударственные инициативы, клинические методы и организационные модели, дистанционные и общественные практики, а также существующие проблемы и направления развития.

За последние годы доступность и объём оказываемой психологической помощи населению, в том числе ветеранам, выросли:

по официальным данным и сообщениям профильных источников, с середины 2023 года психологическую или психотерапевтическую помощь получили десятки тысяч ветеранов и членов их семей. Это отражает как рост запросов, так и расширение программ лечения и реабилитации [2].

На уровне законодательной власти обсуждаются меры поддержки, а исполнительные органы расширяют программы реабилитации и разрабатывают методические рекомендации по профессиональной адаптации ветеранов боевых действий. В ноябре 2025 года появились предложения по более системной государственной поддержке некоммерческих организаций (НКО), работающих с ветеранами, включая поддержку программ психологической помощи.

Параллельно Минздрав, ФМБА и профильные научно-клинические центры разрабатывают методические указания и стандарты психодиагностики и реабилитационной помощи участникам боевых действий. Таким образом, предпринимаются попытки привязать клиническую практику к национальным нормативам и обучить специалистов [3].

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) и её модификации остаются основой лечения ПТСР и сопутствующих расстройств: индивидуальная КПТ, экспозиционная терапия, когнитивная реструктуризация — все эти методы используются в амбулаторной и стационарной практике. Групповые форматы КПТ и поддерживающие группы также широко применяются как для снижения симптомов, так и для восстановления социальных навыков и взаимодействия.

Другие психотерапевтические подходы (семейная терапия, интерперсональная терапия, краткосрочная динамическая психотерапия) используются в комплексе, особенно когда ПТСР сочетается с семейными или межличностными проблемами. Для части пациентов применяются современные методы травмотерапии (ДПДГ — десенсибилизация и переработка движением глаз), хотя их распространённость и формальная стандартизация в России варьируются в зависимости от учреждения.

В клинической практике реабилитации ветеранов всё чаще используются мультидисциплинарные программы, в которых

участвуют психиатр, клинический психолог/психотерапевт, невролог, реабилитолог, физиотерапевт и социальный работник. Такой комплексный подход позволяет одновременно решать проблемы, связанные с симптомами ПТСР, соматическими последствиями стресса, нарушениями сна и социальной реадаптацией (профессиональной и бытовой). В методических практических рекомендациях ФМБА и Минздрава подчёркивается важность междисциплинарной работы и стандартизированных психодиагностических процедур.

Одним из эффективных направлений считается организация групп ровесников — ветеранов, прошедших через схожие испытания. Поддержка со стороны бывших военнослужащих сочетает в себе элементы психотерапии, социализации и профессионального наставничества. Такие группы часто создаются некоммерческими организациями и региональными центрами ветеранов. Они помогают снизить стигматизацию при обращении за помощью и служат связующим звеном с профессиональной терапией.

Для тех, кто недавно вернулся из зоны боевых действий, и для участников острых стрессовых реакций применяются краткосрочные кризисные вмешательства: первичная психологическая поддержка, стабилизация, обучение навыкам самопомощи и, при необходимости, направление на более длительное лечение. Центры кризисной психологии и профильные службы в регионах нередко предлагают срочные консультации и телефоны доверия.

Государственные медицинские учреждения, военные клиники, госпитали и специализированные центры (в том числе ведомственные — ФМБА, Минобороны) оказывают ветеранам боевых действий амбулаторную и стационарную помощь. Формирование стандартов оказания психологической помощи, учебных программ и методических рекомендаций стало приоритетной задачей для профильных структур. При этом в ряде регионов реализуются краевые/региональные проекты психолого-социальной поддержки ветеранов боевых действий [4].

Некоммерческие организации и фонды (региональные и федеральные) играют важную роль в предоставлении гибких, «низкопороговых» услуг: групп поддержки, курсов реабилита-

ции (включая спортивные, трудовые и творческие программы), программ профессиональной переориентации, юридического сопровождения и помощи в получении социальных гарантий. Парламентарии и профильные СМИ отмечают недостаток финансирования НКО и предлагают меры по расширению государственной поддержки таких организаций, что может увеличить масштабы помощи.

Постепенно развиваются дистанционные консультации, онлайн-тренинги и мобильные приложения, которые помогают преодолевать географические барьеры и ускоряют доступ к специалистам. Для многих ветеранов, особенно в отдалённых регионах, дистанционные консультации оказались жизненно важными. Однако цифровые сервисы требуют контроля качества, валидации и интеграции в систему перенаправления к очному специалисту при необходимости.

Одна из системных проблем — нехватка квалифицированных специалистов, подготовленных к работе с военными травмами и посттравматическим стрессовым расстройством [5]. В публикациях последних лет отмечается недостаточное количество психологов и психотерапевтов, имеющих профильную подготовку в области травмотерапии и военно-психологических проблем. В то же время ведётся работа по созданию курсов переподготовки и повышения квалификации (в университетах, научных центрах, профильных клиниках).

Развитие образовательных программ (курсы по посттравматическому стрессовому расстройству, супервизия, обучение методам когнитивно-поведенческой терапии и групповым техникам) — ключ к устойчивому повышению качества помощи. Программы повышения квалификации реализуются как Министерством здравоохранения, так и профильными университетами и клиниками.

Проблемы и ограничения существующих практик

Статистика и журналистские расследования указывают на серьёзную нехватку психологов и узких специалистов по посттравматическому стрессовому расстройству, особенно в регио-

нах. Это ограничивает доступность реабилитации и увеличивает нагрузку на существующие службы [6].

Социальная и профессиональная стигматизация при обращении за психологической помощью по-прежнему является препятствием. Многие ветераны предпочитают обращаться к своим ровесникам или в неформальные сообщества, что повышает значимость НКО и инициатив по взаимной поддержке.

Несмотря на разработку методических рекомендаций, на практике качество оказываемой помощи варьируется от современных доказательных методов до сомнительных техник и неоднозначных «комплементарных» практик. Поэтому важно развивать стандарты, контроль качества и научную оценку программ.

Финансирование программ реабилитации, особенно на региональном уровне, часто бывает ограниченным, что сказывается на масштабах и доступности услуг. Формальные барьеры (очереди, бумажная волокита) также затрудняют обращение ветеранов за помощью.

Перспективные направления и рекомендации

Рекомендуется дальнейшее внедрение и масштабирование программ, ориентированных на КПТ, обучение супервизоров и сертификация специалистов по стандартам, соответствующим международным и национальным рекомендациям. Важно, чтобы обучающие программы соответствовали реальным потребностям ветеранов, а результаты постоянно отслеживались [7].

Создание или расширение многопрофильных центров с возможностью комплексной медицинской, психологической, физической реабилитации и социальной адаптации позволит оказывать адресную помощь с учётом всех аспектов состояния здоровья ветерана боевых действий [8].

Государственная поддержка НКО, оказывающих помощь ветеранам боевых действий (гранты, налоговые льготы, методическая и логистическая помощь), позволит расширить спектр низкопороговых сервисов и инициатив на местах, сохранив их гибкость и способность работать с уязвимыми группами. Недав-

ние законодательные инициативы по расширению государственной поддержки НКО являются позитивным шагом.

Телемедицина и цифровые платформы должны развиваться параллельно с механизмами контроля качества и чёткой интеграции в офлайн-сеть: стандартами сертификации онлайн-консультантов, протоколами перенаправления на очную помощь, обучением ветеранов использованию цифровых сервисов.

Необходимы системные вложения в обучение специалистов по работе с ПТСР [9], создание учебных программ, супервизионных центров и научных исследований, оценивающих эффект реабилитационных программ в российском контексте. Это позволит со временем сформировать отечественную базу доказательной практики, адаптированную к специфике локальных условий и культурных особенностей.

В ряде регионов реализуются практики, сочетающие психотерапию с трудовой реадаптацией, профессиональным обучением и социально-трудовой поддержкой (курсы переквалификации, помощь в трудоустройстве). Такие комплексные проекты показывают, что работа с посттравматическими симптомами должна сочетаться с восстановлением смысла жизни, профессиональной идентичности и социальной роли ветерана. Некоммерческие организации и региональные центры часто выступают инициаторами подобных программ, выступая в качестве «моста» между ветераном боевых действий и государственными институтами.

Таким образом, современные подходы к психологической поддержке ветеранов боевых действий в России развиваются в направлении интеграции доказательных психотерапевтических методов, мультидисциплинарной реабилитации, активного вовлечения некоммерческих организаций и внедрения дистанционных технологий. Основные проблемы — нехватка профильных специалистов, региональные диспропорции, финансовые и административные ограничения, а также необходимость стандартизации и контроля качества услуг. Решение этих задач требует скоординированных усилий государства, научно-медицинских сообществ и некоммерческих организаций: от развития образовательных программ и супервизии до расширения мер поддержки НКО и внедрения современных цифровых сер-

висов. Только комплексный, системный подход позволит обеспечить доступную, качественную и долгосрочную психологическую поддержку ветеранов боевых действий, учитывающую их реальные потребности и способствующую успешной реинтеграции в гражданскую жизнь.

Список литературы

1. *Адо А.Д.* Методологические принципы построения современной теории патологии // Философские и социально-гигиенические аспекты учения о здоровье и болезни. — М.: Медицина, 1975. — 94 с.
2. В РФ помощь психологов за 1,5 года получили 60 тыс. ветеранов боевых действий // ТАСС. — URL: https://tass.ru/obschestvo/23586501 (дата обращения: 11.10.2025).
3. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. — М.: МГУ, 1984. — 200 с.
4. *Евдокимов В.И., Рыбников В.Ю., Шамрей В.К.* Боевой стресс: наукометрический анализ отечественных публикаций (2005–2017 гг.). — СПб.: Политехника-принт, 2018. — 101 с.
5. *Зеленова М.Е., Лазебная Е.О.* Экспериментально-психологическое изучение динамики посттравматической стрессовой адаптации участников боевых действий // Труды Института Психологии РАН: сборник. — М., 2000. — С. 48.
6. *Караяни А.Г.* Психологическое обеспечение как составная часть морально-психологического обеспечения боевых действий дивизии (полка) // Содержание и организация морально-психологического обеспечения боевых действий. — М.: ГА ВС, 1994. — С. 41–66; 155–171.
7. *Марищук В.Л. Евдокимов В.И.* Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. — СПб.: ИД «Сентябрь», 2001. — 60 с.
8. Методика комплексной реабилитации участников боевых действий. Методическое пособие / О.С. Андреева, Д.И. Лаврова, Т.А. Сивуха, [и др.]; ЦИЭТИН. — М., 1998. — 55 с.
9. *Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г.* Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. — М.: изд-во Института психотерапии, 2000. — 128 с.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИНСТРУМЕНТЫ В РАБОТЕ РЕЛИГИОЗНЫХ ДЕЯТЕЛЕЙ И ОРГАНИЗАЦИЙ

Огнева Д.Р.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
dianaogneva40@mail.ru
Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru

PSYCHOLOGICAL TOOLS IN THE WORK OF RELIGIOUS ACTIVISTS AND ORGANIZATIONS

Ogneva D.R.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
dianaogneva40@mail.ru
Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается комплекс психологических инструментов и механизмов, используемых религиозными деятелями и организациями для влияния на сознание и поведение адептов. Проводится анализ методов, основанных на фундаментальных принципах социальной и когнитивной психологии, таких как социальное влияние, когнитивный диссонанс, формирование идентичности и манипуляция эмоциональными состояниями. Статья разделяет конструктивное применение данных инструментов в целях духовного наставничества и их деструктивное использование в рамках деятельности тоталитарных сект. Делается вывод о том, что понимание этих механизмов является ключевым для критической оценки религиозного дискурса и профилактики манипулятивного поведения.

Ключевые слова: психология религии, социальное влияние, манипуляция, когнитивный диссонанс, религиозная идентичность, деструктивные культы, психологические инструменты.

Abstract. This article examines a set of psychological tools and mechanisms used by religious figures and organizations to influence the consciousness and behavior of their followers. It analyzes methods based on fundamental principles of social and cognitive psychology, such as social influence, cognitive dissonance, identity formation, and emotional manipulation. The article distinguishes between the constructive use of these tools for spiritual guidance and their destructive application by totalitarian sects. It is concluded that understanding these mechanisms is crucial for critically evaluating religious discourse and preventing manipulative behavior.

Key words: psychology of religion, social influence, manipulation, cognitive dissonance, religious identity, destructive cults, and psychological tools.

Религия как социальный институт, на протяжении всего человечества, выполняла не только сакральные, но и психологические функции, предлагая смыслы, утешение, моральные ориентиры и чувство общности. Однако процесс передачи религиозных доктрин и интеграции индивида в религиозную общность неизбежно сопряжен с психологическим воздействием. В современной науке накоплен значительный объем данных, свидетельствующих о том, что многие методы, применяемые религиозными деятелями, имеют прямые параллели с известными психологическими техниками влияния.

Цель данной статьи — систематизировать и проанализировать основные психологические инструменты, используемые в религиозном контексте, и дифференцировать их конструктивное и деструктивное применение.

Перед тем, как перейти к «религиозной психологии» или «православной психологии и психотерапии» и рассмотреть их взаимодействие между собой в рамках пастырского душепопечения, стоит разобраться с тем, что такое религия и психология как таковые, по отдельности.

Религия — это особая область человеческой психики, направленная на поиск им духовной и психологической ниши, идейных и прочих ориентиров, функционирующая как верования и практические действия, к которым люди прибегают, когда

не могут самостоятельно решить свои повседневные проблемы в трудных условиях окружающего природного мира.

Психология — это наука, изучающая закономерности возникновения, развития и функционирования психики и психической деятельности человека и групп людей.

Разобравшись с базовыми понятиями, можно выделить новое определение — «религиозная психология». Религиозная психология — это направление, которое работает с поведенческими и эмоциональными проблемами человека, опираясь, в частности, на учение о Боге и религиозные заповеди, а также использует психологический инструментарий.

1. Социально-психологические механизмы влияния в работе религиозных деятелей

Социально-психологические механизмы влияния — это процессы, возникающие при взаимном влиянии людей друг на друга, которые влияют на психическое, эмоциональное состояние, мысли и действия субъекта. К таким механизмам относят заражение, социальное доказательство и конформизм, внушение, авторитет.

Заражение — передача эмоционального состояния от одного человека к другому на психофизическом уровне контакта. Проявляется как сопереживание людьми общего психического состояния, причем при передаче происходит многократное усиление эмоций общающихся людей.

Социальное доказательство и конформизм — в соответствии с теорией Р. Чалдини, человек в ситуации неопределенности склонен ориентироваться на поведение других [4]. Религиозные обряды, коллективные молитвы, массовые паломничества создают мощный эффект социального доказательства. Индивид, видя единство и эмоциональный подъем группы, с большей вероятностью принимает предлагаемые верования и практики, стремясь к внутреннему согласию с коллективом. Это естественный механизм социализации, однако в условиях жесткого контроля он может приводить к подавлению критического мышления.

Внушение — ряд религиозных практик, таких как монотонное чтение мантр, длительные молитвы, ритмическая музыка и танцы (суфийские зикры, шаманские камлания), способствуют изменению состояния сознания. В таком состоянии критичность восприятия информации снижается, а внушаемость повышается, что облегчает усвоение религиозных догматов на глубинном, нерациональном уровне.

Авторитет — влияние фигуры религиозного лидера (священника, пастора, гуру) основано на восприятии его как носителя высшего, сакрального знания. Этот феномен, изученный в эксперименте С. Милгрэма, демонстрирует готовность людей подчиняться авторитету, даже вопреки собственным убеждениям [5]. Легитимизация авторитета происходит через атрибуты (одеяние, титулы), связь с божественным и часто — через харизму самого деятеля.

2. Когнитивные механизмы влияния

Когнитивный диссонанс — теория Л. Фестингера объясняет, как человек стремится снизить психологический дискомфорт, возникающий при столкновении противоречивых знаний или убеждений [3]. В религиозном контексте это проявляется, когда реальность (например, страдания праведников) вступает в конфликт с верой во всемогущего и благого Бога. Для снижения диссонанса индивид не отказывается от веры, а прибегает к рационализации («Бог посылает испытания для закалки духа», «пути Господни неисповедимы»). Религиозные системы предлагают готовые, часто догматические, схемы для такого снятия диссонанса.

Формирование картины мира и идентичности — религия предоставляет целостную, всеобъемлющую систему координат, объясняющую происхождение мира, смысл жизни и смерть. Эта система, по сути, является мощной когнитивной схемой, фильтрующей и интерпретирующей весь опыт человека. Принятие религиозной идентичности («я — православный», «я — мусульманин») интегрирует личность в определенную культурно — символическую систему, определяющую нормы, ценности и поведенческие паттерны.

3. Эмоциональные и экзистенциальные инструменты

Чередование награды и наказания — религиозные системы оперируют концепциями рая и ада, благодати и греха, кармического воздаяния. Это создает мощную систему позитивного и негативного подкрепления. Обещание спасения, вечной жизни или просветления является высшей наградой, а угроза проклятия, ада или негативного перерождения — крайним наказанием. Данный механизм эффективно регулирует поведение и укрепляет лояльность.

Манипуляция чувствами вины и страха — акцент на человеческой греховности или несовершенстве может порождать хроническое чувство вины, от которого организация или лидер предлагают единственный путь избавления — через строгое следование доктрине. Страх перед божественным наказанием, одиночеством (в случае отлучения от общины) или неопределенностью также является мощным рычагом управления.

Экзистенциальная компенсация — религия предлагает ответы на экзистенциальные вопросы, которые наука часто оставляет без внимания: вопросы смерти, смысла страданий, несправедливости. Предоставляя утешение и надежду, она снимает экзистенциальную тревогу, что является одной из ее ключевых психологических функций.

4. Дифференциация конструктивного и деструктивного применения

Данные инструменты психологического влияния можно применять как конструктивно, так и деструктивно. Конструктивное влияние характерно для большинства традиционных конфессий в их либеральном крыле. Оно направлено на: духовное наставничество: помощь в личностном и нравственном росте, создание общины: предоставление социальной поддержки и чувства принадлежности, психологическая поддержка: помощь в преодолении кризисов через веру.

Деструктивное применение является маркером тоталитарных сект и культов и характеризуется: подавлением критического

мышления и изоляцией адепта от внешней информации, жестким контролем поведения, эмоций и информации, эксплуатацией (финансовой, сексуальной, трудовой), созданием зависимости от лидера или группы, что приводит к разрушению прежней идентичности и социальных связей. В деструктивных моделях психологические инструменты используются не для раскрытия потенциала личности, а для ее подчинения и контроля.

Вывод

Подводя итоги, можно сделать вывод о том, что религиозные деятели и организации в своей деятельности активно, хотя и не всегда осознанно, используют широкий арсенал психологических инструментов. Эти механизмы, коренящиеся в фундаментальных законах человеческой психики, чрезвычайно эффективны для укрепления веры, сплочения общины и трансляции традиций. Понимание данных механизмов имеет не только теоретическое, но и важное практическое значение. Оно позволяет:

1) верующим: осуществлять рефлексивный анализ своих убеждений и практик, отличая здоровую религиозность от манипулятивного контроля;
2) психологам и социальным работникам: точнее диагностировать случаи деструктивного влияния и оказывать адекватную помощь его жертвам;
3) обществу в целом: развивать критическое мышление и медиаграмотность, что является лучшей профилактикой вовлечения в тоталитарные группы.

Таким образом, психологический анализ религиозной практики не ставит под сомнение содержание веры как таковой, но проливает свет на механизмы ее функционирования в индивидуальном и коллективном сознании, способствуя более осознанному и ответственному диалогу между религией, наукой и обществом.

Список литературы

1. *Джеймс У.* Многообразие религиозного опыта / пер. с англ. — М.: Изд-во Академический проект, 2020. — 394 с.

2. *Франкл В.* Человек в поисках смысла: сборник / общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева; пер. с англ. и нем. — М.: Прогресс, 1990. — 368 с.
3. *Хассен С.* Освобождение от психологического насилия: Деструктивные культы, контроль сознания, методы помощи / пер. с англ. Е.Н. Волкова. — 2-е изд. — М.: Класс, 2015. — 368 с.
4. *Эриксон М.Г.* Гипнотические реальности: Наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения / М.Г. Эриксон, Э.Л. Росси, Ш.И. Росси; пер. с англ. М.А. Якушиной. — М.: Класс, 1999. — 347 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).
5. *Cialdini R.B.* Influence: The Psychology of Persuasion / Revised ed. — New York: Harper Business, 2006. — 336 p.
6. *Milgram S.* Obedience to Authority: An Experimental View. — New York: Harper & Row, 1974. — 224 p.
7. *Festinger L.* A Theory of Cognitive Dissonance. — Stanford, CA: Stanford University Press, 1957. — 291 p.

УДК 378.147:78.071.2

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ ВЗРОСЛЫХ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГА-МУЗЫКАНТА

Пахтусова А.А.,
аспирант,
Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург
pahtusova.art@ya.ru

FORMATION OF A VALUE ATTITUDE TOWARDS ADULT MUSICAL EDUCATION IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING OF A TEACHER-MUSICIAN

Pakhtusova A.A.,
Postgraduate student,
St. Petersburg State University, Saint-Petersburg
pahtusova.art@ya.ru

Аннотация. Статья посвящена проблеме формирования у будущих педагогов-музыкантов ценностного отношения к музыкальному образованию взрослых. Обоснована актуальность темы, связанная с ростом значимости непрерывного образования. В работе раскрывается сущность ключевого понятия и определяются педагогические условия, способствующие эффективному решению данной задачи в процессе профессиональной подготовки. Сделан вывод о том, что целенаправленная работа в этом направлении повышает качество подготовки специалистов и способствует гуманизации образования.

Ключевые слова: ценностное отношение, музыкальное образование взрослых, профессиональная подготовка, педагог-музыкант, андрагогика, аксиологический подход, педагогические условия, непрерывное образование, музыкально-педагогическое образование.

Abstract. The article is devoted to the problem of forming a value-based attitude towards adult music education among future music teachers. The relevance of the topic related to the growing importance of continuing education is substantiated. The paper reveals the essence of the key concept and defines the pedagogical conditions that contribute

to the effective solution of this problem in the process of professional training. It is concluded that purposeful work in this area improves the quality of specialist training and contributes to the humanization of education.

Key words: value attitude, adult musical education, professional training, teacher-musician, andragogy, axiological approach, pedagogical conditions, continuing education, music and pedagogical education.

Современная система образования характеризуется ориентацией на принципы непрерывности и обучения в течение всей жизни (lifelong learning). В этом контексте музыкальное образование перестает быть прерогативой лишь детского и юношеского возраста, все более востребованным становится образовательное пространство для взрослых [1, с. 45]. Взрослые люди обращаются к музыке с различными целями: для личностной самореализации, культурного обогащения, компенсации нереализованных в юности потребностей, профессиональной переориентации или просто как к форме содержательного досуга.

Однако потенциал этого направления реализуется недостаточно, во многом из-за дефицита педагогических кадров, обладающих не только высокой музыкальной квалификацией, но и понимающих специфику работы со взрослой аудиторией, а главное — ценящих эту сферу педагогической деятельности. Традиционная система подготовки педагога-музыканта в вузе или колледже зачастую ориентирована преимущественно на работу в детских учреждениях (школах, музыкальных школах, детских садах). В результате у будущих специалистов не формируется целостное представление о широком поле профессиональной реализации, включающем и работу со взрослыми [2, с. 18].

Таким образом, возникает противоречие между растущей социальной потребностью в квалифицированных педагогах для музыкального образования взрослых и недостаточной ориентированностью на эту задачу существующих программ профессиональной подготовки. Разрешение данного противоречия видится в целенаправленном формировании у будущих педагогов-музыкантов *ценностного отношения* к музыкальному образованию взрослых как к значимой и перспективной области их профессиональной деятельности.

Музыкальное образование взрослых представляет собой уникальный и динамично развивающийся сегмент педагогической практики, который выходит за рамки традиционной дидактики. Это междисциплинарный феномен, находящийся на стыке музыкознания, педагогики, психологии развития, андрагогики (науки об обучении взрослых) и менеджмента в сфере культуры [5, с. 45]. Его специфика не является простым набором отличий от детского образования; она формирует принципиально иную философию и методологию педагогического процесса, что и составляет его высочайшую профессиональную ценность для современного специалиста.

Ключевое отличие взрослого обучающегося (андрогога) от ребенка заключается в его психосоциальной зрелости, что кардинально меняет образовательную парадигму [1, с. 28].

1. *Жизненный опыт как образовательный ресурс.* Взрослый человек обладает не просто багажом знаний, а целостной, сложившейся системой ценностей, убеждений и уникальным личным опытом. Этот опыт — не «чистый лист», на котором педагогу предстоит писать, а богатая почва для культивации новых знаний. Успешный педагог умеет интегрировать этот опыт в процесс обучения: связать теорию музыки с уже сформировавшимся музыкальным вкусом ученика, а освоение инструмента — с его двигательными и когнитивными стратегиями, выработанными в профессиональной деятельности [3, с. 115]. Таким образом, обучение превращается не в трансляцию, а в диалог и совместное конструирование знания.
2. *Целеориентированность и прагматизм.* Мотивация взрослого человека, как правило, глубоко осознана и инструментальна. Он учится не «для общего развития» в абстрактном будущем, а для решения конкретных, актуальных жизненных задач: освоить инструмент для музицирования в кругу семьи или друзей, понять теорию для собственного сочинительства, преодолеть психологические барьеры через музыку или просто найти ресурс для эмоциональной разгрузки [2, с. 91]. Следовательно, профессиональная ценность педагога заключается в его способности

помочь ученику сформулировать эти цели и выстроить максимально эффективный и практико-ориентированный индивидуальный маршрут для их достижения.

3. *Самоуправление и внутренняя ответственность.* Взрослый обучающийся — это самостоятельный, самоуправляемый субъект. Он не ждет указаний, а хочет партнерства. Его не нужно мотивировать внешне (оценками, соревнованием), так как он движим внутренней мотивацией. Задача педагога-профессионала — уважать эту самостоятельность, делегировать часть ответственности за процесс обучения самому ученику, гибко адаптировать программу под его ритм жизни и личные обстоятельства [4, с. 77].

Ценностное отношение к этой деятельности со стороны педагога — это не просто терпимое принятие особенностей взрослых, а активное использование этих особенностей в качестве фундамента для построения партнерских, субъект-субъектных отношений. В этом контексте педагог претерпевает радикальную смену профессиональных ролей [6, с. 33]:

— *от транслятора знаний — к фасилитатору.* Его функция — не демонстрация собственного превосходства, а создание психологически безопасной и поддерживающей среды, где ученик не боится ошибок и экспериментов. Он «облегчает» путь познания, убирая барьеры и страхи;

— *от контролера — к тьютору.* Педагог становится наставником, который сопровождает индивидуальную образовательную траекторию ученика, подбирает релевантные ресурсы (от нотных редакторов до специфических упражнений), учит учиться и критически оценивать собственный прогресс;

— *от единственного источника истины — к организатору образовательной среды.* Он выстраивает вокруг ученика целую экосистему: рекомендует концерты, онлайн-курсы, литературу, создает условия для музицирования в ансамбле, то есть помогает ученику интегрироваться в музыкальное сообщество [4, с. 80].

Формирование такого профессионального отношения требует от будущего педагога преодоления глубоко укорененного

стереотипа, согласно которому работа со взрослыми («любителями») является второсортной, неполноценной деятельностью по сравнению с подготовкой юных дарований в академических учреждениях.

Напротив, эта работа обладает исключительной социальной значимостью. Она:

— *реализует концепцию lifelong learning (обучение в течение всей жизни),* делая музыку доступной и осмысленной на любом этапе человеческой жизни [5, с. 48];

— *выполняет компенсаторную и реабилитационную функцию,* предоставляя взрослым людям мощный инструмент для творческой самореализации, снятия стресса и поиска нового смысла;

— *формирует грамотную и активную аудиторию слушателей,* что в конечном счете оздоравливает всю культурную среду общества [2, с. 95].

Специфика музыкального образования взрослых как объект профессиональной ценности заключается в комплексном требовании к педагогу быть не просто узким специалистом-музыкантом, а многогранным профессионалом: психологом, способным понять мотивацию зрелой личности; методистом, конструирующим индивидуальные программы; менеджером, умеющим организовать образовательный процесс; и, наконец, чутким и эмпатичным наставником. Это сложная, творческая, социально востребованная и глубоко гуманистическая деятельность, требующая высочайшего уровня профессиональной рефлексии и специальной подготовки в области андрагогики, психологии взрослых и современной культурной политики [6, с. 40].

Формирование ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности является стержневым компонентом становления личности специалиста. В контексте подготовки педагога-музыканта к работе со взрослой аудиторией этот процесс приобретает особую значимость, поскольку связан с преодолением традиционных стереотипов, согласно которым музыкальное образование является прерогативой исключительно детского возраста. Ценностное отношение здесь понимается как интегративное личностное образование, выражающееся в осознании со-

циальной и личностной значимости музыкально-образовательной деятельности со взрослыми, устойчивой положительной мотивации к этой деятельности и внутренней готовности к ее осуществлению. Формирование данного отношения не происходит спонтанно; оно требует целенаправленного, системного педагогического воздействия в рамках профессиональной подготовки, реализуемого через комплекс взаимосвязанных условий.

1. Интеграция андрагогического компонента в содержание учебных дисциплин. Первым и фундаментальным условием является системная интеграция андрагогических знаний в содержание основных профессиональных дисциплин. Речь идет не столько о введении отдельного курса андрагогики (хотя такой подход имеет право на существование), сколько о насыщении и трансформации содержания таких предметов, как «Теория и методика музыкального образования», «Педагогика», «Психология музыкальной деятельности», «История музыкальной педагогики». Целью такой интеграции является формирование у студентов целостного представления о взрослом обучающемся как о субъекте образовательного процесса, обладающем специфическими потребностями, мотивами и особенностями.

В рамках данного условия предполагается:

— *теоретическое осмысление феномена андрагогики:* рассмотрение ее истории, философских оснований, ключевых концепций (М. Ноулз, П. Ярвис и др.) и места в системе непрерывного образования;

— *сравнительный анализ педагогической и андрагогической моделей обучения:* выявление ключевых различий между детской и взрослой аудиториями в целях, мотивации, роли педагога, организации учебного процесса. Это позволяет студенту осознать качественное своеобразие предмета будущей деятельности;

— *изучение психологических особенностей взрослого обучающегося:* анализ специфики памяти, внимания, мышления в зрелом возрасте, а также социально-психологических аспектов (ролевые нагрузки, наличие жизненного и профессионального опыта) [5, с. 54];

— *освоение методов диагностики образовательных потребностей взрослых:* обучение технике составления анкет, проведения интервью, что является основой для проектирования релевантных образовательных программ.

Таким образом, интеграция андрагогического компонента закладывает теоретический фундамент для осознания ценности и специфики работы со взрослой аудиторией.

2. Активное использование проблемно-ситуационных методов обучения. Усвоение теоретических знаний становится эффективным лишь в том случае, если оно подкрепляется практикой их применения в условиях, имитирующих реальную профессиональную деятельность. Вторым ключевым условием является широкое внедрение в учебный процесс проблемно-ситуационных методов, которые позволяют «прожить» типичные и критические ситуации будущей профессии.

К таким методам относятся:

— *кейс-стади (анализ конкретных ситуаций):* студентам предлагаются для анализа подробные описания реальных случаев из практики музыкального образования взрослых (например, «сопротивление обучающегося освоению нотной грамоты», «неадекватная самооценка взрослого ученика»). Анализ кейсов развивает аналитическое мышление и позволяет связать теорию с практикой;

— *ролевые и деловые игры:* моделирование таких ситуаций, как «первое ознакомительное занятие со взрослой группой», «проведение родительского собрания в форме музыкальной гостиной», «разрешение конфликта интересов в любительском хоровом коллективе». В процессе игры студент вынужден не только применять знания, но и проявлять эмпатию, занимать определенную ценностную позицию по отношению к действиям своего «героя»;

— *проектная деятельность:* разработка студентами конкретных продуктов — фрагментов рабочих программ, сценариев лекций-концертов, циклов мастер-классов или даже бизнес-моделей студии для взрослых. Этот метод направлен на формирование проектного мышления и по-

зволяет студенту увидеть практический результат своих усилий, что усиливает личную заинтересованность и положительное отношение к деятельности [6, с. 23].

Через проживание смоделированных профессиональных ситуаций у студента формируется не только операциональный, но и ценностно-смысловой компонент профессиональной компетентности.

3. Организация практики и проектной деятельности в реальной среде образования взрослых. Наиболее действенным условием, переводящим внутренние установки в устойчивое ценностное отношение, является непосредственное включение студентов в работу с реальной взрослой аудиторией. Теоретическая подготовка и ситуативное моделирование должны быть неизбежно подкреплены аутентичным практическим опытом.

Формы реализации данного условия могут быть разнообразны:

— *волонтерская деятельность* на базе культурно-досуговых центров, библиотек, музеев, где студенты могут проводить тематические музыкальные вечера или лектории;
— *педагогическая практика* в учреждениях дополнительного образования для взрослых (хоровые коллективы, студии игры на инструментах для любителей);
— *разработка и реализация собственных образовательных проектов,* например, создание студии музыкального развития для родителей учащихся детских школ искусств или проведение цикла «музыкальных гостиных» для пенсионеров.

Именно в ходе такой практики происходит «обкатка» профессиональных умений, столкновение с реальными трудностями и, что самое главное, получение уникального эмоционального опыта от успехов своих взрослых учеников. Видя личностный рост и искреннюю благодарность обучающихся, студент-музыкант получает мощнейшее личностное подкрепление, которое трансформирует абстрактное понимание «важности» работы в глубоко личностное, ценностное отношение к ней [7, с. 91].

4. Организация рефлексии профессионально-личностной позиции. Формирование ценностного отношения не может быть завершено без этапа осмысления и вербализации полученного опыта. Четвертым условием является целенаправленное создание в учебном процессе пространства для рефлексии — целостного осмысления своей деятельности, своих переживаний и формирующихся профессиональных взглядов.

Инструментами организации рефлексии выступают:

— *семинары-дискуссии и коллоквиумы*, специально посвященные анализу пройденной практики, обсуждению этических дилемм в работе со взрослыми, поиску ответов на проблемные вопросы;

— *ведение педагогических дневников или портфолио*, где студент фиксирует свои наблюдения, размышления, успехи и неудачи, прослеживая динамику собственного профессионального становления;

— *метод «супервизии»*, когда опытный преподаватель или группа сокурсников помогает проанализировать сложную ситуацию из практики, способствуя тем самым глубокому пониманию своих действий и их мотивов.

В процессе рефлексии происходит «присвоение» опыта, его кристаллизация в виде четко сформулированных принципов, убеждений и ценностных ориентаций. Студент не просто действует, но и осознает, *почему* он действует именно так, в чем заключается личностный смысл и социальная значимость его будущей профессии [8, с. 40].

Формирование ценностного отношения будущего педагога-музыканта к музыкальному образованию взрослых представляет собой целенаправленный, многоуровневый процесс. Его эффективность обеспечивается не отдельными методами, а синергетическим эффектом от реализации комплекса педагогических условий: от теоретической подготовки через интеграцию андрагогического компонента, через апробацию умений в смоделированных и реальных профессиональных ситуациях до глубокого осмысления, и вербализации полученного опыта в ходе рефлексии. Только такой системный подход позволяет подготовить не просто

квалифицированного исполнителя-преподавателя, а мотивированного, осознающего ценность своей миссии специалиста, способного стать субъектом развития образования взрослых.

В заключении следует подчеркнуть, что формирование ценностного отношения к музыкальному образованию взрослых знаменует собой переход к новой философии подготовки педагога-музыканта. Это отношение перестает быть периферийным и становится ключевым элементом его профессиональной идентичности, отражая тренд на демократизацию и доступность музыкального искусства для всех возрастных групп.

Практическая реализация данного процесса, как показало исследование, требует пересмотра содержания учебных дисциплин, обогащения методического арсенала и создания пространства для рефлексии будущими педагогами собственных ценностных ориентаций. Ценностное отношение выступает здесь не просто как знание о важности работы со взрослыми, а как внутренний регулятор профессиональной деятельности, побуждающий к поиску, творчеству и диалогу.

Перспективы развития темы связаны с интеграцией цифровых технологий в процесс обучения взрослых, а также с исследованием кросс-культурных аспектов музыкального образования в зрелом возрасте. Подготовка педагога, способного ценить и эффективно работать с мотивированной взрослой аудиторией, — это весомый вклад в построение обучающегося общества, где музыка выполняет свою гуманизирующую и развивающую функцию на каждом этапе человеческой жизни

Список литературы

1. *Вершловский С.Г.* Образование взрослых: опыт и проблемы. — СПб.: Изд-во СПбГУП, 2017. — 228 с.
2. *Глазырина Е.Ю.* Подготовка педагога-музыканта в контексте непрерывного образования: монография. — М.: Прометей, 2019. — 180 с.
3. *Змеёв С.И.* Андрагогика: основы теории, истории и технологии обучения взрослых. — М.: ПЕР СЭ, 2020. — 272 с.
4. *Ильина Т.В.* Ценностные ориентации в профессиональной подготовке педагога // Высшее образование в России. — 2021. — № 5. — С. 75–82.

5. *Казакова Е.И.* Диалог в образовании взрослых: коллективная монография. — СПб.: Эйдос, 2018. — 320 с.
6. *Осипенко Д.А.* Проектные технологии в формировании профессиональных компетенций будущего учителя музыки // Педагогика искусства. — 2022. — № 3. — С. 21–28.
7. *Тарасов Л.В.* Педагогическая практика как ресурс профессионального становления музыканта-педагога // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. — 2020. — № 4(90). — С. 88–95.
8. *Федотова О.Д.* Рефлексия как механизм развития ценностного отношения к педагогической деятельности // Ярославский педагогический вестник. — 2019. — № 6. — С. 38–44.
9. *Хуторской А.В.* Современная дидактика: учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2021. — 533 с.
10. *Щербакова А.И.* Философия музыки и музыкального образования в XXI веке. — М.: Научная библиотека, 2018. — 165 с.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ В СЛОЖНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮРИСТА

Протасова А.И.,
преподаватель кафедры социально-гуманитарных дисциплин,
Нижегородская академия МВД России, Нижний Новгород
Protasova-a@yandex.ru
Сипатова С.С.,
слушатель,
Нижегородская академия МВД России, Нижний Новгород
sipatovasnezhana@yandex.ru

PSYCHOLOGICAL STABILITY IN DIFFICULT AND EXTREME SITUATIONS IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A LAWYER

Protasova A.I.,
Lecturer of the Department of Social and Humanitarian Disciplines,
Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Nizhniy Novgorod
Protasova-a@yandex.ru
Sipatova S.S.,
Student,
Nizhny Novgorod Academy of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Nizhniy Novgorod
sipatovasnezhana@yandex.ru

Аннотация. Профессия юриста традиционно считается одной из самых стрессовых, требующей от специалистов исключительной эмоциональной стойкости. Сложность юридической деятельности обусловлена высокой степенью ответственности, присущей судебным процессам, уголовным делам, корпоративным конфликтам и выполнению государственных функций. Постоянное давление сроков, непредсказуемость развития событий и необходимость противостоять сильным оппонентам создают дополнительную нагрузку. Особенно изнурительными являются моменты максимальной интенсивности: крупные судебные процессы, напряженные переговоры, информационное давление, форс-мажорные обстоятельства и сложные моральные дилеммы. В своей работе авторы исследуют юри-

дическую профессию с точки зрения стресса и выделяют пять основополагающих компонентов психологической устойчивости, которые позволяют специалистам поддерживать свою эффективность и эмоциональное благополучие.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, стресс, юристы, юридическая деятельность, биллинг, KPI, экстремальные ситуации, психологические механизмы устойчивости, эмоциональное выгорание.

Abstract. The legal profession is traditionally considered one of the most stressful, requiring exceptional emotional resilience from specialists. The complexity of legal activity is due to the high degree of responsibility inherent in court proceedings, criminal cases, corporate conflicts and the performance of government functions. The constant pressure of deadlines, the unpredictability of events and the need to confront strong opponents create an additional burden. Moments of maximum intensity are especially exhausting: major lawsuits, tense negotiations, information pressure, force majeure, and complex moral dilemmas. In their work, the authors examine the legal profession in terms of stress and identify five fundamental components of psychological resilience that allow professionals to maintain their effectiveness and emotional well-being.

Key words: psychological stability, stress, lawyers, legal activity, billing, KPIs, extreme situations, psychological mechanisms of stability, emotional burnout.

Юридическая профессия традиционно относится к видам деятельности повышенной психологической нагрузки: высокая цена ошибки, информационная неопределённость, противоборство сторон, дефицит времени и перманентная публичная оценка результата. Для многих сфер юридической практики — судебного представительства, уголовной защиты, инхаус-функции в высокорискованных отраслях, госслужбы — это дополняется «экстремальными» эпизодами: резонансные процессы, интенсивные переговоры с угрозой срыва сделки, давление СМИ, конфликты интересов, кризисы в компаниях (инциденты, проверки, внезапные обыски и выемки). В этих условиях ключевым профессиональным мета навыком становится психологическая устойчивость как способность сохранять эффективность и этичность действий при сильном стрессе.

Как пишет Шмыков В.И. «Профессиональный стресс представляет собой серьезное испытание физического и психического здоровья специалиста, проверку степени его профессиональной надежности. Динамика стрессовых психических состояний тре-

бует психоэмоциональных затрат, изменяет регуляцию деятельности — снижает ее эффективность и надежность» [7, с. 217].

Собольников В.В. указывает «Проведенный обзор научных исследований по проблемам деятельности с измененными условиями труда убедил, что общим для них основанием является воздействие экстремальных факторов, природа которых отличается определенным разнообразием (геофизические, механические и др.)» [3, с. 17].

Эмпирические данные последних лет подтверждают масштаб проблемы: во многих исследованиях большинство юристов сообщают о тревоге, нарушениях сна, выгорании и ухудшении благополучия.

Благотворительная организация LawCare[1] представила результаты своего опроса «Жизнь в законе», в котором приняли участие свыше 1700 юристов из Великобритании и Ирландии. Исследование, проведенное с октября 2020 по январь 2021 года, показало, что 69% респондентов страдали от психических расстройств в течение предыдущего года. Среди наиболее распространенных симптомов были отмечены тревожность (61%), подавленность (48%) и депрессия (29%) [3]. Исследования подтверждают, что юристы находятся в зоне «высокого риска» выгорания, причем самая уязвимая группа — это люди в возрасте от 26 до 35 лет. Эта категория показывает наивысшие уровни выгорания, а также указывает на низкую автономию, недостаточную психологическую безопасность и высокую рабочую интенсивность.

Под психологической устойчивостью будем понимать интегральную характеристику, включающую:

1) стресс-толерантность (способность выдерживать высокую нагрузку без дезадаптации);
2) когнитивную гибкость (умение быстро перестраивать план действий);

[1] **LawCare** — благотворительная организация, которая поддерживает психическое здоровье и благополучие в юридическом сообществе в Великобритании, Ирландии, на острове Мэн и Джерси. Основана в 1997 году.

3) эмоциональную саморегуляцию (сохранение профессионального самообладания);
4) поведенческую устойчивость (поддержание рабочих ритуалов и стандартов);
5) ценностно-этический каркас (опора на профессиональные нормы даже под давлением). Для юриста критично, чтобы устойчивость не превращалась в эмоциональную «деревянность»: задача не подавить чувства, а научиться экологично ими управлять, сохраняя эмпатию к клиенту и ясность правовой позиции [5, с.13].

Перейдем к рассмотрению специфики стрессоров в юридической деятельности.

1. Информационная и временная неопределённость. Неполнота доказательств, внезапные процессуальные повороты, «жёсткие» дедлайны, культура 24/7. Исследования отмечают, что рост подключённости усиливает ощущение постоянной доступности и сдвигает границы личного времени.
2. Состязательность и публичность. Риски репутации, токсичная коммуникация в переговорах и заседаниях, публичные кампании по делу, информационные атаки.
3. Нравственно-этические дилеммы. Конфликты интересов, давление клиента «на результат любой ценой», риск «моральной травмы», когда юрист вынужден действовать в рамках закона, но вопреки личным убеждениям.
4. Контакт с травматичным контентом. Для уголовных и семейных дел — насилие, утраты, интимные обстоятельства; для комплаенса — расследования, санкционные истории, увольнения.
5. Организационные факторы. Модель биллинга и KPI[2], непрозрачное распределение нагрузки, дефицит поддержки руководителей. Международные обзоры подчёркивают,

[2] **KPI**, Key Performance Indicators («Ключевые показатели эффективности») — это измеримые метрики, которые отражают эффективность работы компании, отдела или сотрудника в достижении поставленных целей. Выражаются в цифрах или процентах.

что именно организационная среда, а не индивидуальные «лайфхаки», определяет долгосрочное благополучие.

Эмпирическая картина. В этой связи, данные говорят:

— нарушения сна, тревога, «проседание» благополучия. По опросу ABA Journal (2024) более половины юристов сообщили о нарушениях сна (56%), тревоге (55%) и снижении уровня благополучия (44%) [8];

— выгорание как норма, а не исключение. Мониторинги Bloomberg Law[3] фиксируют, что юристы чувствуют себя выгоревшими в среднем 44–52% времени в разные периоды наблюдения;

— динамика депрессии и тревоги (2019–2023). Отдельные сопоставления показывают рост зарегистрированных случаев депрессии у юристов с ~31 в 2019 до ~38% в 2023 и тревоги — с ~64 до ~71% (важно: это агрегированные данные по юридическим профессионалам из нескольких волн опросов);

— инхаус-контур. В 2024 г. почти 60% CLO (директоров по праву) отметили рост нагрузки за год; около 20% недовольны балансом «работа–жизнь»;

— глобальные оценки благополучия. IBA (2021–2024) констатирует устойчиво низкий уровень осознанного отношения к благополучию в юридическом секторе и значимую долю специалистов, у кого работа негативно влияет на психическое здоровье (порядка трети и более);

— российский контекст. В российских опросах (Baker McKenzie + Право.ru) признаки эмоционального выгорания отмечали до 86% юристов; исследование PLATFORMA сообщало: 69% оценивают свой стресс как высокий/экстремально высокий; 60% отмечают выгорание; 45% — депрессивную симптоматику; 26% «заливают» стресс алкоголем; 34% никак не борются со стрессом. Эти цифры не про «слабость», а про несоответствие организационных

[3] **Bloomberg Law** — платформа для онлайн-юридических исследований, часть профессиональных услуг компании Bloomberg L.P. Запущена в 2010 году.

практик человеческой физиологии и когнитивным ограничениям [1, с. 3].

Проанализируем следующие психологические механизмы устойчивости.

1. Когнитивный уровень. Рефрейминг (переформулирование стрессора), «планирование от препятствий» (implementation intentions), работа с когнитивными искажениями (катастрофизация, всё или ничего), техника «двойного трека» (процессуальный план + план на случай отказов/срывов).
2. Эмоциональный уровень. Навыки распознавания и дозированной экспрессии эмоций (алекситимия — фактор риска ошибок общения), короткие протоколы саморегуляции (диафрагмальное дыхание 4–6 циклов/мин; «короткий выдох»; прогрессивная мышечная релаксация 60–90 сек).
3. Поведенческий уровень. Микроритуалы: «пять минут тишины до/после заседания», checklists к ключевым процессуальным действиям, «жёсткие» границы на время глубокого фокуса (90-мин спринты), правило «двух касаний» для почты.
4. Социальный уровень. Супервизии/интервизии по сложным кейсам, механизм «второго мнения», peer-debriefing[4] после экстремальных эпизодов (обыска, медийного скандала, тяжёлого заседания).
5. Ценностно-этический уровень. Проговорённые принципы фирмы/департамента о допустимом уровне нагрузок, этике взаимодействия с оппонентами и клиентом, «красные линии» (например, отказ от практик унижения и ночных штурмов презентаций без крайней необходимости).
6. Физиологический фундамент. Сон (7–9 часов как «стратегический актив»), питание и движение (минимум «20–20» — 20 минут активной ходьбы ежедневно), управление

[4] **Peer debriefing** — это процесс в качественных исследованиях, когда учёные взаимодействуют с коллегами или экспертами для проверки интерпретаций и минимизации личных предубеждений.

кофеином/алкоголем. Нарушенный сон — один из самых частых маркеров риска у юристов.

Далее рассмотрим экстремальные ситуации в юридической практике: типовые сценарии и протоколы, а именно:

1) обследования, обыски, внезапные визиты регулятора:
   — протокол «90 секунд»: заземление дыханием, распределение ролей (ведущий коммуникацию, протоколист, оператор связи), быстрый чек-лист прав и обязанностей;
   — «Чистый канал»: единая точка входа запросов, запрет на индивидуальные комментарии сотрудниками;
   — «Юридический шлем»: заранее подготовленные карточки с алгоритмами для ресепшн/охранников, памятки по изъятию ЭРД. [10, с. 5];
2) высоко конфликтные заседания и допросы:
   — «Три якоря»: заранее прописанные смысловые опоры (позиция по праву, по факту, по рискам);
   — «Пауза по протоколу»: легитимная пауза на фиксацию возражений, запись возражений нейтральным языком;
   — «Антиэскалация»: правило «не спорить с эмоцией, спорить с фактом», зеркалирующие фразы, техника «сломанная пластинка»;
3) медийный и сетевой прессинг:
   — «One-voice policy»[5]: единственный спикер и Q&A-дерево[6]; мониторинг инфополя, защита персонала от doxing;
   — «Цифровая гигиена»: разграничение устройств/учётных записей, лимиты уведомлений, «тёмные периоды» для команды;

[5] **One-voice policy** — «один голос политики». Принцип, согласно которому при принятии решений все члены группы выражают единую волю, и нет противоречивых указаний.

[6] **Q&A-дерево** — это структура организации вопросов и ответов, представленная в форме дерева. Каждый узел дерева представляет собой вопрос, а ветви — возможные варианты ответов или дальнейших уточняющих вопросов.

4) этические конфликты:
   — комитет этики/омбудсмен департамента, «право на отказ» без репрессий по кейсам, противоречащим убеждениям или стандартам.

Рассмотрим некоторые индикаторы риска и «красные флажки»:

— стойкие нарушения сна, «ночные смены» как норма, соматические симптомы (тахикардия, головные боли);
— цинизм и «эмоциональная пустота» в делах, где раньше была вовлечённость;
— участившиеся ошибки внимания/памяти, «схлопывание» горизонта планирования;
— увеличение потребления стимуляторов/алкоголя как способа «выключиться» (в опросах часть юристов отвечает именно так) [11, с. 2].

При наличии нескольких признаков подряд на протяжении недель — повод обратиться за профессиональной помощью и/или инициировать супервизию и перераспределение нагрузки.

Таким образом, психологическая устойчивость юриста — это не «врождённая черта» и не набор мотивационных лозунгов. Это системный навык, который развивается через личные практики, командные договорённости и организационные изменения. Данные профессиональных ассоциаций, индустриальных опросов и российских исследований демонстрируют высокую распространённость тревоги, нарушений сна и выгорания среди юристов; следовательно, задача управлять рисками стресса — не частная забота отдельного специалиста, а элемент качества юридической услуги и устойчивости организации. Внедрение протоколов поведения в экстремальных ситуациях, этически выверенная культура, управляемые нагрузки и доступ к профессиональной помощи — вот «четыре кита» работоспособной модели.

Список литературы

1. *Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита //

Психологический журнал. — 1994. — Т. 15. — № 1. — С. 3–18. — EDN SAFDIZ. — URL: https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21395491 (дата обращения: 02.10.2025).

2. *Деркач А.А.* Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях: (Психол.-акмеол. основы) / А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин; Рос. акад. гос. службы при Президенте Рос. Федерации. — М.: Изд-во РАГС, 2003. — 152 с.: табл.: 20 см. // URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_002393421/ (дата обращения: 02.10.2025).
3. Две трети юристов страдают психическими расстройствами. // URL: https://platforma-online.ru/media/detail/dve-treti-yuristov-stradayutpsikhicheskimi-rasstroystvami/ (дата обращения: 01.11.2025).
4. *Собольников В.В.* Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях: учебник для вузов. — М.: Изд-во Юрайт, 2025. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08656-0. // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/564007 (дата обращения: 01.11.2025).
5. *Никифоров Г.С.* Самоконтроль человека: монография / Ленинградский университет им. А.А. Жданова [ЛГУ]. — Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1989. — 192 с. — URL: https://bik.sfu-kras.ru/elib/view?id=BOOK1-88/H% 20627-676515 (дата обращения: 01.11.2025).
6. *Толочек В.А.* Технологии профессионального отбора: учебник для вузов. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2025. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18474-7 // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/564575 (дата обращения: 01.11.2025).
7. *Шмыков В.И.* Социально-психологические ресурсы психической устойчивости юристов // Вестник Пермского университета. Юридические науки. — 2007. — № 8. — С. 217–224. — EDN KNXDUZ. — URL: https://www.elibrary.ru/item.asp?id=12516127 (дата обращения: 01.11.2025).
8. *Chang Myung Oh, Ha Yan Kim, Han Kyu Na, Kyoo Ho Cho, Min Kyung Chu.* The Effect of Anxiety and Depression on Sleep Quality of Individuals With High Risk for Insomnia: A Population-Based Study // URL: https://translated.turbopages.org/proxy_u/en-ru.ru.b21ffeb2-6905dc01-3667b7fc-74722d776562/https/www.frontiersin.org/journals/neurology/articles/10.3389/fneur.2019.00849/full (дата обращения: 01.11.2025).

9. Fort Worth: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers. 2011. Understanding culture's influence on behavior // URL: https://archive.org/details/understandingcul00bris (дата обращения: 01.11.2025).
10. *Bond M.H.* The Cross-cultural challenge to social psychology. — New bury Park, CA: Sage. — 2024. // URL: https://archive.org/details/crossculturalcha0000unse (дата обращения: 01.11.2025).
11. *Eliot R.S.* From stress to strength: how to lighten your load and save your life. — N.Y., 2021. — URL: https://archive.org/details/fromstresstostre00robe (дата обращения: 01.11.2025).
12. *Selye H.* Stress without distress. — Philadelphia: Lippincott, 1974. — URL: https://archive.org/details/stresswithoutdis0000sely (дата обращения: 01.11.2025).

УДК 378.14

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ: ОТ АКАДЕМИЧЕСКИХ ИДЕАЛОВ К КАРЬЕРНОМУ ПРАГМАТИЗМУ

Ракова Н.И.,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии,
Самарский государственный технический университет, Самара
natalia.rakova@samgtu.ru

TRANSFORMATION OF STUDENTS' VALUE ORIENTATIONS IN THE PROCESS OF UNIVERSITY EDUCATION: FROM ACADEMIC IDEALS TO CAREER PRAGMATISM

Rakova N.I.,
PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
Samara State Technical University, Samara
natalia.rakova@pgssgu.ru

Аннотация. В статье рассматривается феномен трансформации ценностных ориентаций студентов в процессе получения высшего образования. Теоретической основой исследования выступают аксиологический и социокультурный подходы. Эмпирической базой послужило лонгитюдное исследование, проведенное автором в 2021–2025 годах на базе Самарского государственного технического университета. В исследовании приняли участие 450 студентов с первого по четвертый курс. Использовался комплекс методов, включающий анкетирование, методику ценностных портретов Шварца, а также глубинные интервью. Полученные результаты свидетельствуют о выраженной динамике в структуре ценностных ориентаций: наблюдается снижение значимости терминальных ценностей, связанных с познанием, саморазвитием и духовным удовлетворением, и одновременный рост значимости инструментальных ценностей, таких как прагматизм, материальная обеспеченность и карьерный успех. Анализ выявил ключевые факторы дан-

ной трансформации: влияние рыночной экономики и требований работодателей, практико-ориентированный характер современных образовательных программ, а также изменение социальных ожиданий по отношению к высшему образованию. В заключении формулируются выводы о двойственной роли современного вуза, который, с одной стороны, вынужден готовить конкурентоспособных специалистов, а с другой — рискует нивелировать фундаментальные академические и духовно-нравственные идеалы. Предлагаются рекомендации по гармонизации образовательного процесса для сохранения баланса между формированием профессиональных компетенций и развитием целостной личности.

Ключевые слова: ценностные ориентации, студенческая молодежь, высшее образование, трансформация ценностей, карьерный прагматизм, академические идеалы, университет, лонгитюдное исследование.

Abstract. The article examines the phenomenon of transformation of students' value orientations in the process of higher education. The theoretical basis of the research is axiological and socio-cultural approaches. The empirical base was a longitudinal study conducted by the author in 2021–2025 at the Samara State Technical University. The study involved 450 students from the first to the fourth year. A set of methods was used, including questionnaires, Schwartz's Portrait Values Questionnaire, and in-depth interviews. The results obtained indicate a pronounced dynamics in the structure of value orientations: there is a decrease in the importance of terminal values associated with cognition, self-development and spiritual satisfaction, and a simultaneous increase in the importance of instrumental values, such as pragmatism, financial security and career success. The analysis revealed key factors of this transformation: the influence of the market economy and employer requirements, the practice-oriented nature of modern educational programs, as well as changing social expectations towards higher education. In conclusion, conclusions are formulated about the dual role of the modern university, which, on the one hand, is forced to train competitive specialists, and on the other hand, risks leveling fundamental academic and spiritual and moral ideals. Recommendations are offered for harmonizing the educational process to maintain a balance between the formation of professional competencies and the development of a holistic personality.

Key words: value orientations, student youth, higher education, transformation of values, career pragmatism, academic ideals, university, longitudinal study.

Актуальность исследования ценностных ориентаций современной студенческой молодежи обусловлена трансформациями, которые переживает система высшего образования в условиях

глобализации и цифровизации. Высшая школа находится в эпицентре столкновения традиционных академических идеалов, ориентированных на познание, саморазвитие и служение истине, и нарастающих требований рынка труда, диктующих необходимость формирования узкопрофессиональных, прагматически ориентированных компетенций. Как справедливо отмечают авторы коллективной монографии, отечественное высшее образование оказалось на пороге 2020-х годов в ситуации сложной диалектики прагматизма и идеала [2]. Данное противоречие оказывает непосредственное влияние на ценностный мир студентов, определяя вектор их личностного и профессионального становления.

Целью настоящего исследования является выявление характера, направленности и факторов трансформации ценностных ориентаций студентов в процессе обучения в вузе. Мы предполагаем, что за время обучения в университете происходит закономерный сдвиг в структуре ценностных ориентаций от доминирования академических идеалов, характерных для первокурсников, к доминированию карьерного прагматизма у выпускников.

Методологической основой исследования выступили аксиологический подход, позволяющий рассматривать ценности как системообразующее ядро личности, и социокультурный подход, в рамках которого ценности понимаются как продукт взаимодействия индивида с общественными институтами, ключевым из которых для молодежи является университет. Для проверки выдвинутого предположения было организовано и проведено лонгитюдное исследование, которое осуществлялось с 2021 по 2025 год на базе Самарского государственного технического университета. В исследовании на добровольной основе приняли участие 450 студентов, зачисленных на первый курс в 2021 году на различные направления подготовки (гуманитарные, социальные, экономические). Исследование проводилось в четыре этапа, соответствующих годам обучения: первый замер — октябрь 2021 года, последний — май 2025 года. Для сбора эмпирических данных использовался комплекс взаимодополняющих методов: анкетирование, направленное на выявление социально-демографических характеристик и общих образовательных

приоритетов; адаптированная версия методики ценностных портретов Ш. Шварца, позволяющая количественно оценить значимость десяти базовых ценностных мотиваций; а также глубинные полуструктурированные интервью с частью респондентов (30 человек) для качественного анализа причин и смыслов, стоящих за изменением ценностей.

Полученные количественные данные подверглись статистической обработке с использованием t-критерия Стьюдента для установления достоверности различий между замерами. Качественные данные интервью анализировались методом контент-анализа с выделением ключевых тем и категорий.

Результаты проведенного эмпирического исследования подтвердили выдвинутую гипотезу. Сравнительный анализ данных первого и четвертого замеров выявил статистически значимые изменения в структуре ценностных ориентаций респондентов. На первом курсе в иерархии ценностей доминировали так называемые «открытые» ценности: «самостоятельность» (творчество, свобода, любознательность), «универсализм» (широта взглядов, мудрость, защита окружающей среды) и «доброта» (честность, верность, помощь). Студенты-первокурсники в интервью часто говорили о стремлении «найти себя», «получить глубокие знания», «расширить кругозор», что отражает ориентацию на классические академические идеалы.

К четвертому курсу картина радикально изменилась. В группе лидеров оказались ценности «достижение» (амбиции, успех, компетентность по социальным стандартам), «власть» (достижение социального статуса, доминирование над людьми и ресурсами) и «безопасность» (стабильность общества, безопасность личности, в том числе финансовая). Показательно, что ценность «гедонизм» (удовольствие, наслаждение жизнью) также продемонстрировала рост, что, по-видимому, связано с представлением о материальном благополучии как необходимом условии для получения жизненных удовольствий. В интервью выпускники акцентировали необходимость «быстро найти высокооплачиваемую работу», «построить карьеру», «быть конкурентоспособным на рынке труда». Упоминания о фундаментальных знаниях и саморазвитии как самоценностях практически исчез-

ли из дискурса, уступив место инструментальному отношению к образованию как к средству достижения карьерных целей.

Анализ факторов, обусловивших данную трансформацию, позволяет выделить несколько ключевых тенденций. Во-первых, это влияние структуры современного рынка труда, который предъявляет спрос на узких специалистов, обладающих конкретными, применимыми на практике навыками. Это давление транслируется через требования работодателей, участие которых в разработке образовательных стандартов становится все более значимым. Во-вторых, сама логика построения современных образовательных программ, их ориентация на формирование практических компетенций (компетентностный подход), неявно способствует вытеснению «непрактичных» академических ценностей. Как отмечает В.Н. Синькевич, учебная успешность сегодня все чаще измеряется не глубиной усвоения знаний, а именно сформированностью конкретных умений, востребованных в профессиональной сфере [7].

В-третьих, важнейшим фактором выступает изменение социальных ожиданий. Студенты, особенно из регионов, воспринимают высшее образование прежде всего как социальный лифт, гарантирующий переход в более обеспеченный класс. Это находит отражение в исследовании Т.А. Поповой, которая выявила прямую взаимосвязь между уровнем образования и финансовым поведением, ориентированным на достижение материального благосостояния [6]. Вузы, в свою очередь, вынуждены соответствовать этим запросам, рекламируя свои программы через призму карьерных перспектив и показателей трудоустройства выпускников, что еще больше укрепляет прагматическую установку.

Особую озабоченность вызывает ослабление духовно-нравственного компонента в ценностном портрете выпускника. Как подчеркивает А.В. Галухин, формирование духовно-нравственной общности студенческой молодежи является сложной, но необходимой задачей, требующей структурирования культурно-аксиологических горизонтов [1]. Однако наши эмпирические данные свидетельствует, что ценности «доброта» и «универсализм» продемонстрировали наиболее значимое снижение за период обучения. Это указывает на системный кризис воспитатель-

ной функции университета. Работы, посвященные диагностике воспитательной работы и роли наставника, подтверждают, что в условиях доминирования прагматических KPI эффективности вуза, воспитательная деятельность часто носит формальный, несистемный характер [3–5].

Обсуждая полученные результаты, важно отметить, что выявленная трансформация не является сугубо российской спецификой. Концепция «прагматического поворота» в образовании носит глобальный характер. В этом контексте интерес представляет работа Дж. Снайдера, который, анализируя прагматизм в иной сфере — правах человека, — указывает на фундаментальную проблему структуры и агентства: социальные институты (структура) формируют практики, которые, в свою очередь, изменяют ценностные установки индивидов (агентов) [8]. Университет как социальный институт, адаптируясь к рыночной логике, производит и воспроизводит прагматически ориентированных агентов, замыкая тем самым порочный круг.

В заключении следует констатировать, что современный российский университет оказался в сложной ситуации двойственности. С одной стороны, он обязан готовить специалистов, конкурентоспособных на современном рынке труда, что объективно усиливает карьерно-прагматические ориентации студентов. С другой стороны, он рискует утратить свою фундаментальную миссию по формированию не просто квалифицированного, но и духовно развитого, нравственно ответственного человека, способного к критическому мышлению и ориентированного на общественное благо.

Для гармонизации этого противоречия необходима целенаправленная работа по ревизии образовательных программ, направленная на интеграцию академических знаний с практическими навыками без ущерба для первых. Крайне важно усилить и модернизировать воспитательную компоненту, сделав ее не формальным придатком, а стержнем образовательного процесса, используя потенциал наставничества и проектной деятельности, ориентированной на решение социально значимых проблем. Только так высшая школа сможет выполнить свою историческую миссию — не просто дать профессию, но и помочь

в становлении целостной, гармоничной личности, сочетающей профессиональную компетентность с социальной ответственностью и духовными идеалами.

Список литературы

1. *Галухин А.В.* Проблема структурирования культурно-аксиологических горизонтов формирования духовно-нравственной общности студенческой молодежи // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. — 2024. — Т. 13. — № 6-1. — С. 50–72.
2. Отечественная высшая школа на пороге 2020-х годов: диалектика прагматизма и идеала / Е.А. Алямкина, Л.А. Волошина, В.В. Гордеев [и др.]. — М.: Московский университет им. С.Ю. Витте, 2019. — 193 с.
3. *Ломоносов А.В.* Диагностика воспитательной работы в высшем учебном заведении // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации: материалы XII Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием, Новосибирск, 01–03 ноября 2023 года. — Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2024. — С. 69–71.
4. *Ломоносов А.В.* Портрет профильного проректора по воспитанию в высшей школе // Общество: социология, психология, педагогика. — 2023. — № 2(106). — С. 28–32.
5. *Ломоносов А.В.* Роль наставника в воспитательной системе регионального высшего учебного заведения // Инновационная деятельность педагога: традиции и современность: Сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции, посвященной Году педагога и наставника, Владикавказ, 19 мая 2023 года. — Владикавказ: Северо-Осетинский государственный университет имени К.Л. Хетагурова, 2023. — С. 742–745.
6. *Попова Т.А., Ломоносов А.В.* Взаимосвязь образования и финансового поведения // Идеи и идеалы. — 2023. — Т. 15. — № 3–2. — С. 252–274.
7. *Синькевич В.Н.* Закономерности и принципы учебной успешности обучающихся по профилю обучения // Педагогическая наука и образование. — 2024. — № 1(46). — С. 54–63.
8. *Snyder Ja.* Human Rights Pragmatism: Problems of Structure and Agency // Political Science Quarterly. — 2024. — Vol. 139. — No 1. — P. 21–34.

УДК 159.952.2

ВНИМАНИЕ И ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮРИСТА: ПРИМЕНЕНИЕ И РАЗВИТИЕ

Рожкова В.П.,
студент,
Московский государственный юридический университет имени О. Е. Кутафина, Москва
viktoriarozkova354@gmail.com
Сударик А.Н.,
кандидат психологических наук, старший научный сотрудник,
доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
asudarik@list.ru
Здорова С.В.,
старший инспектор группы по работе с переменным составом
факультета подготовки специалистов в области информационной безопасности,
Московский ордена Почета университет
Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В. Я. Кикотя, Москва
slana.746-57@mail.ru

ATTENTION AND ATTENTIVENESS IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A LAWYER: APPLICATION AND DEVELOPMENT

Rozhkova V.P.,
Student,
Institute of Business Law O.E. Kutafin Moscow State Law University, Moscow
viktoriarozkova354@gmail.com
Sudarik A.N.,
PhD in Psychological Sciences, Senior Researcher,
Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
asudarik@list.ru

Zdorova S.V.,
Senior inspector of group on work with varying degrees
of faculty of training of specialists in the field of information security,
Moscow Order of Honor University of the Ministry of Internal Affairs
of the Russian Federation named after V. Ya. Kikot, Moscow
slana.746-57@mail.ru

Аннотация. Настоящая статья посвящена всестороннему анализу феномена внимания и внимательности, рассматриваемых как фундаментальные когнитивные функции, играющие ключевую роль в повседневной и профессиональной деятельности человека. В работе застрагиваются теоретические подходы ведущих отечественных психологов, в частности, концепции внимания Д.Н Узнадзе и Н.Ф. Добрынина. Среди общих подходов подчеркивается критическая значимость должного уровня ментального и физического здоровья (сон, питание, физическая активность, стресс-менеджмент) как основы для оптимального функционирования когнитивных процессов.

Ключевые слова: внимание, концентрированность, внимательность, развитие.

Abstract. This article is devoted to a comprehensive analysis of the phenomenon of attention and attentiveness, considered as fundamental cognitive functions that play a key role in human daily and professional activities. The paper abstracts the theoretical approaches of leading Russian psychologists, in particular, the concepts of attention by D.N. Uznadze and N.F. Dobrynin. Among the general approaches, the critical importance of proper mental and physical health (sleep, nutrition, physical activity, stress management) is emphasized as a basis for optimal functioning of cognitive processes.

Key words: attention, concentration, attentiveness, development.

Каждый день перед человеком стоят задачи в разных сферах жизни, требующие определенной собранности, и, чтобы не погрузиться в пучину хаоса, он должен, руководствуясь собственными приоритетами, дифференцировать их и сконцентрировать фокус на определенных явлениях или предметах в единицу времени. Собранность, концентрация, фокусировка — всё это свойственно такому процессу, как внимание.

В разных отраслях науки ведутся дискуссии относительно существования и сущности внимания. Можно встретить позицию, что внимание лишено самостоятельного содержания: Н.Ф. До-

брынин рассматривал внимание исключительно в качестве направленности и концентрированности психической деятельности человека, из чего пришел к выводу, что внимание присуще другим психическим процессам (восприятия, памяти, мышления и т.д.) [1]. На наш взгляд, эта позиция достаточно полно отражает специфику феномена внимания. Для наглядности в качестве примера рассмотрим процесс подготовки студентов к экзаменам. В процессе планирования они концентрируют свою психическую деятельность на определенном временном промежутке и количестве вопросов; при непосредственной подготовке к экзаменам, читая учебники или конспекты, они воспринимают информацию, их фокус внимания устойчиво направлен на конкретный перечень тем. Отсутствие концентрации, устойчивости и направленности в рамках психической деятельности влечет за собой неизбежный кризис или провал соответствующего процесса по истечении определенного временного интервала.

В современном понимании внимание представляется процессом волевым, сознательным и целенаправленным [3]. Побуждаемый к концентрации на каком-либо объекте своими интересами и потребностями, человек абстрагируется от внешних обстоятельств [4]. Интересной выступает концепция, которой придерживался в своих ранних трудах Д.Н. Узнадзе. Автор теории установки считал, что у человека есть им самим не осознаваемая решимость восприятия событий и действий в будущем в четко определенном направлении, иными словами, некоторая предварительная настройка, в соответствии с которой осуществляются последующие процессы и которая образует целостное состояние индивида. Установка создается потребностью и объективной ситуацией, а точнее — их сочетанием, то есть соответствием фактической потребности объективной ситуации. И именно от установок человека в большей степени (и от некоторых особенностей — в меньшей) зависит внимание [8]. Представляется, что в динамичном процессе жизнедеятельности нельзя говорить о чем-то постоянном. К тому же с привнесением опыта, изменением ценностных ориентиров личности такая готовность или предрасположенность может трансформироваться. О таких трансформациях установок в коммуникативной сфере идет речь

и в [2], когда за счет установления причинно-следственных зависимостей возможно целенаправленное воздействие на детерминирующие личностные факторы в процессе научения с целью получения желаемых трансформаций. Можно усмотреть некоторый диссонанс между установками и потребностями как некими двигателями для внимания человека. Первые имеют более устойчивый, но бессознательный характер, вторые — сознательный и, в случае с органическими потребностями, обусловленный природой характер. Так, например, даже руководствуясь установкой о необходимости бодрствовать для подготовки к экзаменам, студент может некоторое время не спать с помощью кофеина, но потребность во сне так или иначе возьмёт верх.

Некоторые зарубежные исследователи пришли к выводу о нецелесообразности использования такого термина как «внимание». Традиционно этим понятием обозначают как проблему, так и решение в когнитивной обработке, однако оно представляет собой не единый конструкт, а квинтэссенцию множество процессов и механизмов, обеспечивающих выполнение конкретных задач, соответственно, обозначить весь широкий спектр когнитивных и нейтронных операций одним словом — значит создать неверные представления о согласованности всего процесса. Хоммэль, Чампан и другие считают, что отказ от термина «внимание» как обозначения конкретной функциональной или нейронной системы и концентрация на изучении поведенчески значимых процессов отбора информации в системах, которые их реализуют, привели бы к развитию научного прогресса [10].

Внимательность — это качество личности, проявляющееся в способности к селективной фокусировке и поддержанию когнитивной активности на объектах, которые определяются как имеющие долговременную или преходящую значимость для субъекта. Оно играет важную роль как в повседневной жизни, так и в профессиональной деятельности юриста. Внимательное изучение текста нормативно-правового акта помогает осуществлять правомерные действия, следовать букве закона, избегать негативных последствий для субъектов права, а также может привести к появлению нового подхода к его толкованию и использованию этого толкования в процессе судебного разби-

рательства. Рассмотрим ситуацию, когда к юристу обратился гражданин, нуждающийся в правовом сопровождении договора дарения. Клиент просит предусмотреть в договоре, что после его смерти всё его имущество переходит некоему лицу. Юрист, который невнимательно изучал нормы гражданского законодательства, может допустить такую ситуацию, но внимательно изучавший данную тему юрист знает, что в соответствии со статьей 572 ГК РФ договор, предусматривающий передачу дара одаряемому после смерти дарителя, ничтожен, и к такого рода дарению применяются правила гражданского законодательства о наследовании. Для юристов, работающих в сфере публичного права, внимание к деталям, внимательность, наблюдательность необходимы при осмотре места преступления, составлении фоторобота преступника, работе с заключениями экспертиз и другими значимыми действиями. Однако в процессе своей деятельности юрист сталкивается с препятствиями — раздражителями, из-за которых внимательность проявляется не так чётко и интенсивно, как хотелось. К ним можно отнести посторонние шумы, временные психические и физиологические характеристики и состояния личности (например, переживание тревоги, недостаток сна) и иные внутренние и внешние раздражители, которые могут приводить к снижению внимания, его затрудненности, рассеянности. Несомненно, каждый юрист желает стать профессионалом своего дела, вследствие чего возникает необходимость в достаточно высоком уровне развития внимания и внимательности и преодолении возникающих проблем.

Нам представляется правильным подход, согласно которому для качественного улучшения внимания и внимательности в целом необходима комплексная работа над всеми его характеристиками — устойчивостью, концентрацией (сосредоточенностью), распределением, переключаемостью, избирательностью (направленностью) и объемом внимания [7].

Способы развития внимания и внимательности можно разделить на общие (при использовании которых изменяются несколько характеристик) и специальные (направленные на улучшение конкретной характеристики). Прежде всего к общим способам развития внимания можно отнести должный уровень

заботы о ментальном и физическом здоровье, который включает в себя здоровый сон, правильное питание с балансом макро- и микронутриентов, управление стрессом и экологичное проживание эмоций. Когда юрист испытывает некую сильную эмоцию (допустим, злость из-за несправедливого решения суда по делу) и никоим образом не выражает её, то это, прежде всего, препятствует распределению внимания, поскольку к удерживаемым в центре внимания объектам непроизвольно добавляется еще один, на котором сосредоточена психика. К тому же это чувство наносит вред его концентрации: размышления о деле не позволяют длительное время сосредоточиться на чем-то другом, попытки размышлений над другими объектами будут кратковременными. Также сильное эмоциональное состояние препятствует переключаемости внимания. Однако если юрист поделится со своим коллегой в юридическом отделе компании эмоциями относительно возмутительной несправедливости решения суда или запишет все свои мысли насчёт этого в дневник эмоций, то ему, несомненно, станет легче. Когда человек проживает эмоцию экологично, происходит баланс в работе мозга и центральной нервной системы: стрессовые гормоны снижаются, уровень кортизола нормализуется; психика при этом стабилизируется, поскольку эмоция выражается без вреда организму самой личности или окружающих, что позволяет ей найти выход и не накапливаться. Здоровый сон играет решающую роль в развитии внимания и внимательности, потому что во время отдыха мозг восстанавливает когнитивные функции, в то время как недосып негативно влияет на выработку серотонина и дофамина, что может повысить тревожность и снизить концентрацию внимания [9].

Одним из самых популярных специальных способов развития внимания выступают медитации. В настоящий момент насчитывается несколько десятков видов таких упражнений, однако самыми эффективными для развития внимания и внимательности выступают медитации осознанности (Mindfulness meditation) и медитации с фокусированным вниманием (Focus attention (FA) meditation). Сущность первых заключается в том, что вследствие выполнения данной практики тренировки ума замедляется поток мыслей, негатив исчезает, разум и тело успо-

каиваются. Можно начинать с коротких пятиминутных медитаций, поставив таймер с тихим и ненавязчивым сигналом для контроля за временем и расположившись в тихом месте в удобной одежде. Главные характеристики медитации осознанности — глубокое дыхание и полное сосредоточение на настоящем моменте, «здесь и сейчас». Основная задача практики не заключается в купировании когнитивных процессов, но предполагает развитие метакогнитивной осведомленности, позволяющей выступать в роли наблюдателя за ментальными событиями. Медитация с фокусированным вниманием — это практика, которая включает в себя направление всего внимания на одну точку, например, на дыхание, звук или ощущение, и возвращение фокуса всякий раз, когда ваш разум отвлекается. Цель не в том, чтобы очистить разум от огромного потока мыслей, а в том, чтобы научиться замечать, когда он отвлекается, и спокойно возвращать его к выбранной точке опоры, что со временем способствует концентрации и снижению стресса. На наш взгляд, практика медитаций любого из вышеназванных типов является подходящей для юристов ввиду большой занятости последних и недостатка свободного времени.

Концентрация внимания может быть развита посредством техники «Помодоро». Суть этого метода заключается в том, что в течение определенного промежутка времени лицо сконцентрировано на выполнении определенной задачи, после которого следует время отдыха. В оригинальной задумке время фокусировки — 25 минут, но каждый может настраивать его с учетом своих особенностей, а время отдыха — 5 минут, но с учетом объема задачи, а также индивидуальных особенностей личности оно может быть увеличено [5]. Наиболее оптимальное время фокусировки и активной деятельности составляет до 90 минут. Для удобства практики данной техники можно использовать мобильные приложения.

Кроме предлагаемых способов развития и восстановления внимания и внимательности целесообразно проводить мониторинг состояния внимания юриста в течение рабочего дня с целью выявления его текущей работоспособности и определения момента необходимого отдыха и восстановления психического

и физического ресурса. Методические подходы к решению проблемы психофизиологической оценки профессиональных ресурсов специалиста, его текущего и прогнозируемого состояния, готовности к эффективным действиям в штатных и нештатных (экстремальных) ситуациях профессиональной деятельности приведены в [6]. Мониторинг состояния внимания позволит своевременно определять моменты критических изменений внимательности специалиста и необходимого подключения медитативных техник для восстановления продуктивности внимания или перехода к восстановительному отдыху.

Таким образом, внимательность необходима юристу в его деятельности для того, чтобы выполнять свою работу эффективно. Среди разнообразных общих и специальных способов развития внимательности и восстановления внимания особо выделяются забота о ментальном и физическом здоровье, техника «Помодоро», медитации.

Список литературы

1. *Верхотурова Н.Ю., Литвинова А.Г.* Теоретические аспекты изучения проблемы внимания в психологии // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». — 2021. — № XVI. — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-izucheniya-problemy-vnimaniya-v-psihologii (дата обращения: 06.11.2025).
2. *Здорова С.В.* Коммуникативный потенциал юриста: факторный анализ влияющих психологических характеристик / С.В. Здорова, А.Н. Сударик // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. — 2013. — № 4(67). — С. 108–113. — EDN RCHVUR.
3. *Ефимова Н.С.* Основы общей психологии. — М., 2013. — 288 с.
4. *Крамаренко А.С., Клименко М.Е., Кураева Д.А.* Сущность понятия «внимание»: виды, критерии, свойства // Вопросы науки и образования. — 2018. — № 29(41). — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-ponyatiya-vnimanie-vidy-kriterii-svoystva (дата обращения: 03.11.2025).
5. *Мерзлова Н.А., Нечаева С.Л.* Синдром выгорания у начинающих адвокатов: причины, проявление и стратегии преодоления // Вестник

науки. — 2025. — № 5(86). — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-vygoraniya-u-nachinayuschih-advokatov-prichiny-proyavlenie-i-strategii-preodoleniya (дата обращения: 06.11.2025).

6. Психофизиологическая оценка уровня подготовленности и степени готовности работников локомотивных бригад с использованием тренажерных комплексов: Методические рекомендации / С.А. Багрецов, Ю.В. Бессонова, В.А. Бодров [и др.]. — М.: Российские железные дороги, 2007. — 244 с. — EDN VQKHFZ.
7. *Сударик А.Н.* Психология мотивации и внимания: учебное пособие / А.Н. Сударик, С.Н. Федотов. — М.: Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации им. В.Я. Кикотя, 2019. — 90 с. — ISBN 978-5-9694-0767-1. — EDN QMQZTI.
8. *Узнадзе Д.Н.* Экспериментальные основы психологии установки. — Тбилиси: Изд-во Акад. наук Груз. ССР, 1961. — 210 с.
9. *Уолкер М.* Зачем мы спим. Новая наука о сне и сновидениях / пер. с англ. В.М. Феоклистовой. — М.: Азбука-Аттикус, КоЛибри, 2018. — С. 14–15.
10. *Hommel B., Chapman C.S., Cisek P.* et al. No one knows what attention is // Atten Percept Psychophys. — 2019. — Vol. 81. — P. 2288–2303. — URL: https://doi.org/10.3758/s13414-019-01846-w.

УДК 316.473

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ОТНОШЕНИЕ К ЦЕННОСТЯМ У СТУДЕНТОВ

Русина Е.О.,
старший преподаватель кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
elena.ll35@yandex.ru

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ATTITUDE TOWARDS VALUES AMONG STUDENTS.

Rusina E.O.,
Senior Lecturer of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
elena.ll35@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются особенности формирования системы ценностей студентов через призму соотношения эмоционально интеллекта и локуса контроля, как факторов этого процесса. Проведен краткий анализ современных теоретических подходов к пониманию рассматриваемых факторов. Приведены результаты пилотажного исследования соотношения основных характеристик эмоционального интеллекта и показателей локуса контроля, как основы восприятия современных ценностей в период обучения в вузе.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, ценности, локус контроля, студенты, психологические особенности, экстернальность, интернальность, пилотажное исследование, ранговая корреляция.

Abstract. The article examines the features of the formation of the value system of students through the prism of the relationship between emotional intelligence and locus of control, as factors in this process. A brief analysis of modern theoretical approaches to understanding the factors under consideration is carried out. The results of a pilot study of the relationship between the main characteristics of emotional intelligence and indicators of locus of control, as the basis for the perception of modern values during the period of study at a university, are presented.

Key words: emotional intelligence, values, locus of control, students, psychological characteristics, externality, internality, pilot study, rank correlation.

Проблема интеллекта сегодня одна из самых актуальных тем. В свете развития искусственного интеллекта вопрос о его структуре, содержании, особенностях не потерялся среди технических аспектов, а приобрел совсем новое звучание. И роль интеллекта в жизнедеятельности человека приобретает новые краски.

Речь идет не просто о возможностях переработки информации и традиционном принятии решений. Сегодня научное сообщество переосмысливает принципиальные подходы к познавательным способностям в изменяющемся мире. В этом плане примечателен взгляд на объект познания — мир окружающий нас.

В апреле 2020 года американский исследователь Джамаис Кашио в своей статье «Facing the Age of Chaos» («Лицом к эпохе хаоса») предложил по-новому осознать существующую реальность, которая предъявила новые требования к пониманию нашего мира [10]. Концепция получила название «BANI» (Brittle — хрупкий, Anxious — тревожный, Nonlinear — нелинейный, Inmitunelable — непостижимый), как отражение сотрясающих мир хаотичных изменений в политической жизни, в климате, в культуре, в традициях, в здоровье, в отношениях и т.д. Привычный мир, который казалось бы был ясен многие десятилетия меняется радикально и требует совершенного нового понимания с целью контроля меняющихся тенденций, требований, событий.

В этом свете иначе выглядят уже привычные понятия, ценности, имеющие значение для развития личности, построения жизненного стиля, ответственного отношения к себе и новым условиям.

Для студенчества эти проблемы не просто повседневные характеристики, а важные психологические проблемы, связанные с включением в реальный мир, требующий как своевременного реагирования на возникающие обстоятельства, так и ответственного отношения к ним.

В ряду множества факторов эмоциональный интеллект, уровень субъективного контроля не просто продолжают играть существенную роль в жизнедеятельности (молодых людей), но и отвечают за успешность встраивания в современную реальность.

Эти понятия приобретали вес в психологии почти в одно и тоже время в период 60-х годов. Но если уровень субъективного контроля (локус контроля — Дж. Роттер, 1966) вошел в научный оборот достаточно быстро, опираясь на сформированный авторский подход, а затем и на диагностическую методику, то признание понятия эмоционального интеллекта происходило постепенно.

Вполне естественно, что происходило это на базе целого ряда научных взглядов, которые создавали ту основу, которой мы руководствуемся сегодня.

Философские подходы древности и средневековье обозначили вопрос о важности понимания соотношения эмоций и мышления, контроля за ними.

Рене Декарт, Дэвид Юм, Бенедикт Спиноза выделяли особое место для эмоций в жизнедеятельности личности и принятии ею решений [7]. А уже в XX веке эмоциональная составляющая интеллекта рассматривалась как факт, например, в работе «Психология эмоционального мышления» Генриха Майера прямо говорилось о важности учета эмоциональной составляющей мышления. Дэвид Векслер, автор концепции интеллекта и соответствующего теста, указывал на наличие специфических эмоциональных способностей, которые должны учитываться в общей структуре интеллекта.

В результате в 90-х годах XX в. понятие эмоционального интеллекта окончательно вошло в научный оборот вместе с его структурой, разработанной Питером Сэловеем и Джоном Мейером [4].

Опубликованная вслед за этим в 1995 г. работа «Эмоциональный интеллект» Дэниэла Гоулмана, в значительной степени популяризовала проблему, которая вышла далеко за пределы научного обсуждения и сделала ее широко обсуждаемой.

В это же время в разработку вопросов, связанных с эмоциональным интеллектом, включилась и отечественная психологическая наука. С середины 90-х годов XX в. и по сегодняшние дни результатами многочисленных исследований стали работы различных авторов.

Основное внимание в них уделялось анализу роли эмоционального интеллекта в успешности личности в процессе ее раз-

вития и обучения, в управленческой деятельности, в консультационной практике и т.д.

В рамках данной тематики можно выделить следующие работы: Е.П. Ильина «Эмоции и чувства» (2001), предложившего говорить об эмоциональном интеллекте, как об эмоционально-интеллектуальной деятельности; учебное пособие М.А. Манойловой «Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся» (2004), обратившейся к эмоциональному интеллекту как к способности личности; подготовленную группой авторов книгу под редакцией Д.В. Люсина и Д.В. Ушакова «Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к изменениям» (2009), представившей отечественные взгляды на проблему; монографию И.Н. Андреевой «Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии» (2011), предложившей к рассмотрению содержательный обзор его моделей.

Сегодня, наряду с рассмотрением базовых проблем, идет активный поиск связей эмоционального интеллекта с психологическими характеристиками личности, такими как лидерские способности [2], эффективность обучения и успеваемость обучаемых [6], конфликтное взаимодействие [1] и др.

Опираясь на многочисленные исследования, можно сделать вывод о существенной роли эмоционального интеллекта в жизнедеятельности личности в целом, и в формировании её ценностно-смысловой сферы, а также определить его как «способность к понимаю своих и чужих эмоций, а также к управлению ими» [8].

Если, мы имеем ввиду, способность к пониманию эмоций, то для личности это распознавание эмоций, возможность вербализовать их, выявить причины. Если речь идет о способности к управлению эмоциями, то для личности это контроль за их интенсивностью, за выразительными средствами. Таким образом, речь идет о свободном оперировании эмоциями.

Еще одной стороной исследования стал, как уже отмечалось, уровень субъективного контроля (локус контроля).

В Большом психологическом словаре Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко определение локуса контроля (*англ.* locus of control) рассматривается как «обозначения способов (страте-

гий), посредством которых люди приписывают (атрибутируют) причинность и ответственность за результаты своей и чужой деятельности. Предполагается, что у разных людей есть склонность (предпочтение) к определенному типу приписывания причинности и ответственности. Иначе говоря, люди могут сильно отличаться тем, какие атрибуции они дают своим и/или чужим успехам и неудачам.

Выделяют два полярных способа приписывания причинности и ответственности (локус контроля). В одном случае причинность и ответственность приписывается самой действующей личности (ее усилиям, способностям, желаниям) — эта стратегия называется «интернальной» («интернальный локус контроля», «субъективный локус контроля»), в другом же случае «ответственность возлагается» на факторы, независящие от личности — это внешние обстоятельства, случайности, везение, мистический фактор судьбы, фатальное действие наследственности и т. д., данный способ называется «экстернальным локусом контроля»[3].

Данное понятие часто сводится к идее контроля, но на самом деле, предполагает значительно более широкое проблемное поле. Исследования заставляют нас говорить, скорее о восприятии человеком того или иного события и приписывании им на этой основе ответственности в ходе оценки ситуации, ее восприятии и анализе. Например, это непосредственно касается системы ценностей, которой руководствуется личность.

Современная теория атрибуции происходит из положений каузальной атрибуции Ф. Хайдера и нацелена на понимание того, каким образом люди приписывают упомянутые характеристики. Теория основана на предположении о том, что в начале индивид наблюдает чье-то поведение, потом, посредством имеющейся у него определенной когнитивной структуры, делает логический вывод о вероятной мотивации такого поведения, а затем приписывает этому поведению некие скрытые мотивы человека, если возникает необходимость согласовать свои наблюдения этого поведения и собственные выводы.

Подобный подход проецируется и на локус контроля. Если выразиться иначе то, личность в ходе восприятия события

и оценки уровня ответственности по отношению к нему делает все для того, чтобы сохранить свою когнитивную структуру, структуру ценностей по возможности в неизменном виде [9].

Проблема субъективного контроля поведения человека, способов его регуляции и прогнозирования всегда являлась актуальной для психологической науки. Субъективный контроль — одна из важнейших социально-психологических характеристик личности, оказывающих регулирующее влияние на поведение и деятельность человека. Осмысливая вопрос, касающийся природы человеческого поведения, в разные годы ученые выдвигали различные теории личности.

Центральным вопросом их исследований был вопрос относительно источника локализации: во внешней среде или в самом человеке. Так, выдвигалась ролевая теория личности, суть которой заключалась в том, что индивид способен контролировать свое поведение в соответствии с ее нормами, ценностями и установками, несмотря на поступающие и воздействующие на него из внешней среды влияния и импульсы. Следует отметить, что изучение локализации субъективного контроля продолжает интересовать и современное научное сообщество.

Введенное Дж. Роттером понятие «локус контроля» подразумевает склонность человека видеть источник управления своей жизнью во внешней среде или в самом себе, что соответствует внешней и внутренней атрибуции, а также личностям «экстернального» и «интернального» типов [5]. В его исследованиях показано влияние локуса контроля на различные аспекты жизни человека, включая такие как тревожность, успешность жизнедеятельности, по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, представление об оценке своих действия по отношению к результатам собственной производственной деятельности, складывающимся отношениям в коллективе, к своему карьерному росту, степень ответственности за отношения с другими людьми, а также ответственность за события, происходящие в семейной жизни.

Например, А.А. Реан, рассмотрев достаточное количество психологических исследований и эмпирических фактов, сделал вывод, что существуют преимущества для человека и общества

в наличии у личности внутренней (интернальной) стратегии атрибуции, коррелирующей с социальной зрелостью и просоциальным поведением [5].

Представляется существенным рассмотрение тесной связи уровня субъективного контроля (локуса контроля) с эмоционально-личностными характеристиками и поведенческими особенностями личности.

Формируя свой взгляд на теорию социального научения, Дж. Роттер считал, что на становление внутреннего или внешнего локуса контроля влияет система воспитания, которая, в свою очередь, связана с особенностями культуры, формирующей личность человека.

Кроме того, на локус контроля безусловно оказывают влияние индивидуально-типологические особенности личности, социальное окружение (через механизмы подражания и идентификации), этнографические условия (историческая обусловленность) и др.

Поэтому уровень субъективного контроля как личностная характеристика является в большей степени результатом двунаправленного процесса социализации, которая несет на себе отпечаток формирующейся в студенческие годы личности.

Рассмотренные теоретические подходы создали основу для данного исследования, целью которого являлось изучение соотношения эмоционального интеллекта и локуса контроля студентов в системе изменяющихся ценностей.

Полученные материалы были призваны осветить проблему взаимосвязи эмоционального интеллекта человека, выраженного через способность к пониманию и управлению своими эмоциональными состояниями и состояниями других людей с уровнем субъективного контроля.

В ходе работы оценивались характеристики, которые связаны с представлением личности о том, что формирует её поведение, готова ли она или не готова брать на себя ответственность за события, происходящие в её жизни.

В этой связи нельзя не отметить тесную связь самого локуса контроля и системы ценностей личности, которая проявляется в том, что доминирующий тип локуса контроля (интернальный

или экстернальный) оказывает значительное влияние на формирование системы ценностей и определяет, каким образом человек расставляет приоритеты в жизни, принимает решения и реагирует на события.

В ходе эмпирического исследования были опрошены студенты 4 курса, Университета мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского в количестве 22 человека.

Надо отметить, что студенты в данной выборке находятся в том возрасте, когда происходит физическое и интеллектуальное взросление индивида, молодые люди сталкиваются с новыми социальными требованиями и ролями, происходит овладение более сложными профессиональными навыками, усложняется система межличностных отношений.

На первом этапе исследования с помощью теста М.А. Манойловой «Эмоциональный интеллект» были получены данные, характеризующие уровень эмоционального интеллекта.

Следующим шагом был сбор данных на основе опросника уровня субъективного контроля.

На основе полученных результатов осуществлялся сравнительный анализ показателей эмоционального интеллекта студентов со шкалами локуса контроля с помощью ранговой корреляции Спирмена.

Как показало исследование, общий уровень эмоционального интеллекта у студентов достаточно высок. При этом, данные показатели достигаются за счёт стремления управлять своими эмоциями и эмоциями других людей (см. рис. 1).

Современные студенты имеют выраженные способности к идентификации, пониманию, а также управлению своими эмоциями, они вполне осознанно принимают ответственность за события и решения на себя, и считают себя проактивными создателями своей жизни.

Это означает, что практически каждый студент обладает способностью к эмоциональной регуляции, может распознавать эмоции окружающих, понимает связи между эмоциями и их причинами, регулирует свои эмоциональные проявления, проявляет эмоциональную устойчивость в условиях негативных воздействующих факторов.

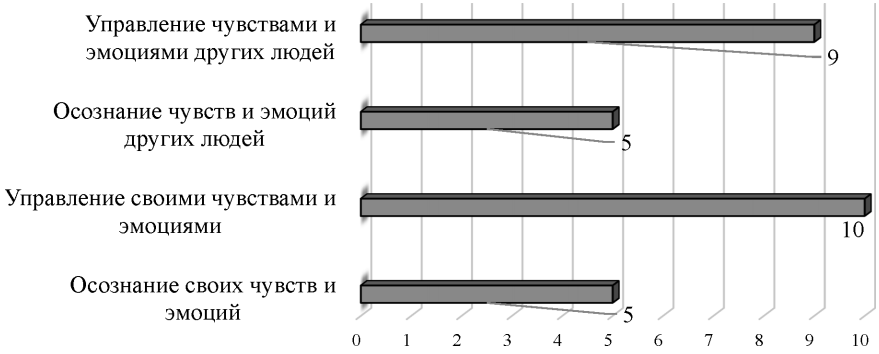

Рис. 1. Показатели эмоционального интеллекта студентов в изученной выборке (стэны) (рисунок автора)

Что касается полученных результатов, по методике «Уровень субъективного контроля», для студентов характерен достаточно интернальный локус контроля, который не превышает показателя в 6 стэнов.

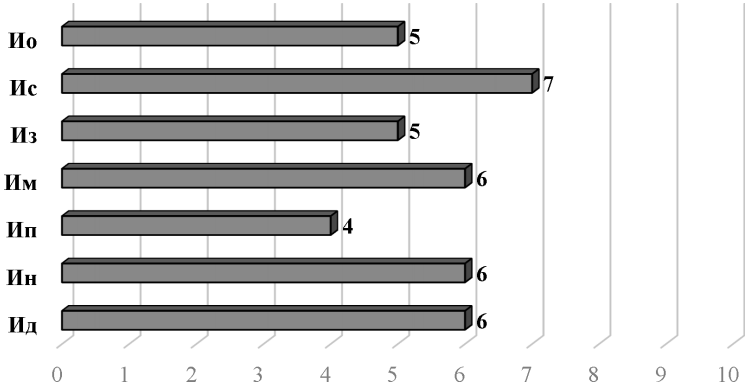

Рис. 2. Показатели локуса контроля студентов в изученной выборке (стэны) (рисунок автора)

Следует обратить внимание на то, что испытуемые продемонстрировали относительно высокие результаты по шкале интернальности в семейных отношениях (Ис). Это свидетельствует о том, что они в состоянии контролировать развитие различных

ситуаций в семье, видят связь между своими действиями и существенными для них событиями в жизни. Такие студенты считают, что большинство событий в их семье — это результат их собственных действий, они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом.

Полученные результаты позволили реализовать главную задачу исследования, провести сравнительный анализ показателей эмоционального интеллекта и уровня субъективного контроля (локуса контроля) студентов (см. табл. 1).

Следует отметить, что результаты оценки характеристик эмоционального интеллекта у студентов по тесту М.А. Манойловой демонстрируют статистически значимую связь с определенными шкалами локуса контроля. Задача выявления причинных связей это перспектива, но уже сейчас можно отметить ряд итогов, которые обращают на себя внимание.

Показатель эмоционального интеллекта по шкале «осознание и управление своими эмоциями» у студентов положительно коррелирует со шкалой интернальности в области производственных отношений ($Ип = 0{,}660$, при $p \le 0{,}01$), ($Ип = 0{,}787$, при $p \le 0{,}01$) и со шкалой интернальности в семейных отношениях ($Ис = 0{,}663$, при $p \le 0{,}01$).

Такие результаты свидетельствуют о том, что человек, в достаточной степени осознавая свои эмоциональные реакции, привязанности в т.ч. на то, что считает наиболее ценным в своей жизни, считает собственные поступки важным условием собственной учебной и даже производственной деятельности, в складывающихся отношениях в студенческом коллективе, в своём продвижении по пути усвоения всего объема знаний. Осознание собственных эмоций студентами, положительно сказывается здесь на признании своей личной ответственности как при успехе, так и в неудачах.

Похожая картина складывается в оценке ценности семейных взаимоотношений. Глубокое понимание собственных чувств ведёт к возрастанию значения семьи, своей роли в разрешении разного рода проблем, поддержании не конфликтных взаимоотношений. Как показывают исследования, такие люди активно

участвуют в поддержании позитивных контактов, реже фиксируются на негативных аспектах и более легко преодолевают трудности.

Несколько ниже оказались корреляционные показатели в паре «осознание чувств, эмоций других людей» — интернальность в области производственных отношений (Ип = –0,587, при $p \leq 0,01$) и в области неудач (Ин = –0,586, при $p \leq 0,01$), причем в рассматриваемом случае она носит отрицательный характер. Рассматриваемые показатели относятся к области межличностного взаимодействия и понимания эмоций окружающих в этих ситуациях. Картина, которая получается в результате корреляционного анализа, говорит о том, что неумение или невозможность у студентов в полной мере распознать эмоциональный настрой другого человека скорее всего приведет к стремлению взять на себя ответственность за возникающие проблемы. И наоборот, концентрация внимания на собственных успехах в учебной и производственной деятельности, ценностях связанных с ними, может привести к более низкой эмпатии в отношении окружающих.

Несмотря на то, что для ряда корреляционных связей уровень значимости результатов корреляционного анализа оказался на невысоком уровне, можно это отнести к рамкам пилотажного исследования и небольшой выборке. Поэтому менее значимые показатели корреляции, также обращают на себя внимание. Это в полной мере относится к полученной связи понимания своих возможностей в «управлении эмоциями других людей» с показателями интернальности в области производственных отношений (Ип = –0,473, при $p \leq 0,01$)) и в области неудач (Ин = –0,474, при $p \leq 0,01$).

Такого рода связи демонстрируют, что студенты, внимательно контролирующие эмоции своих товарищей, скорее всего отличаются в большей степени экстернальным локусом контроля, что ведет к желанию снимать с себя ответственность за происходящее. В случаях же интернального локуса контроля и демонстрируемой привычки брать ответственность на себя, желание влиять на эмоциональный настрой своих товарищей будет возрастать вплоть до манипулирования им.

Таблица 1

Результаты ранговой корреляции показателей эмоционального интеллекта и локуса контроля (Ро Спирмена)

	Ид	Ин	Ип	Им	Из	Ис	Ио
Осознание своих чувств и эмоций	0,152	0,269	0,660**	−0,037	0,387	0,663**	0,380
Управление своими чувствами и эмоциями	0,093	0,000	0,787**	−0,194	0,255	0,199	0,220
Осознание чувств и эмоций других людей	0,292	−0,586**	0,587**	−0,499*	0,318	0,334	−0,138
Управление чувствами и эмоциями других людей	0,373	−0,474*	−0,473*	−0,236	0,423	0,371	0,159

* Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

Интересно, что похожая картина наблюдается и в связке осознания собственных эмоций и интернальности в межличностных отношениях (Ин = –0,499, при $p \leq 0,01$). Считая, что межличностные отношения — это собственная зона ответственности, студенты-интерналы будут менее внимательны к тем эмоциям, которые они испытывают при этом.

Таким образом, пилотажное исследование показало ряд особенностей в соотношении эмоционального интеллекта и локуса контроля студентов. Отличающиеся интернальным (внутренним) локусом контроля убеждены, что их жизнь, успехи и неудачи зависят, прежде всего, от их собственных усилий, действий, способностей. Они готовы эмоционально положительно оценивать такие ценности как, собственную ответственность и самостоятельность. Они ценят возможность контролировать свою жизнь и брать на себя ответственность за последствия своих поступков.

Это чаще всего приводит к стремлению лучше понимать собственные эмоции, чувства, реагировать на них, особенно в ситуациях учебного и производственного взаимодействия, а также в семье.

Соответственно, достаточно высокий уровень эмоционального интеллекта у студентов связан с интернальным уровнем субъективного контроля, что опосредует более высокую успешность в профессиональной/учебной сфере, в межличностных отношениях и легко позволяет адаптироваться личности в условиях изменяющейся действительности и сложившуюся структуру ценностных ориентаций.

Полученные данные позволяют утверждать, что соотношение эмоционального интеллекта и локуса контроля ведёт, как к большей ответственности за свои действия, так и оказывает влияние на процесс формирования ценностей студентов.

Список литературы

1. *Анцупов А.Я., Баклановский С.В.* Конфликтология в схемах и комментариях. — 5-е изд. — М.: Проспект, 2023. —336 с.

2. *Белоконь О.В.* Эмоциональный интеллект и феномен лидерства: эксперимент «Строим вместе» // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2008. — Т. 5. — № 3. — С. 137–144.
3. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. — М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.
4. *Гоулман Д.* Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки; пер. с англ. — М.: Альпина Бизнес Букс, 2005.
5. *Зинина С.М.* Взаимосвязь локуса контроля и тревожности студентов как предмет психологических исследований // Журнал Гуманизация образования. Психологические науки. — М., 2024. — № 1. — С. 22–37.
6. *Кочетова Ю.А.* Эмоциональный интеллект старших подростков: монография. — М.: МГППУ, 2021. — 104 с.
7. *Ларина А.Т.* Эмоциональный интеллект // АНИ: педагогика и психология. — 2016. —Т. 5. —№ 3(16).
8. *Люсин Д.В.* Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн // Психологическая диагностика. — 2006. — № 4. — С. 3–22.
9. Оксфордский толковый словарь по психологии // URL: https://809.slovaronline.com/7544.
10. *Юрченко Н.И.* Обзор статьи Jamais Cascio «Facing the Age of Chaos» // Новые психологические исследования. — 2023. — № 4. — С. 131–139.

УДК 37.017.924

СИСТЕМООБРАЗУЮЩАЯ АКСИОЛОГИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО РЕСУРСА ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ

Рыбаков Д.Г.,
Межрегиональная Межведомственная Интернет-Гостиная «Белая Речь», Белорецк
DRK17@yandex.ru
Рыбакова Е.В.,
Уфимский университет науки и технологий, Уфа
evrybakova19@mail.ru

SYSTEM-FORMING AXIOLOGIZATION OF THE INDIVIDUAL RESOURCE OF THE PERSONALITY OF STUDENTS OF VARIOUS CATEGORIES

Rybakov D.G.,
Interregional Interagency Internet Lounge “Belaja Rjech”, Beloretsk
DRK17@yandex.ru
Rybakova E.V.,
Ufa University of Science and Technology, Ufa
evrybakova19@mail.ru

Аннотация. В период неопределённости ценностные компоненты общественной мысли и принципиальной организации социального бытия обретают особенно высокое значение в качестве организующей и смысловой опоры для сохранения жизнеспособности и базы для саморазвития социальных, образовательных и иных систем (М.С. Гусельцева; С.А. Котова [1; 2]), переосмысления представлений и целеполагания, установления темпорального и содержательного единства сред, объединений, институций (Ю.Л. Балюшина, Г.В. Гнездилов, Н.В. Шевченко [3; 4]). Исследователи из разных организаций и территориальных субъектов общества всё больше акцентируют внимание не только на сущности и аспектации ценностных ориентиров социально ответственного сотрудничества, но и в области философского осмысления аксиологем, их функционирования в разных средах, их взаимодействия в сознании и подсознании человека и сообщества, наследования, преобразования, развития ценностных компонентов самых разных сфер (В.Н. Гончаров, Н.А. Попова; М.С. Раитина [5; 6]). Акту-

альность данного направления науки и практики прогнозируемо возрастает, выявляя новые целевые позиции сотрудничества отечественных и зарубежных философов, методологов, практиков, общественников. Целью нашего исследования стало выявление значимых позиций аксиологизации личного (личностного, дидактического, социального, проектно-креативного и др.) ресурса обучающихся в контексте совершенствования современного образовательного пространства адекватно продолжающимся процессам гуманизации дидактических сред, реализации Федеральных образовательных стандартов и Федеральных образовательных программ. Мы рассматриваем здесь также коррелирующие аспекты развивающихся ценностных компонентов социально-образовательных отношений и принципов, инструментария совершенствования современной социально созидательной дидактики.

Ключевые слова: ценностные ориентиры, аксиогенез, развитие, сотрудничество, синергия, трансполяция, неопределённость, личность, образование.

Abstract. In times of uncertainty, the value components of social thought and the fundamental organization of social existence acquire a particularly high significance as an organizing and semantic support for maintaining the viability and basis for the self-development of social, educational and other systems (M.S. Guseltseva; S.A. Kotova [1; 2]), rethinking ideas and goal-setting, establishing the temporal and substantive unity of environments, associations, institutions (Yu.L. Balyushina, G.V. Gnezdilov, N.V. Shevchenko [3; 4]). Researchers from various organizations and territorial entities of society are increasingly focusing not only on the essence and aspects of the value guidelines of socially responsible cooperation, but also in the field of philosophical understanding of axiologemes, their functioning in different environments, their interaction in the consciousness and subconscious of an individual and community, inheritance, transformation, development of value components of a wide variety of spheres (V.N. Goncharov, N.A. Popova; M.S. Raitina [5; 6]). The relevance of this area of science and practice is predictably increasing, identifying new target positions for cooperation between domestic and foreign philosophers, methodologists, practitioners, and social activists. The goal of our study was to identify significant positions of axiologization of the personal (personal, didactic, social, project-creative, etc.) resource of students in the context of improving the modern educational space adequately to the ongoing processes of humanization of didactic environments, the implementation of Federal Educational Standards and Federal Educational Programs. Here we also consider the correlating aspects of developing value components of social-educational relations and principles, tools for improving modern socially creative didactics.

Key words: value guidelines, axiogenesis, development, cooperation, synergy, transpolation, uncertainty, personality, education.

Классическая парадигма образовательных отношений и систем предполагает не только программно-компетентностную эффективность обучения и воспитания, но и психоэмоциональный комфорт, удовлетворённость, увлекательность взаимодействия обучающихся и обучающих субъектов на основе внутренне и межличностно мотивированного сотрудничества во взаиморазвитии организации, содержания занятости, свободы творчества и позиционирования, синергии всех уровней активности и интерпретации качества, достижений, продуктивности функционирования.

Паритетность, интерсубъектность, развивающий характер, доверительность и авансированность взаимодействия всех участников социально-образовательного взаимодействия, при всей их важности и подтверждаемой эффективности, не могут быть заданы лишь на основе принятия и поддержания принципиальных созидательных основ традиционных форм современной дидактики, их гуманизации и инклюзивных образовательных отношений, — они нуждаются в обогащении мотивации, глубоко ценностном отношении к личности и личной, семейной, средовой образовательной культуре детей и подростков, их преферентной сфере, уникальности, предметной мотивированности и успешности, переосмысления событийности каждого дня, каждого этапа саморазвития обучающегося и воспитанника. Обретая личную территорию благополучия и успешности, ощущение защищённости и востребованности, реализуя право на заслуженную хорошую оценку и благоприятную интерпретацию перспектив, моделируемые в интерсубъектном позиционировании, ребёнок, подросток, молодой человек раскрывает потенциал личности, опыта, представлений, воображения и фантазии, оценки и анализа, интеграции и проектирования, постепенно набирая темп освоения компетенций и саморазвития. Если обучающийся интересен сам себе и окружающим, его продуктивность и избирательная активность обнаруживает удивление и восхищение сверстников и взрослых — качество его жизнедеятельности, познавательной и образовательной занятости достигают нового уровня и метасистемной эффективности.

Лишь при таких условиях возможна не только бо́льшая эффективность, доверительность, психоэмоциональная комфортность образовательного сотрудничества — в синергизме и самосовершенствовании социально-образовательного взаимодействия лежит ресурс экономизации образования именно за счёт гуманизации взаимодействия и аксиологизации личности, субъектной культурологизации социально-образовательных отношений, целеориентированного развития преферентной сферы всех участников образовательного диалога с повышением уровня сотрудничества и самостоятельности, креативности, непосредственности обучающихся и воспитанников (такова диалектика развивающего сотрудничества), в том числе — коррекционно-образовательного и инклюзии (положение, еще в прошлом году вызывавшее скепсис у исследователей и практиков — а ныне оно подтверждается постановкой ещё более амбициозных позиций саморазвития социума. Например, в Кыргызстане в этом году корреляции инклюзии и экономического развития регионов посвящена отдельная международная конференция).

Татьяна Черниговская, современный философ образования, нейропсихолог, исследователь динамических и перспективных изменений цивилизационного значения, а также проблематики внедрения и безопасности нейросетей в практике человека и систем, руководитель занятого в этой области Комитета при Президенте РФ, неслучайно много внимания уделяет роли удовлетворённости и психологической комфортности обучающихся в системе образования (она применяет даже такие энергичные высказывания, как «Если дети не испытывают «кайфа» в процессе обучения — они будут вас ненавидеть» — и, надо признать, ценность испытываемых субъектов образовательной активности чувств и эмоций существенно влияет как на качество обучения, так и на сами образовательные отношения).

Собственно, и психологическая наука ныне заметно возвращается к историческому толкованию и реализации смысла «псюхе» («душа») в самоназвании данной области исследований и практики растущего значения — поскольку мотивированность, эмоциональная составляющая и именно ценностные аспекты самопознания и саморазвития человека обретают ныне системоо-

бразующую, обеспечительную, защитную, антропологически моделирующую функцию цивилизационного значения. Как, впрочем, также способствуют прорывной динамике саморазвития собственно науки психологии и обеспечивает перспективность, достоверность прикладным психолого-педагогическим и смежным исследованиям.

Вместе с тем проблематика «периода перемен», времени высокой прогностической неопределённости социального бытия во всех представимых сферах и локациях глобальной цивилизации запрашивает от науки, практики, общественной активности и семейной культуры различных форм активности в сфере поиска и моделирования готовность к переоценке и верификации, развитию и интерпретации ориентиров саморазвития, безопасности, прогнозирования во всех сферах взаимодействия индивидов и систем.

Растущие поколения современности ожидает пространство жизненной активности ещё более неопределённое с точки зрения наших представлений, как практикоориентированных, так и умозрительных. Те же ориентиры на адаптивность и гибкость координирования, корригирования, позиционирования сред и инструментария развиваем мы применительно к инструментарию обеспечения адаптивного социально-образовательного пространства, толерантного и позитивирующего к сопровождаемым категориям детского населения, но без ущерба для нейросоматического, социального, дидактического и иных аспектов благополучия обучающихся и воспитанников, семей и сообществ, сред и институций.

На базе Межрегиональной Межведомственной Интернет-Гостиной «Белая речь» мы координируем работу волонтёрских групп и сотрудничество общественников, специалистов, исследователей, преподавателей различных регионов и государственных субъектов в области как развития образовательных систем, методологии инклюзии, прорывных образовательных технологий, так и аксиологизации личного опыта, индивидуального успеха, личностно-деятельностного пространства детей и подростков, реализации данного потенциала в русле равноправного социально-образовательного диалога. Помимо общих

основ гуманизации образовательных отношений наши участники реализуют также такие, например, инновационные подходы в современной дидактике, как переход от паритетного сотрудничества к приоритетному — в пользу инициативы, интересов, предложений, оценки, интерпретации, проектно-креативной самоактуализации детей и подростков, студентов, других категорий получения образования. Конечно, как и указано выше, с обеспечением условий безопасности. Опыт показывает, что в такой располагающей к саморазвитию и сотрудничеству ситуации у детей, подростков, молодых людей возрастает готовность самоактуализировать имеющийся и проявляющийся в процессе взаимодействия потенциал, самооценка и благоприятное самопрогнозирование, ценностное самовосприятие, аксиологизация образования, сотрудничества, познания, культуры, интерес к позиции и адаптивным возможностям педагога, его изобретательности в меняющейся от их собственных решений ситуации, вкус к личной адаптивности и проектной эффективности, уникальный стиль коллаборации и интерпретации взаимодействия, культуры образовательных сред.

Эпистемологически мы можем моделировать варианты саморазвития в данном поле взаимодействия взрослых и детей, в том числе с участием самих обучающихся и воспитанников, что особенно ценно для их последующего эффективного функционирования в динамично меняющейся взрослой жизни.

Ценностные ориентиры сами по себе имеют многоуровневый, разноплановый, развивающийся характер, со своей диалектикой и архитектоникой, философией и креативным ресурсом, постепенно формируя культурологическое поле.

Соответственно, аксиологизации подлежат как суверенные (ресурсные и личностные) принадлежности индивида (и субъекта получения образования, и субъекта, предоставляющего образовательную поддержку), так и средовые, структурирующие, инструментарно-методологические, логистические компоненты социализации гражданина, сообщества, институции. Эти компоненты коррелируют с развивающимися же реалиями гуманизации образования, достижениями реализации Федеральных образовательных стандартов и Федеральных образовательных

программ (ещё более ориентированных на ценностное представление о личности, преференциях, свободе творчества детей и подростков всех категорий, демократизации образовательного пространства, саморазвитии образовательных сред, организаций, технологий).

Аксиогенетически эти процессы существуют в единстве социальной синергии, обеспечивая жизнеспособность и резонансность к глобальным преобразованиям дидактических ресурсов, как целеориентированно и наукоёмко, так и спорадически, в проявлениях педагогического творчества и авторских инновациях, — таким образом, ценностные ориентиры поддерживают и развивают архитектонику, стратегию, амбициозность созидательному взаимодействию социальных субъектов различного уровня.

Тем более высокозначимые задачи стоят перед образовательными системами, занятыми в области целеориентированной подготовки кадров для будущей профессионально-педагогической поддержки детей различных социальных, нозологических и иных категорий, их семей, сообществ и институций.

И действительно: высшая педагогическая школа в ситуации глобальных динамических преобразований должна готовить будущих педагогов, которые, в свою очередь, станут осуществлять адресную, эффективную поддержку обучающихся, благоприятно ориентируя на жизненную активность в ещё менее обозримых прогностических условиях — тройная аспектация неопределённости при высокой ответственности функционирования требует рационально растущего научного аппарата и интегративной эффективности, структурируемых в аксиологизированном поле ответственного сотрудничества.

Ценностные ориентиры задают в меняющемся мире в целом развивающиеся компоненты самоорганизации личности и сред, науки и практики, культуры и обновления социума, во всём разнообразии культуры, экономики, политики. Необходимо актуализировать данный ресурсный аспект в решении задач растущего масштаба, тем более что наши коллеги и общественность разных регионов и стран в данном поле взаимодействия весьма заинтересованы и резонансны.

Практическая актуализации ценностного ориентирования применительно к личности, активности, творчеству, прогнозированию, преференциям, решениям, аналитико-оценочным действиям, целеполаганию обучающихся и воспитанников начинается с системы подготовки студентов общего и специального педагогического профиля, которых мы не только компетентностно обеспечиваем в области аксиологизированной поддержки детей и коррелирующей актуализации инструментария гуманизации образования — но ещё и совместно с ними реализуем описанные здесь подходы первоначально на их собственном процессе обучения, с тем чтобы они ещё и ощутили, как мотивирует и позитивирует ценностно заданный психолого-педагогический инструментарий, который они впоследствии целенаправленно и вместе с тем средово, ситуативно, непосредственно транспонируют (то есть перенесут как систему действующих развивающих педагогических технологий, культуру взаиморазвития) на образовательное пространство современного детства.

В качестве растущего фактора в данном поле реализуется такой процесс, как культурологизация [5–7], — иными словами, осмысление индивидуальным либо корпоративным субъектом социально-образовательных отношений себя и своих ресурсов, достижений, социально-деятельностных особенностей, процессов и сфер занятости, самопозиционирования и самопрогнозирования.

Субъективация деятельности, взаимоотношений и саморазвития в целом сама по себе совершенствует операционал, развивает личность и масштабирует мировоззрение, становясь социальным капиталом индивида и сообщества, мерилом ценности как субъекта, так и формирующего его социума.

Индивидуализация взаимодействия, уникальность личного пространства и функционирования индивида, самобытность самовосприятия и отражения во внешнем мире противостоит объективации в социуме, в обучении, в профессиональном становлении, а также индустриализации заимствований, несамостоятельности, несамобытности творчества, в том числе научного и педагогического.

Этот же социально созидательный ориентир отвечает задачам подготовки студентов и их будущих обучающихся к функ-

ционированию в многозадачных условиях в период высокой прогностической неопределенности, в их профессиональном статусе формируется развивающая парадигма: проблема — актуальность — задачи — уникальный продукт (программно-компетентностный статус, академическая, средовая и иные виды успешности образования, образовательные отношения, ценностное единство социально-образовательной занятости).

Трансполяция по вертикали дидактических сред растущего саморазвития аксиологизации развивающего социально-образовательного взаимодействия органично вовлекает всё новых участников и сторонников такого увлекательного и статус-повышающего сотрудничества, менее выраженными становятся энтропийно ориентированные и объективирующие тенденции образовательных отношений. Конечно, многие энтропийные позиции сохраняют некоторую актуальность и рецидивирующую готовность, но функции мониторинга и коррекции во многом обеспечиваются за счёт саморазвития образовательных отношений. Применительно к многозадачным, высокопроблемным областям адресной поддержки обучающихся и воспитанников диалектично, что энтропийные тенденции не слишком выражены вследствие необходимости поддерживать адаптивное образовательное пространство в саморазвивающемся режиме — например, в системе адресной поддержки обучающихся со значительными трудностями в обучении.

Реализуя кафедральную программу международного научно-образовательного сотрудничества согласно поручению академика А.С. Гаязова, мы наблюдаем не только системообразующую эффективность ценностного подхода к моделированию индивидуального маршрута обучающегося, сообщества, системы, но и значимость собственно постановки задачи аксиологизации всех компонентов социального генеза и взаимодействия субъектов социально-образовательной сферы — как на территории СНГ, так и в западных странах. Кризис науки и общества, как известно, несёт в себе потенциал саморазвития как общественных отношений, так и исследовательской активности. Во взаимодействии сторон, имеющих различную ведомственную, территориальную отнесённость, различную методологическую и эпистемологиче-

скую платформу, обнаруживается созидательная сила ценностных процессов и собственно аксиологически обеспеченного подхода в саморазвитии систем и сфер.

Авторы выражают благодарность отечественным, зарубежным участникам проекта, исследователям, преподавателям, студентам, общественникам, участникам научно-волонтёрских, публикационно-издательских проектов, научному руководителю системы взаимодействия сторон — и организаторам данного форума, обеспечивающего целеориентированному сотрудничеству в данной сфере фундаментальный масштаб.

Список литературы

1. *Гусельцева М.С.* Психологическая устойчивость личности в свете психологии ценностей: диалектика постоянства и изменчивости // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. — 2023. — Т. 13. — Вып. 3. — С. 290–309. — URL: https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.301
2. *Котова С.А.* К вопросу о трансформации ценностей на современном этапе // Международный научно-исследовательский журнал. — 2022. — № 8(122). — URL: https://research-journal.org/archive/8-122-2022-august/10.23670/IRJ.2022.122.2 (дата обращения: 07.11.2025). — DOI: 10.23670/IRJ.2022.122.2.
3. *Балюшина Ю.Л.* Трансформация ценностных ориентаций личности в период становления информационно общества: философский аспект // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2014. — Т. 13. — С. 6–10. — URL: http://e-koncept.ru/2014/64083.htm.
4. *Гнездилов Г.В., Шевченко Н.В.* Современные методы психологической работы с посттравматическим стрессовым расстройством у военнослужащих// Экстремальная психология и безопасность личности. — 2024. — Т. 1. — № 2. — С. 50–60. — DOI: 10.17759/epps.2024010204.
5. *Гончаров В.Н., Попова Н.А.* Духовно-нравственные ценности в системе общественных отношений // Фундаментальные исследования. — 2015. — № 2-7. — С. 1566–1569;
6. URL: https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=37195 (дата обращения: 07.11.2025).

7. *Раитина М.С.* Ценности и ценностные ориентации, их формирование и роль в развитии личности. // Научный электронный архив.
8. URL: http://econf.rae.ru/article/5159 (дата обращения: 07.11.2025).
9. *Рыбакова Е.В., Чижиков Р.Е.* Ресурсы преподавания истории как средство коррекции личностных и образовательных проблем обучающихся // ЦИТИСЭ. — 2025. — № 2(44). — С. 7–23.
10. *Прокудин Д.Е., Соколов Е.Г.* «ЦИФРОВАЯ КУЛЬТУРА» VS «АНАЛОГОВАЯ КУЛЬТУРА» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Философия и конфликтология. — 2018. — № 29(4). — С. 83–91. — URL: https://philosophyjournal.spbu.ru/article/view/3256.
11. *Рыбаков Д.Г., Рыбакова Е.В.* Составляющие культурного интеллекта человека // Журнал «STUDIA CULTURAE». — 2023. — № 56. — С. 23–40. — DOI: 10.31312/2310-1245-2023-56-23-40.

УДК 159.9

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ АСПЕКТЫ РАЗРАБОТКИ ДИАЛОГОВОГО ИИ-АГЕНТА НА ОСНОВЕ NLP ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ПАЦИЕНТОВ С СОЦИАЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТЬЮ: ИННОВАЦИОННЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД

Салахова В.П.,
магистрант,
Казанский инновационный университет им. В. Г. Тимирясова (ИЭУП), Казань
vsalahova2020@gmail.com
Кабирова А.А.,
старший преподаватель кафедры психологии труда и предпринимательства ИЭУП,
заместитель декана по научной работе,
Казанский инновационный университет им. В. Г. Тимирясова (ИЭУП), Казань
solteeva@ieml.ru

VALUE-SEMANTIC ASPECTS OF DEVELOPING AN NLP-BASED CONVERSATIONAL AI AGENT TO SUPPORT PATIENTS WITH SOCIAL ANXIETY: AN INNOVATIVE PSYCHOLOGICAL APPROACH

Salakhova V.P.,
Master's Student,
Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov (IEML), Kazan
vsalahova2020@gmail.com
Kabirova A.A.,
Senior Lecturer, Department of Labor Psychology and Entrepreneurship, IEML, Deputy Dean for Research,
Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov (IEML), Kazan
solteeva@ieml.ru

Аннотация. В статье рассматриваются ценностно-смысловые аспекты разработки диалогового ИИ-агента на основе NLP для поддержки пациентов с социальной тревожностью. Подчеркивается, что создание таких инструментов должно руководствоваться не только технологической целесообразностью, но и глубоким

пониманием ценностей, потребностей и этических соображений, связанных с психическим здоровьем. Акцент делается на важности обеспечения конфиденциальности, безопасности и доступности
Ключевые слова: тревожные расстройства, КПТ, искусственный интеллект, машинное обучение, чат-боты, диалоговые агенты, персонализация, психическое здоровье, когнитивная реструктуризация, терапевтическая стратегия.
Abstract. This article examines the value-semantic aspects of developing an NLP-based conversational AI agent to support patients with social anxiety. It is emphasized that the development of such tools should be guided not only by technological feasibility but also by a deep understanding of the values, needs, and ethical considerations associated with mental health. Emphasis is placed on the importance of ensuring confidentiality, security, and accessibility.
Key words: anxiety disorders, CBT, artificial intelligence, machine learning, chatbots, conversational agents, personalization, mental health, cognitive restructuring, therapeutic strategy.

Тревожные расстройства, характеризующиеся устойчивыми проявлениями тревоги и страха, представляют собой значимую проблему общественного здравоохранения, обусловленную растущей распространенностью и трудностями в обеспечении доступности квалифицированной медицинской помощи. Современные клинические рекомендации акцентируют внимание на высокой эффективности психотерапевтических интервенций, в частности когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), как метода, основанного на принципах доказательной медицины [1]. Тем не менее, установленный дефицит квалифицированных специалистов в области психического здоровья и сопутствующее увеличение административной нагрузки на медицинский персонал обусловливают актуальность интеграции платформ с использованием искусственного интеллекта (ИИ) в процессы диагностики, лечения и мониторинга эффективности терапевтических стратегий [2]. В данном контексте, особое значение приобретает детальная проработка аксиологических и смыслообразующих аспектов разработки диалоговых ИИ-агентов, предназначенных для оказания специализированной поддержки пациентам, страдающим социальной тревожностью. ИИ обладает потенциалом синергетического взаимодействия с клинической практикой,

позволяя выявлять структурированные паттерны в поведении пациентов и разрабатывать предиктивные модели, основанные на анализе больших данных.

Применение парадигмы машинного обучения (МО) позволяет осуществлять углубленный анализ клинически релевантных данных и повышать точность прогнозирования течения тревожных расстройств. Это включает в себя автоматизацию процессов скрининга на основе информации, содержащейся в электронных медицинских картах (ЭМК), а также разработку прогностических алгоритмов, обладающих высокой степенью чувствительности и специфичности [9]. В рамках данной исследовательской области активно используются различные методы МО, включая контролируемое обучение, неконтролируемое обучение, глубокое обучение (DL) и обучение с подкреплением (RL). Кроме того, технологии виртуальной реальности (VR) и компьютерного зрения, интегрированные с алгоритмами ИИ, используются для моделирования терапевтических ситуаций и автоматизации широкого спектра процессов в системе здравоохранения. При этом принципиально важно подчеркнуть, что ИИ-инструменты, применяемые для скрининга, должны рассматриваться исключительно в качестве адъювантных средств, не заменяющих собой комплексную профессиональную диагностику, проводимую квалифицированными специалистами. Основная ценность разработки диалогового ИИ-агента заключается в обеспечении доступной и оперативной поддержки пациентам, однако, необходимо обеспечить, чтобы данная форма поддержки не подменяла собой квалифицированную медицинскую помощь, оказываемую практикующими врачами.

Результаты, полученные Alexia Manole и соавторами в их исследовании [5], указывают на перспективность использования чат-ботов, основанных на принципах ИИ, в качестве равнозначной терапевтической стратегии для управления тревожными состояниями. Статистически значимое снижение количественных показателей, характеризующих уровень тревожности, зафиксированное в ходе проведенного исследования, свидетельствует об эффективности чат-бота в обеспечении оперативного и устойчивого улучшения эмоционального состояния пациентов. По-

вышение уровня вовлеченности и удержания пациентов на втором этапе исследования косвенно указывает на потенцирование терапевтического эффекта по мере адаптации пользователей к функциональным характеристикам разработанной системы. Эксплицитная ценность полученных результатов заключается в подтверждении концепции расширения доступности психологической помощи посредством инструментов ИИ, однако, необходимо принимать во внимание, что успешность данного подхода в значительной степени детерминирована уровнем доверия, которое пользователи испытывают к системе, а также соответствием ее функциональных возможностей индивидуальным потребностям пациентов.

Одним из ключевых преимуществ представленного в исследовании подхода является реализация научно обоснованных методов, используемых в когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), таких как практики осознанности (mindfulness), техники контролируемого дыхания и когнитивная реструктуризация, в персонализированном и масштабируемом формате. Зафиксированный уровень удовлетворенности участников исследования данными методами, особенно в ситуациях, связанных с эмоциональным дистрессом, служит подтверждением потенциала ИИ в разработке и предоставлении масштабируемых решений для оказания поддержки в сфере психического здоровья, что особенно актуально в условиях ограниченной доступности традиционных форм психотерапии. Следовательно, ценность использования методологии КПТ в контексте ИИ-агента заключается в адаптации зарекомендовавших себя и эффективных клинических методов в доступный для широкой аудитории формат.

Необходимо отметить, что индивидуальная вариабельность ответа на терапевтическое воздействие подчеркивает критическую значимость применения персонализированного подхода в программах психологической помощи, основанных на использовании ИИ. Обнаруженные различия в сообщаемых улучшениях, охватывающие широкий спектр проявлений — от снижения интенсивности физиологических симптомов тревоги до улучшения когнитивных функций — отражают многофакторную природу тревожных состояний и необходимость разработки

адаптивных терапевтических стратегий. ИИ обладает потенциалом агрегирования и анализа больших объемов поведенческих данных, что позволяет формировать комплексное представление о психоэмоциональном состоянии пользователя и адаптировать терапевтические рекомендации в соответствии с его индивидуальными потребностями. Оперативное предоставление пользователям инструментов для самостоятельного управления симптомами тревоги, таких как рекомендации по применению дыхательных техник и когнитивная реструктуризация, является важным аспектом персонализированного подхода. Эффективность применения чат-бота в ситуациях, характеризующихся эмоциональным дистрессом, способствует снижению уровня стресса и повышению уровня контроля над эмоциональными реакциями. В данном контексте, особую ценность представляет расширение спектра возможностей пациентов в области самопомощи и повышение уверенности в собственных силах. Но, вместе с тем, разработчикам необходимо принимать во внимание объективные ограничения ИИ в части проявления эмпатии и оказания эмоциональной поддержки, а также предоставлять пользователям полную и достоверную информацию об этих ограничениях.

Сопоставление полученных результатов с данными, представленными в других опубликованных исследованиях [8], подтверждает и дополняет существующие представления о роли чат-ботов в реализации интервенций в области охраны психического здоровья. Наблюдаемое в рамках проведенного исследования снижение выраженности симптомов тревоги сопоставимо с результатами других исследований, выполненных в аналогичном методологическом ключе. Таким образом, ИИ, представленный социальными чат-ботами, алгоритмами машинного обучения и платформами, интегрированными с методологией КПТ, демонстрирует значительный потенциал в области охраны психического здоровья населения, в первую очередь, за счет возможностей персонализации терапевтических интервенций. При этом, реализация данного потенциала требует ответственного отношения к вопросам этики и обеспечения соблюдения прав пациентов.

Кроме того, авторы обращают внимание на то, что современные исследования отражают комплексную картину взаимодействия человекоцентричных навыков и искусственного интеллекта (ИИ) в психологической практике и образовании. Одной из ключевых тенденций выступает диссонанс между декларируемой важностью человекоцентричных навыков и их недостаточным отражением в аккредитационных стандартах, регулирующих образование и профессиональную деятельность психологов [3]. Это несоответствие способно провоцировать разрыв между теоретической подготовкой и требованиями реальной клинической практики, отражая сохраняющееся в профессиональном сообществе разделение, обусловленное стремлением к внедрению доказательных методов лечения в рамках механистической (медицинской) модели. Таким образом, возникает необходимость гармонизации образовательных стандартов с реальными потребностями практической деятельности психологов.

В противовес механистической парадигме, рассматривающей ИИ как фактор девальвации профессии [7], результаты исследований, в частности работа McDonald, Curtis и Ashleigh Schweinsberg [6], подчеркивают незаменимую роль человекоцентричных навыков (межличностных, интуитивных, рефлексивных) в установлении терапевтического альянса, эмпатическом понимании потребностей пациента и решении сложных клинических задач. Эти навыки, наряду с гибкостью и интуицией в процессе психотерапевтической интервенции, рассматриваются как неотъемлемые компоненты, не подлежащие полной замене технологиями ИИ. Более того, как отмечалось, психологи в целом склонны видеть в ИИ инструмент для трансформации и совершенствования профессиональной практики, в особенности в контексте оптимизации административных и технических задач, а также автоматизации рутинных операций, при условии соблюдения конфиденциальности и безопасности персональных данных. В этом контексте, участники исследований оценивают технические задачи как второстепенные, видя в ИИ возможность перераспределения временных и энергетических ресурсов в пользу гуманистических аспектов.

На фоне технологического прогресса, снижающего опасения относительно потенциальных рисков, связанных с внедрением ИИ, наблюдается повышенный интерес к инструментам, разработанным при участии психологов и обеспечивающим защиту конфиденциальности и безопасность данных. Эти инструменты позиционируются как эффективные решения для снижения административной нагрузки, предотвращения профессионального выгорания и оптимизации процесса ведения заметок, тем самым поддерживая специалистов в технических и административных задачах, что позволяет им сосредоточиться на уникальном человекоцентричном вкладе.

Консолидируя вышеизложенное, следует отметить, что в современной парадигме психологической практики и образования наблюдается насущная необходимость одновременной интеграции инновационных технологий и усиления человекоцентричной ориентации, что позволит преодолеть разрыв между теорией и практикой, сохранить уникальные профессиональные качества специалистов и смягчить потенциальный «кризис идентичности» в профессиональном сообществе [6].

ИИ, таким образом, рассматривается, прежде всего, как вспомогательный инструмент, требующий повышенного внимания к вопросам этики и профессиональной ответственности, в то время как человекоцентричные навыки остаются определяющими для успешной профессиональной деятельности психолога, что подтверждается данными, представленными в ряде исследований [4]. Однако, следует учитывать ограничения, связанные с субъективностью данных, демографическими смещениями и рисками для конфиденциальности. Инструменты ИИ должны дополнять, а не заменять квалифицированную диагностику, а исследования долгосрочной эффективности ИИ требуют продолжения. Ценностно-ориентированная разработка ИИ-агентов должна включать в себя четкое понимание этих ограничений и принятие мер для их минимизации.

В рамках исследования ценностно-смысловых аспектов создания инновационного инструмента психологической поддержки предпринята попытка разработки прототипа диалогового ИИ-агента, ориентированного на пациентов с социальной

тревожностью. Авторы проекта акцентируют внимание на ценностно-смысловой составляющей каждого элемента прототипа. Такой подход направлен на создание эффективного и этичного решения, в котором заложены принципы уважения и бережного отношения к личности каждого пользователя.

Центральным элементом архитектуры является модуль обработки естественного языка (NLP). Его задача заключается в проведении комплексного анализа текстовой информации, включающего распознавание намерений пользователя, выделение значимых терминов и определение эмоциональной окраски текста. Для реализации данного модуля предполагается использование предварительно обученных лингвистических моделей, адаптированных к специфике коммуникации с лицами, подверженными социальной тревожности. Выбор конкретных моделей будет осуществляться на основе сравнительного анализа их эффективности в решении поставленных задач (табл. 1).

Таблица 1

Ключевые компоненты прототипа диалогового ИИ-агента для поддержки пациентов с социальной тревожностью

Компонент	Описание	Технологии/ методы	Ценностно-смысловой аспект
Модуль NLP (обработка естественного языка)	Анализ текста, распознавание намерений пользователя, выделение ключевых слов, определение эмоциональной окраски диалогов	Классификация эмоций на основе LSTM или CNN	Обеспечивает понимание запросов пользователя, учитывая эмоциональную составляющую, что необходимо для предоставления релевантной и своевременной поддержки
Модуль управления диалогом	Определение логики взаимодействия,	Машинное обучение	Гарантирует структурированность и целенаправленность

Компонент	Описание	Технологии/ методы	Ценностно-смысловой аспект
	выбор подходящих ответов и рекомендаций, управление сценарием диалога		диалога, направляя пользователя к решению проблемы и обучая навыкам самопомощи
База знаний	Хранение информации о техниках КПТ, симптомах тревожности, ресурсах самопомощи	Графовая база данных для представления связей между техниками КПТ и симптомами	Обеспечивает доступ к научной и проверенной информации, предоставляя пациенту инструменты для самообразования и повышения осознанности
Персонализационный модуль	Сбор и анализ данных о пользователе, адаптация ответов и рекомендаций на основе индивидуальных потребностей	Алгоритмы машинного обучения, анализ истории взаимодействия, профилирование пользователей	Уважает уникальность каждого человека, предлагая решения, максимально соответствующие его потребностям и особенностям, что повышает эффективность терапевтического вмешательства
Модуль оценки эмоционального состояния	Анализ текста для определения уровня тревожности пользователя	Лексический анализ, библиотеки для анализа тональности, модели классификации эмоций	Позволяет своевременно выявлять ухудшение эмоционального состояния и предлагать экстренную поддержку
Интерфейс пользователя	Обеспечивает взаимодействие пользо-	Веб-приложение, мобильное	Создает дружелюбное и доступное средство для получения под-

Компонент	Описание	Технологии/ методы	Ценностно-смысловой аспект
	вателя с Агентом	приложение, интеграция с мессенджерами	держки в любое время и в любом месте
Реализация техник КПТ	Включение в диалог техник когнитивной реструктуризации и экспозиционной терапии	Протоколы диалога, скрипты, мультимедийные элементы для инструкций и упражнений	Переносит проверенные и эффективные методы КПТ в доступный и интерактивный формат, повышая осведомленность пациентов и способствуя развитию навыков самопомощи

Функционирование системы обеспечивается модулем управления диалогом, который реализует логику взаимодействия с пользователем. Данный модуль отвечает за определение последовательности этапов диалога, выбор релевантных ответов и предоставление индивидуализированных рекомендаций, основанных на принципах когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). База знаний, структурированная как семантическая сеть, представляет собой хранилище информации, содержащее техники КПТ, описание симптомов социальной тревожности, ресурсы самопомощи и персонализированные профили пользователей. Структура базы данных обеспечивает эффективный поиск и предоставление информации, соответствующей текущему контексту диалога и индивидуальным потребностям пользователя.

Для реализации персонализированного подхода к поддержке пользователей разработан персонализационный модуль. Его функция заключается в сборе и анализе данных о пользователе с целью адаптации ответов и рекомендаций к его индивидуальный потребностями и особенностям. В данном процессе используются методы машинного обучения для выявления устойчивых паттернов поведения и прогнозирования индивидуальных потребностей пользователя. Оценка эмоционального состояния

пользователя осуществляется посредством модуля оценки эмоционального состояния. Данный модуль анализирует текстовый ввод пользователя с целью определения уровня тревожности на основе методов лексического анализа и выявления эмоциональной окраски текста. Для решения этой задачи рассматривается возможность использования как готовых библиотек для анализа тональности, так и специально обученных моделей классификации эмоций. Взаимодействие пользователя с системой осуществляется через интерфейс пользователя, прототип которого реализован в виде веб-приложения, обеспечивающего доступность и удобство использования системы.

Разработка и внедрение системы осуществляется с соблюдением этических принципов, включая обеспечение конфиденциальности данных пользователей, прозрачность в отношении возможностей и ограничений системы, а также ответственность за предоставляемую информацию.

Внедрение ИИ в психологическое консультирование и психотерапию требует комплексного подхода, учитывающего этические, технологические и клинические аспекты. Дальнейшие исследования должны быть направлены на преодоление обозначенных ограничений и обеспечение безопасного и эффективного использования технологий ИИ для улучшения психического здоровья населения. В заключение необходимо подчеркнуть, что разработка и внедрение диалоговых ИИ-агентов должны строиться на основе глубокого понимания ценностей, потребностей и ожиданий пациентов с социальной тревожностью. Только в этом случае ИИ сможет стать действительно эффективным инструментом для улучшения их качества жизни и психического благополучия.

Список литературы

1. *Al Kuweiti M., Nazer K., Al-Raddi A.*, et al. A review of the role of artificial intelligence in healthcare // J. Pers. Med. — 2023. — Vol. 13. — No 6. — P. 951. — DOI: 10.3390/jpm13060951.
2. *Aloysius J.A., Alghamdi S.S., Alsuhebany N.*, et al. Revolutionizing healthcare: the role of artificial intelligence in clinical practice // BMC

Med. Educ. — 2023. — Vol. 23. — No 689. — DOI: 10.1186/s12909-023-04698-z.

3. Australian Health Practitioner Regulation Authority. Fact sheet: Professional competencies for psychologists. How to do a self-assessment against the general registration competencies. — 2024 // URL: https://www.ahpra.gov.au/documents/default.aspx?record=WD24%2f33831&dbid=AP&chksum=IY1Fn5uQoOC86eDXzOR9zw%3d%3d&_gl=11hkj4fk_gaMTkwNzcxNTYxMC4xNzIyMzk1OTI0_ga_F1G6LRCHZB*MTczMDQyNTY5NC.3.1.1730425707.0.0.MA (дата обращения: 25.09.2025).
4. *Flückiger C., Del Re A.C., Wampold B.E., Horvath A.O.* The alliance in adult psychotherapy: A meta-analytic synthesis // Psychotherapy. — 2018. — Vol. 55. — No 4. — P. 316–340. — DOI: 10.1037/pst0000172.
5. *Manole A., Cârciumaru R., Brînzaș R.* Harnessing AI in anxiety management: a chatbot-based intervention for personalized mental health support // Information. — 2024. — Vol. 15. — No 12. — P. 768. — DOI: 10.3390/info15120768.
6. *McDonald N., Johri A., Ali A., Collier A.H.* Generative artificial intelligence in higher education: Evidence from an analysis of institutional policies and guidelines // Computers in Human Behavior: Artificial Humans. — 2025. — Vol. 3. — P. 100121. — DOI: 10.1016/j.chbah.2025.100121.
7. *Neal*, et al. The Law Meets Psychological Expertise [Препринт]. — 2022. — DOI:10.31234/osf.io/6vtf2.
8. *Rahsepar Meadi M., Bernstein J.S., Batelaan N., van Balkom A.J., Metselaar S.* Does a lack of emotions make chatbots unfit to be psychotherapists? // Bioethics. — 2024. — Vol. 38. — P. 503–510.
9. *Shams E.T.,* Gaber *S., Ansari S.,* et al. Artificial intelligence for predicting depression anxiety and stress using psychometric data // Sci Rep. — 2025. — Vol. 15. — No 37282. — URL: https://doi.org/10.1038/s41598-025-21301-1 (дата обращения: 25.09.2025).

УДК 159.923

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Сарангова А.С.,
студент,
Калмыцкий государственный университет имени Б.Б. Городовикова, Элиста
Научный руководитель: *Байтуманова З.Н.,*
Калмыцкий государственный университет имени Б.Б. Городовикова, Элиста
amulangasavrovna@mail.ru

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PERSONALITY FORMATION IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS' EDUCATIONAL ACTIVITIES

Sarangova A.S.,
Students,
B.B. Gorodovikov Kalmyk State University, Elista
Supervisor: *Baitumanova Z.N.,*
B.B. Gorodovikov Kalmyk State University, Elista
amulangasavrovna@mail.ru

Аннотация. В статье «Психологические аспекты формирования личности в учебной деятельности младших школьников» анализируются основные факторы психологического характера, воздействующие на становление личности детей в начальной школе. В ней акцентируется важность создания положительной учебной среды и наличия поддержки со стороны учителей, которые способствуют успешному усвоению знаний и развитию уверенности у учащихся. Работа подчеркивает необходимость интеграции психологических методов в образовательный процесс, что, в свою очередь, способствует как интеллектуальному, так и личностному росту младших школьников, а также формирует их готовность принимать и осваивать новый опыт.

Ключевые слова: учебная деятельность, личность, младший школьный возраст, педагог-психолог, учитель, родители, познавательные процессы, новообразования.

Abstract. The article "Psychological Aspects of Personality Formation in the Educational Activities of Primary School Students" analyzes the main psychological factors that influence the development of children's personalities in primary school. It emphasizes the importance of creating a positive learning environment and providing support

from teachers, which contribute to the successful acquisition of knowledge and the development of students' confidence. The article highlights the need for integrating psychological methods into the educational process, which in turn promotes both intellectual and personal growth among primary school students, as well as fostering their readiness to embrace and learn from new experiences.
Key words: educational activities, personality, primary school age, teacher-psychologist, teacher, parents, cognitive processes, and new developments.

Понимание психологических аспектов формирования личности в контексте учебной деятельности младших школьников имеет первостепенное значение для педагогов, психологов и родителей. Оно позволяет не только эффективно организовывать образовательный процесс, но и создавать условия для гармоничного развития каждого ребенка, учитывая его индивидуальные особенности и потребности. Игнорирование этих аспектов может привести к возникновению учебных трудностей, снижению мотивации, формированию негативного отношения к школе и, как следствие, к замедлению общего личностного развития.

Влияние учебной деятельности на личность младших школьников

Одним из важных психологических аспектов формирования личности является самооценка. В младшем школьном возрасте дети начинают осознавать свои сильные и слабые стороны, что напрямую связано с их успехами и неудачами в учебной деятельности. Положительные результаты способствуют формированию адекватной самооценки, в то время как частые неудачи могут привести к снижению уверенности в себе. Важно, чтобы учителя и родители поддерживали детей, подчеркивая их достижения и помогая справляться с неудачами [5].

Мотивация является одним из ключевых факторов, влияющих на успешность учебной деятельности. В младшем школьном возрасте мотивация может быть как внутренней, так и внешней. Внутренняя мотивация связана с интересом к учебному процессу, желанием узнать новое и развиваться. Внешняя мотивация может проявляться в виде похвалы, наград или оценок. Важно,

чтобы учителя и родители способствовали развитию внутренней мотивации, создавая условия для самостоятельного поиска знаний и поощряя любознательность [2].

Эмоциональное развитие младших школьников также играет важную роль в формировании их личности. Эмоции влияют на восприятие учебного материала, уровень стресса и общую удовлетворенность от учебного процесса. Дети, которые умеют управлять своими эмоциями, легче справляются с трудностями и неудачами, что способствует их успешной учебной деятельности. Учителя могут помочь детям развивать эмоциональную грамотность, обучая их распознавать и выражать свои чувства, а также справляться с негативными эмоциями [1]. Это, в свою очередь, способствует созданию более позитивной атмосферы в классе и улучшает взаимодействие между учениками.

Роль педагога-психолога в формировании личности младших школьников

В младшем школьном возрасте они активно развиваются, формируют свои первые социальные навыки и начинают осознавать себя как личность. Педагог-психолог, обладая специальными знаниями и навыками, может значительно повлиять на этот процесс.

Во-первых, педагог-психолог помогает создать комфортную и безопасную образовательную среду. Он работает над тем, чтобы каждый ребенок чувствовал себя принятым и понятым, что способствует развитию его уверенности в себе. Это особенно важно для младших школьников, которые могут испытывать страхи и неуверенность в новых условиях.

Во-вторых, специалист по психологии образования проводит диагностику эмоционального и социального состояния детей. Он выявляет проблемы, с которыми могут сталкиваться ученики, будь то трудности в общении с одноклассниками или страх перед учебной нагрузкой. На основе полученных данных педагог-психолог разрабатывает индивидуальные рекомендации и программы поддержки, что позволяет каждому ребенку развиваться в своем темпе [3].

Кроме того, педагог-психолог активно участвует в воспитательной работе. Он организует различные мероприятия, направленные на развитие социальных навыков, эмоционального интеллекта и критического мышления. Такие занятия помогают детям научиться работать в команде, уважать мнение других и выражать свои чувства, что является важной частью формирования их личности.

Также стоит отметить, что педагог-психолог взаимодействует не только с детьми, но и с их родителями. Он проводит консультации, обучает родителей методам поддержки и общения с детьми, что создает единое пространство для развития и формирования личности ребенка как в школе, так и дома.

Таким образом, роль педагога-психолога в формировании личности младших школьников в учебной деятельности заключается в создании поддерживающей среды, диагностике и решении проблем, организации воспитательных мероприятий и взаимодействии с родителями [4].

Заключение

Психологические аспекты, такие как самооценка, социальные взаимодействия, мотивация, эмоциональное развитие, а также влияние учебной среды, физической активности и технологий, играют ключевую роль в этом процессе. Успешное формирование личности младших школьников зависит от создания благоприятной учебной среды, поддержки со стороны взрослых и учета индивидуальных особенностей каждого ребенка. Важно, чтобы все участники образовательного процесса — учителя, родители и дети — работали вместе, стремясь к достижению общей цели: всестороннему развитию и успешному обучению младших школьников.

Список литературы

1. *Асмолов А.Г.* Психология личности: принципы общепсихологического анализа. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 2002. — 416 с.
2. *Белова Е.Н.* Формирование мотивации учебной деятельности у младших школьников // Начальная школа. — 2010. — № 7. — С. 30–35.

3. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1968. — 464 с.
4. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология. — М.: Педагогика, 1991. — 342 с.
5. *Ильина О.Н.* Роль самооценки в формировании личности младшего школьника // Вопросы образования. — 2015. — № 2. — С. 88–97.
6. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2000. — 712 с.
7. *Сластёнин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н.* Педагогика. — М.: Академия, 2002. — 576 с.

УДК 159.9

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ МОЛОДЫХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Семенищенков Д.А.,
соискатель учёной степени кандидата психологических наук,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
semenishhenkov@rambler.ru

VALUE ORIENTATIONS OF YOUNG MILITARY PERSONNEL AT THE INITIAL STAGE OF MILITARY SERVICE

Semenishchenkov D.A.,
applicant for a degree PhD in Psychological Sciences,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
semenishhenkov@rambler.ru

Аннотация. В статье рассматривается приобретение ценностных ориентаций молодыми военнослужащими по их прибытии на военную службу и начале выполнения ими обязанностей, связанных с выполнением воинского долга. Указаны факторы влияния на изменение и дальнейшее развитие ценностных ориентаций как условия освоения обучаемым назначенной ему военно-учётной специальности. Представлены виды и приёмы методик повышения личностного адаптационного потенциала молодых военнослужащих приведённые автором статьи к возможному применению в условиях повседневной жизнедеятельности воинской части.

Ключевые слова: ценностно-смысловая сфера, воинский долг, личностный адаптационный потенциал, нервно-психическая устойчивость, военно-учётная специальность, система комплектования.

Abstract. The article considers the acquisition of value orientations by young servicemen upon their arrival at military service and the beginning of their duties related to the performance of military duty. The factors of influence on the change and further development of value orientations are indicated as conditions for the student to master the military accounting specialty assigned to him. The types and techniques of methods for increasing the personal adaptation potential of young military personnel given by

the author of the article for possible use in the conditions of everyday life of a military unit are presented.
Key words: value-semantic sphere, military duty, personal adaptation potential, neuropsychiatric stability, military accounting specialty, manning system.

В настоящее время в Российской Федерации продолжает иметь место смешанная комплектация Вооружённых сил.

При этом, как и в предыдущие годы, основной составляющей в части пополнения взамен убывающих в запас военнослужащих по истечению срока их службы, по-прежнему является призыв юношей, ранее не проходивших военную службу, достигших совершеннолетия и признанных годными к службе в Вооружённых силах. Часть этих молодых людей при прохождении военной службы по призыву или по её окончании заключают контракт на дальнейшее прохождение военной службы и становятся военными профессионалами.

В связи с проведением Специальной военной операции также принято решение о комплектовании подразделений и воинских частей лицами, добровольно заключающими контракт на прохождение военной службы в период их участия в ней. Среди этих военнослужащих есть те, которые ранее по различным причинам не проходили военную службу по призыву, и их число составляет 5–7 процентов от общего числа лиц, заключивших контракт для участия в Специальной военной операции.

Периодически и в настоящее время, и в прошлом ставится вопрос: правильно ли по-прежнему призывать на военную службу? При этом ряд специалистов считают недостаточную профессиональную подготовленность и только лишь частичную сформированность профессиональных навыков у военнослужащих по призыву. Помимо этого, общество становится более демократичным и в некоторых государствах комплектование армии по призыву признаётся морально устаревшим как лишающее возможности выбора молодым человеком в рамках «принципа добровольности» поступления на военную службу. Вместе с тем, в исследовании П.И. Бычкова и А.Г. Золотухина проведён анализ отношения в обществе к военной службе по призыву, при этом наблюдается, что в настоящее время военная служба

по призыву сохраняется более чем в пятидесяти странах мира, например, в Австрии, Южной Корее, Турции, Финляндии. Более того в таких странах как Израиль и Нидерланды, в соответствии с законом предусмотрена всеобщая воинская обязанность, где призываются молодые люди обоих полов. Автор статьи, говоря об очевидных достоинствах военной службы по призыву, указывает на то, что только эта система комплектования позволяет подготавливать практически массовый и достаточно профессиональный резерв, который необходим для защиты Отечества в случае проведения всеобщей или частичной мобилизации при возникновении военной опасности [1].

Изменение ценностных ориентаций молодых военнослужащих в начале военной службы

Говоря, в настоящей статье об изменении ценностных ориентаций лиц, впервые прибывающих на военную службу и становящимися военнослужащими, на мой взгляд, в первую очередь следует рассматривать юношей, призываемых на военную службу по призыву, а также тех военнослужащих, которые ранее не проходили военную службу и заключили контракт в ходе проведения Специальной военной операции.

С самого начала прохождения службы у молодого военнослужащего под влиянием самого уклада военной службы, занятий по боевой подготовке, воспитательной работы, культурно-досуговых и спортивных мероприятий происходит изменение ранее имевшихся ценностных ориентаций с приобретением новых мотивационных установок. Эти ценностно-смысловые ориентации и личностные установки возникают в сознании молодого солдата в соответствии с Воинской присягой своим Отечеству и народу, обязанностями военнослужащего, обязанностями солдата, руководствами, наставлениями, требованиями общевоинских уставов, определяющих взаимоотношения военнослужащих.

При быстром успешном принятии юношей в начале его военной службы правил и требований изложенных в вышеназванных руководящих документах, определяющих взаимоотношения и взаимодействия в воинском коллективе как в мирное, так и

в военное время, при следовании им новым для него ценностным ориентациям в глубоком осознании им своего долга воина Вооружённых сил появляется высокая вероятность возможности скорого и надёжного освоения военно-учётной специальности определённой молодому военнослужащему как дальнейшей его военной профессии [2].

Полтора десятилетия назад руководством нашей страны было принято решение о сокращении военной службы по призыву с двух лет до одного года это повлияло на сокращение сроков обучения с целью получения военно-учётной специальности с шести месяцев до трёх с половиной месяцев [7], при этом неизбежно катастрофически уменьшилось время на закрепление учебного материала в часы самостоятельной подготовки. Возникла потребность в создании необходимых условий обучаемому молодому военнослужащему для повышения успешного освоения учебного материала в данных временно ограниченных рамках.

Хорошо известно, что для успешного освоения учебного материала при проведении теоретических, практических и комплексных занятий нужна достаточно высокая мотивация обучаемых [6]. Говоря об этом в своей статье я указываю на приобретение и закрепление ценностных ориентаций, которые становятся значимыми для молодых людей, призванных на военную службу впервые или пожелавших защищать свою Родину в ходе Специальной военной операции, которые являются решающими в желании военнослужащего при обучении военно-учётной специальности и её освоении на желаемом для специалиста уровне.

По опыту специалистов групп психологической работы учебных центров полная адаптация молодых военнослужащих в условиях быта и уклада жизни учебных подразделений и учебных воинских частей в зависимости от направленности этих военнослужащих и их нервно-психической устойчивости составляет от двух до шести месяцев. Исходя из этого предположим, что при проведении регулярной и полно объёмной работы должностных лиц (командиров, начальников и их заместителей по военно-политической работе) с обращением большего внимания на привитие ценностно-смысловых ориентаций связанных

с развитием понимания необходимости защиты своего Отечества и своих сограждан, чувства товарищества и взаимовыручки даёт возможность создания крепких воинских коллективов с атмосферой поддержки, заботы и взаимопомощи [7]. Создание такой атмосферы в учебных подразделениях способствует повышению личностного адаптационного потенциала военнослужащих, что значительно сокращает сроки адаптации каждого юноши в воинском коллективе и быстрому принятию установленных распорядка дня и повседневных мероприятий, а также организации занятий боевой подготовки и воспитательной работы.

Всё вышеперечисленное говорит о том, что молодой военнослужащий с высокой мотивацией, с закладываемыми в его сознание командирами патриотическими ориентациями, с ценностями гласящими о любви к своей Родине и к своему народу, с воспитываемой потребностью встать на защиту всего того, что ему дорого способен с большими желанием и энергией овладевать сложной военной наукой и своей военно-учётной специальностью [3].

Весомым вкладом в развитие ценностно-смысловой сферы молодого военнослужащего являются изучение учебного материала на занятиях по военно-политической подготовке и при проведении воспитательной работы с детальным разбором исторических событий связанных с защитой Земли Русской начиная со средних веков до наших дней, освящение Дней воинской славы России, личных подвигов воинов, в разные времена покрывших себя неувядаемой славой в деле защиты нашего Отечества.

Вместе с этим спортивные мероприятия, включающие в себя утреннюю физическую зарядку, спортивно-массовую работу, спортивные праздники, соревнования по военно-прикладным видам спорта делают юношу сильным, выносливым, способным сопереживать товарищам.

Совместные действия на занятиях по боевой подготовке, при несении службы в суточном наряде, при выполнении работ и в других мероприятиях повседневной деятельности учат молодых военнослужащих поддерживать друг друга [4].

Тем самым развивающиеся на начальном этапе ценностные ориентации военнослужащего позволяют в сжатые временные сроки осваивать определяемую к обучению военно-учётную спе-

циальность и определяют его взаимоотношения с товарищами в воинском коллективе формируя личность в одних из самых сложных условиях изменения человеческих ценностей с осознанием понимания воинского долга военнослужащего.

Результатом формирования ценностных ориентаций вполне возможно считать получение молодым военнослужащим свидетельства об окончании обучения по военно-учётной специальности по сдаче экзаменационных испытаний. После чего он является молодым специалистом.

Подбор и разработка методов саморегуляции и психологического сопровождения

В связи с необходимостью сокращения сроков адаптации из-за уменьшения срока обучения в учебных подразделениях до трёх с половиной — четырёх месяцев возникла необходимость адаптации методик с возможностью применения в психологическом сопровождении молодых военнослужащих.

В период прохождения военной службы в Учебном центре при психологическом сопровождении молодых военнослужащих (являющимися обучаемыми военно-учётной специальности) специалистами группы психологической работы использовался ряд методов саморегуляции и терапевтического воздействия, адаптированных автором статьи к условиям повседневной деятельности в воинской части (табл.).

Таблица

Методы саморегуляции и психологического сопровождения, применяемые в Учебном центре

Способы саморегуляции	Регуляция эмоциональных состояний		
Приёмы арт-терапии	Музыко-терапия	Рассказо-терапия	Игровая терапия
Рисуночные методики	Методика «Путь»	Методика «Четыре персонажа»	

При подборе видов методик и приёмов были проведены анализ и обобщение современных подходов в применении методов саморегуляции эмоционального состояния и терапевтического воздействия в различных областях жизнедеятельности. И на основе теоретического анализа и пилотажных испытаний автором статьи был предложен ряд терапевтических техник и методик для использования в комплексе мер по психологическому сопровождению в учебном процессе и жизнедеятельности в Учебном центре и учебных подразделений воинских частей.

Детальное описание методы саморегуляции, психологического сопровождения с применением элементов арт-терапии изложено в статье, опубликованной в журнале «Психология обучения» [5].

Предложенные автором методы позволяют повысить адаптационный потенциал военнослужащих и способствуют достижению таких задач как формирование у военнослужащих психологической готовности в различных ситуациях в ходе мероприятий повседневной деятельности, успешное взаимодействие в воинском коллективе, что способствует наилучшему качеству усвоения военной специальности. Работа специалистов группы психологической работы (военных психологов) в данном направлении способствует повышению степени овладения молодыми военнослужащими своей военно-учётной специальности и созданию наиболее благоприятного климата в воинских коллективах.

Заключение

Военная служба связана с действием различных стрессогенных факторов. Участие в выполнении мероприятий боевой подготовки, повседневной деятельности, взаимодействия с сослуживцами оказывают неоднозначное влияние на психику молодых военнослужащих, требуют достаточно высокого напряжения физических и психических возможностей для своевременной адаптации и освоения воинской специальности.

Вместе с этим, как ранее было указано автором в тексте статьи, сократились сроки обучения военной специальности,

и для усвоения требуемого к знаниям обучаемого учебного материала и практических навыков требуется укрепление личностного адаптационного потенциала молодых военнослужащих.

Именно этому способствует применение предлагаемых автором методов саморегуляции, психологического сопровождения с применением элементов арт-терапии, которые помогут в более короткие сроки адаптироваться молодому военнослужащему в новой, ранее незнакомой атмосфере повседневной деятельности воинской части и во взаимодействии с другими членами воинского коллектива.

Исходя из всего этого происходит формирование ценностных ориентаций молодыми военнослужащими необходимых для выполнения ими обязанностей, связанных с выполнением воинского долга.

Список литературы

1. *Бычков П.И.* Военная служба по призыву — социологический анализ / П.И. Бычков, А.Г. Золотухин // Социально-гуманитарные знания. — 2022. — № 3. — С. 79–94.
2. *Ляпин А.С.* Личностный профиль призывника склонного к деструктивному поведению // Материалы пятнадцатой Всероссийской научно-практической конференции. — Коломна: МГОСГИ, 2015. — С. 116–119.
3. *Маклаков А.Г.* Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. — 2001. — Т. 22. — № 1. — С. 16–24.
4. *Маклаков А.Г., Бойко Е.А., Сидорова Е.О.* Взаимосвязь личностных характеристик и успешности военно-профессиональной деятельности военнослужащих по призыву с разными типами функциональной асимметрии // Актуальные вопросы психологии развития и формирования личности: методология, теория и практика. Сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. — 2018. — С. 134–136.
5. *Семенищенков Д.А.* Методы саморегуляции и техники арт-терапии в рамках психологического сопровождения военнослужащих на начальном этапе обучения в учебном центре // Психология обучения. — 2019. — № 1. — С. 29–37.

6. *Силаева И.Н.* Психологические особенности призывного контингента для прохождения службы в резерве // Психологический Vademecum: профессиональный рост личности в поликультурной среде: региональный аспект: сборник научных статей. — Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2023. — С. 289–292.
7. *Сыркин Л.Д., Ломако Л.Л., Степанычев А.П.* Методика работы по сохранению и укреплению психического здоровья личного состава учебного центра // Военно-медицинский журнал. — 2011. — Т. 332. — № 2. — С. 41–45.

УДК 159.9

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ О БУДУЩЕМ РОССИЙСКОГО КИНО

Сулейманян А.Г.,
кандидат психологических наук,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
andranikgr@mail.ru

PRELIMINARY THOUGHTS ON THE FUTURE OF RUSSIAN CINEMA

Suleimanian A.G.,
PhD in Psychological Sciences
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
andranikgr@mail.ru

Аннотация. Статья носит проблемный характер. Это предварительные размышления о кино как одном из средств управления большой группой, в частности Россией, в условиях рождения нового миропорядка. Ставятся вопросы о главных идеях нового российского кино, героях, жанрах и темах. Отмечается, что эти вопросы до сих пор не решены. Предлагается создать на базу Университета мировых цивилизаций интеллектуальный центр изучения психологии кино

Ключевые слова: психология кино, кино как средство управления большими группами, главные идеи кино Российского кино, герой и антигерой, интеллектуальный центр изучения кино

Abstract. The article is problematic in nature. It offers preliminary reflections on cinema as a means of governing a large group, particularly Russia, in the context of the emergence of a new world order. It raises questions about the main ideas of the new Russian cinema, its heroes, genres, and themes. It is noted that these questions remain unresolved. It is proposed to establish an intellectual center for the study of cinema psychology at the University of World Civilizations.

Key words: psychology of cinema, cinema as a means of managing large groups, main ideas of Russian cinema, hero and antihero, intellectual center for the study of cinema

С окончательной потерей идеала раса окончательно теряет свою душу; она превращается в горсть изолированных индивидов и становится тем, чем была в самом начале, — толпой.
Г. Лебон «Психология народов и масс»

Эта небольшая статья носит проблемный характер и в ней ставятся вопросы, на которые автор даёт только предварительные ответы. Теоретическая основа наших размышлений — цивилизационная концепция Н.Я. Данилевского. Цель — научный подход к реформе современного Российского кино, как средства управления, исключая манипуляции, обществом. Достичь этого возможно только при согласованном труде научного сообщества (прежде всего психологов и историков), работников искусства и Кремля.

Выдающийся социальный психолог В.И. Ленин в беседе с А.В. Луначарским заметил, что «из всех искусств важнейшим для нас является кино». Почему? До появления интернета самым эффективным средством быстрого изменения массового сознания в той или иной целевой или большой группе было кино. По этой причине ни в одной стране мира кино не является свободным искусством, хотя правящие классы осуществляют этот контроль разными способами [4].

Наглядный пример — беседа И.В. Сталина с С.Н. Эйзенштейном о фильме «Иван Грозный»[5]. В США в это же время идеологический надзор осуществляла комиссия Маккарти [3]. Такая цензура, по нашему мнению, очень полезна, если контролирующая инстанция ставит перед собой созидательные цели по управлению обществом, избегая манипуляций. Из отрицательных примеров недавнего времени — кино времён «перестройки»: такие фильмы как «Покаяние», «Маленькая Вера», «Курьер», «Интердевочка» и другие были важным орудием «ментальной» или психологической войны, а также «войн памяти». Аналогичные примеры и в истории Голливуда: с началом XXI века меняются, прежде всего, герои кино[7]. Например, перестали снимать вестерны, герои которых — основа и символ американской идентичности [8].

Резкое изменение героев, тем и сюжетов, начатое в 90-е гг. продолжается. В последние годы появились и новые идеи, и изощренные приёмы искажения истории. Приведём несколько очень показательных примеров фильмов, снятых на деньги из государственного бюджета. Главная задача «Холопа», психологический стержень которого высмеивание «золотой молодёжи» — «выпускание пара». «Хроники русской революции» А. Кончаловского — продолжение пропаганды «перестройки»: вместо глубокого анализа личностей лидеров революции — антисоветский лубок. Искажение истории и мнимый патриотизм, по мнению экспертов, отличительная черта нашумевших фильмов «Август» [1] и «Воздух» [2].

Поэтому необходимо решить главную проблему: стратегию развития Российского кино. Ответы на основные вопросы можно найти только общими усилиями научного сообщества, прежде всего психологов, кинематографистов и Кремля в ходе подлинной дискуссии. Поэтому в данной статье мы ограничимся только краткой характеристикой возможных путей решения этой проблемы.

Главные вопросы, для которых необходимо найти системное решение: сверхидеи кино (в понятиях школы К.С. Станиславского)[1], типы героев и антигероев, основные темы, сюжеты и жанры.

В центре любого произведения герой. Какие же принципы должны определять выбор героев? Цивилизационный: герой должен воплощать лучшие отличительные русской цивилизации. Историзм, то есть глубокий анализ часто противоречивых исторических фактов, а не следование политической конъюнктуре[2]. Реальный, а не абстрактный или виртуальный герой наподобие голливудского сверхчеловека. Необходимо продолжить традицию советского кино с его лозунгом «героем может стать каждый». Не ограничивать героизм воинской доблестью. Пока-

[1] Кстати, в современном российском кино идеи школы Станиславского находятся «за бортом».

[2] После XX съезда КПСС У. Черчилль с полным основанием остроумно заметил, что «Россия страна с непредсказуемым прошлым».

зывать, например, простого, незаметного человека мирного труда (учителя, библиотекаря, инженера, рядового врача, работника провинциального музея, научного работника), сохранившего культуру, производство и бесплатную медицину в катастрофических условиях 90-х гг.

Основной жанр, на наш взгляд: соединение психологической и философской глубины и увлекательного действия. Хрестоматийные примеры в нашем кино: «Белое солнце пустыни», в Голливуде «Золото Маккенны». Это могут быть приключенческие фильмы, катастрофы, военные[3], решение трудной производственной задачи и т.п.

Подводя итоги наших предварительных размышлений, ещё раз подчеркнём, что кино одно из основных формирования цивилизационной идентичности и управления историческими процессами. Оригинальных отечественных трудов по психологии кино очень мало[4]. Полагаем, что следует отметить работу «Психология воздействия кино на зрителя» доцента Донецкого университета М.И. Яновского [6]. Насущная необходимость — создание интеллектуального центра для теоретического и практического решения указанных выше проблем на базе Университета Мировых Цивилизаций.

Список литературы

1. Генерал поставил «двойку» фильму Эрнста: почему «Август» не дотянул до Великой Победы? // URL: https://dzen.ru/a/aOn_SKjec2jPPg65?ysclid=mihm3353i8756350955 (дата обращения: 24.112025).

[3] Очень важная психологическая задача: как показывать Великую Отечественную и гражданскую современной молодёжи, для которой они, как свидетельствуют опросы, если и не троянская, то первая мировая.

[4] Например, этой тематикой на факультете психологии МГУ на кафедрах психологии личности и социальной психологии никто не занимается. В мою бытность студентом в конце 70-х, начале 80-х не было спецкурсов по психологии больших групп и психологической войне, хотя в интеллектуальных центрах Вашингтона и Лондона эта тема разрабатывалась с конца 40-х гг. XX века.

2. Девушками дыры в авиации не затыкали. Что не так с фильмом «Воздух»? // URL: https://aif.ru/culture/movie/devushkami_dyry_v_aviacii_ne_zatykali_chto_ne_tak_s_filmom_vozduh?ysclid=mihm6uacch813751135 (дата обращения: 24.112025).
3. *Сивачёв Н.В., Языков Е.Ф.* Новейшая история США 1917–1972 гг. — М.: Изд-во МГУ, 1972. — 334 с.
4. *Сондерс Ф.* ЦРУ и мир искусств. — М.: Кучково поле, 2020 — 416 с.
5. «Я тоже немножко знаком с историей»: Сталин объясняет Эйзенштейну, что «неправильно» в «Иване Грозном» // Кино-Театр.РУ. — URL: https://www.kino-teatr.ru/kino/art/kino/6132/ (дата обращения: 24.11.2025).
6. *Яновский М.И.* Психология воздействия кино на зрителя. — М.: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2011
7. The Real Reason They Don't Make Westerns Anymore // URL: https://www.looper.com/192132/the-real-reason-they-dont-make-westerns-anymore/ (дата обращения: 24.112025).
8. Why western movies became so unpopular in Hollywood // URL: https://screenrant.com/why-western-movies-stopped-being-popular-hollywood/ (дата обращения: 24.112025).

УДК 378.37.011

ТЕХНОАНТРОПООРИЕНТИРОВАННАЯ ПАРАДИГМА КАК НАУЧНАЯ ОСНОВА ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ДЛЯ ИННОВАЦИОННОЙ ЭКОНОМИКИ

Ткачева Ю.Г.,
кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры теории и практики перевода,
Луганский государственный педагогический университет, Луганск
yulia23255@yandex.ru

THE TECHNO-ANTHROPO-ORIENTED PARADIGM AS THE SCIENTIFIC BASIS OF PERSONNEL TRAINING FOR THE INNOVATIVE ECONOMY

Tkacheva Yu.G.,
PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of Translation Studies Department,
Lugansk State Pedagogical University, Lugansk
yulia23255@yandex.ru

Аннотация. В статье отмечается, что современный мир переживает фундаментальные сдвиги в ключевых сферах жизнедеятельности. Наблюдаемое движение к многополярности, поляризации ценностей и разрыву глобальных цепочек ведет к формированию новой архитектуры мира, ключевым фактором определения которой является переход к шестому технологическому укладу. В сложившихся реалиях новый технологический уклад позиционируется не просто как смена технологий, а как целостная экосистема, где ключевую роль играют наука и образование. Современный контекст стратегического развития России предполагает достижение технологического суверенитета на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, что в целом формирует новую сущность концепта «российской цивилизационной идентичности» и создает предпосылки для идеологического размежевания с коллективным Западом. Ответом России на стоящие вызовы стала скорректированная стратегия научно-технологического развития, нацеленная на создание «умной экономики» с полной технологической, кадровой и научной независимостью. Однако существующая система образования пережи-

вает системный кризис, поскольку не в полной мере соответствует потребностям цифровой эпохи, что актуализирует необходимость пересмотра образовательных парадигм. Для решения поставленных задач значительной функциональностью обладает техноантропоориентированная парадигма высшего образования, способствующая раскрытию потенциала личности, адаптации к реалиям усложняющегося мира, выработке индивидуальных жизненных траекторий, и предлагаемая автором в качестве мощной научной основы подготовки кадров для инновационной экономики.

Ключевые слова: эпоха разлома, шестой технологический уклад, умная экономика, кризис системы образования, пересмотр традиционных образовательных парадигм, техноантропоориентированная парадигма, технологический суверенитет.

Abstract. ***The article notes that the modern world is experiencing fundamental shifts in key*** areas of life. The observed movement towards multipolarity, the polarization of values and the disruption of global chains is leading to the formation of a new architecture of the world, the key factor in determining of which is the transition to the sixth technological order. In the current reality, the new technological order is positioned not just as a technology change, but as an integrated ecosystem where science and education play key role. The modern context of Russia's strategic development presupposes the achievement of technological sovereignty based on traditional Russian spiritual and moral values, which generally forms a new essence of the concept of «Russian civilizational identity» and creates prerequisites for ideological separation from the collective West. Russia's response to these challenges has been an adjusted strategy for scientific and technological development aimed at creating «smart economy» with full technological, personnel and scientific independence. However, the existing educational system is experiencing a systemic crisis, as it does not fully meet the needs of the digital age, which makes it necessary to revise educational paradigms. To solve the tasks set, the techno-anthropo-oriented paradigm of higher education has significant functionality, which helps to unlock the potential of the individual, adapt to the realities of a more complex world, develop individual life trajectories, and is proposed by the author as a powerful scientific basis for training personnel for an innovative economy.

Key words: the age of disruption, the sixth technological order, smart economy, the crisis of the education system, revision of traditional educational paradigms, the techno-anthropo-oriented paradigm, technological sovereignty.

Сегодня человечество живет в эпоху так называемого «разлома», которая характеризуется рядом фундаментальных трансформаций, затрагивающих одновременно несколько взаимос-

вязанных сфер. Если говорить о сфере геополитики, то после холодной войны отчетливо прослеживается тенденция к многополярности и отстаиванию странами исключительно собственных национальных интересов, что неизменно влечет за собой пересмотр необходимости пребывания в союзах «старой формации», и неизбежности примыкания к новым. В данном контексте нельзя оставить без внимания разлом, произошедший в глобальной социальной сфере, который отчетливо проявляется в обострении вопросов социокультурного неравенства, о чем свидетельствует наблюдаемая поляризация глобальной общественности по принципу национальной идентичности, духовно-моральных ценностей, собственных идеалов и правды. Современные глобальная экономическая и технологическая сферы сталкиваются с рядом необратимых изменений, поскольку прежде актуальные глобальные цепочки функционирования становятся уязвимыми, что в значительной степени осложняется процессами повсеместной цифровизации, которая не просто усугубляет уязвимости, а создает новые вызовы [6; 9].

Анализ фундаментальных сфер макровзаимодействия свидетельствует о том, что происходящий цивилизационный транзит станет результатом формирования новой архитектуры мира, в котором будут функционировать новые политические, экономические и социальные модели. Одной из таких моделей является шестой технологический уклад, контуры которого уже отчетливо вырисовываются в развивающихся странах. В широком понимании технологический уклад это целостна система технологий, которая развивается и сменяется волнообразно, двигая за собой всю цивилизацию, иными словами, это совокупность сопряженных производств, обладающих единым техническим уровнем и развивающихся синхронно; в связи с революцией в сфере технологий осуществляется переход от укладов более низких, к укладам более высоким, прогрессивным [5].

Обобщая вышеизложенное, можно утверждать, что переход человеческой цивилизации к новому технологическому укладу — это не только период пересборки самой логики нового мироустройства, выражающийся в неопределенности ключевых сфер функционирования, смене политических режимов и экономи-

ческих циклов, а прежде всего, период огромных возможностей для государств, которые смогут вовремя понять суть происходящего и адаптироваться к новой формирующейся реальности. Из этого следует, что именно технологии станут полем битвы за будущее, а государства, которые смогут лидировать в эпоху шестого технологического уклада, получат колоссальное стратегическое преимущество во многих ключевых направлениях [1; 8]. В этой связи реализацию нового технологического уклада мы видим не просто в смене технологий, а смене самой парадигмы развития человечества, в которой первое место отводится науке и образованию.

Рассмотренные трансформационные процессы, безусловно, требуют пересмотра устоявшихся ценностно-смысловых парадигм, концептуально-методологических основ, принципов и целей образования, поскольку информатизация, как один из двигателей нового технологического уклада изменила понимание сущности самого феномена «образование», а подготовка кадров новой формации уже сегодня актуализирует необходимость определения цели, содержания, конечного результата и системы ценностей, формируемых новой образовательной системой [2, с. 7].

В контексте вышеизложенного отметим, что Россия, будучи одной из ведущих экономик мира, является не пассивным наблюдателем, а ключевым драйвером и бенефициаром происходящих глобальных трансформационных процессов. В основу стратегического развития нашей страны положена исторически сложившаяся система ценностей, которая, представляет собой сложный сплав традиционных устоев, советского наследия и современных вызовов. Так, согласно Указу Президента РФ В.В. Путина от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей», в основе стратегического развития России лежат традиционные ценности, среди которых приоритетными являются: жизнь и достоинство человека, патриотизм и гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справед-

ливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России [10]. По нашему мнению, обозначенные Президентом ценности формируют возрожденный концепт «российской цивилизационной идентичности», который отражает официальный курс на консолидацию общества вокруг идеи «традиционных ценностей» как внутри страны, так и для позиционирования России на мировой арене в качестве отдельного, суверенного цивилизационного полюса.

Изучение положений указа Президента и перечисленных в нем ценностных установок и ориентиров также позволяет утверждать, что стратегическое развитие современной России основано на сильном идеологическом размежевании с коллективным Западом и попытке построить суверенную, самодостаточную цивилизационную модель на консервативно-державном ценностном базисе, где приоритет отдается суверенитету, традициям, стабильности и военно-политическому влиянию. Ценности модернизации, открытости, либеральной демократии и интеграции с Западом, которые доминировали в 199-е годы, были официально отвергнуты. Главным вызовом для долгосрочного развития России является поиск баланса между указанными консервативно-державными основами и необходимостью достижения технологического суверенитета и экономического прогресса. При этом укажем, что одним из мощных стимулов для модернизации экономики и активизации собственного научно-технического потенциала нашей страны стала начавшаяся в 2022 года СВО и обрушившийся за ней лавинообразный поток беспрецедентных санкций.

В качества отклика на поставленные вызовы и притязания коллективного Запада потеснить нашу страну с арены мировых лидеров Президент Российской Федерации В.В. Путин в своём послании Федеральному собранию РФ заявил, что правительство России скорректировало стратегию научно-технологического развития страны, обозначив приоритетные направления технологического суверенитета в сквозных сферах, что в целом позволит создать умную экономику, которая будет обладать полной, а не частичной технологической, кадровой и научной неза-

висимостью [3, с. 34]. Создание умной экономики в России тесно увязывается с необходимостью пересмотра существующих подходов к реализации образовательной деятельности и подготовке нового поколения кадров, способных работать в новых реалиях инновационной России и решать задачи нового технологического уклада.

Создание «умной экономики» в России и корректировка образовательной деятельности на предложенной Президентом основе, предполагающей реализацию потенциала каждого человека, развитие его талантов, воспитание патриотичной и социально ответственной личности — это комплексная задача, предполагающая нахождение конкретных решений в системе образования. Однако, существующая система образования также сталкивается с рядом сложных вызовов, продиктованных велениями времени, в силу чего не всегда способна идти в ногу с новыми технологиями.

Современная образовательная модель находимся в точке системного кризиса, и в сложившейся ситуации цифровизация выступает не просто внешним фактором, а катализатором, обнажающим несоответствие индустриальной системы образования потребностям постиндустриальной, цифровой эпохи [7, с. 113].

Анализ научных источников в сфере трансформации образовательных моделей и стандартов подготовки кадров нового технологического уклада (Т.М. Аминов, И.Д. Бегунов, Т.В. Вардуни, Л.В. Гринин, Ю.В. Гусарова, Т.Ю. Ломакина, А.П. Назаретян, Е.Ю. Ольховская, И.М. Осмоловская, Н.В. Панина и др.), свидетельствует о том, что на смену устоявшимся образовательным моделям приходят новые модели, отличающиеся большей гибкостью и комплексностью. Так, на смену знаниевой парадигме, предполагающей передачу и преумножение фундаментальных знаний, и парадигме прагматической, ориентированной на подготовку квалифицированного специалиста, обладающего всеми необходимыми компетенциями и навыками, чтобы быть востребованным на рынке труда приходит новая техноантропоориентированная парадигма высшего образования [11, с. 109].

В обобщенном понимании сущность указанной парадигмы заключается не просто в использовании технологий в обучении, а глубокой рефлексии того, как меняется сам человек, его мышление, мировоззренческая позиция, коммуникация, и как в сознании индивида выстраивается градация ценностей в условиях цифровой образовательной среды [4]. Такое понимание сущности рассматриваемой парадигмы высшего образования, позволяет утверждать, что технологии перестают быть просто инструментом и становятся частью культуры и контекстом полноценного существования личности.

Отличительными особенностями данной парадигмы являются антропоцентризм, проявление человека смыслосозидающего, формирование нового вида диалога, понимание технологии как культуры и техно-культурная функция [12].

В цепи взаимосвязанных принципов техноантропоориентированной парадигмы высшего образования антропоцентризм является главным системообразующим принципом, который отличает данную парадигму от чисто технологического подхода, поскольку цифровизация образования должна подчиняться целям человеческого развития, а не наоборот. Все технологические процессы, системы и артефакты создаются для пользования человеком, их ценность и смысл определяются не их внутренней логикой, а тем, как они служат человеческим целям, ценностям и потребностям. Следовательно, технология — это средство, а не цель, ввиду чего технологии должны усиливать человеческие качества, а не заменять их. Речь идет о том, чтобы человек не был пассивным «пользователем» системы, а активным ее участником, который может влиять на среду, критически ее оценивать и адаптировать под свои задачи.

Проявление человека смыслосозидающего расценивается в рамках данной образовательной парадигмы как идеальный образ будущего специалиста, который будет не просто «квалифицированным потребителем» цифровых услуг, а будет обладать помимо специфических профессиональных качеств и навыков еще и таким важным метанавыком как креативность, поскольку именно креативность — это, прежде всего, способность видеть новые возможности там, где другие видят только готовые ин-

струменты. Такая основа, в совокупности с использованием широкого цифрового инструментария создаст возможности не только для генерирования, но и внедрения нового знания и контента.

Формирование нового вида диалога в рамках исследуемой парадигмы предполагает не только иное восприятие роли преподавателя, который более не воспринимается как единственный источник знаний, но смену самой природы коммуникации в образовательном процессе, и включает переориентацию монолога на полилог, в котором практика взаимодействия в цифровой среде сама по себе становится культурным навыком, требующим формирования формировать.

Понимание технологии как культуры основывается на сочетании двух взаимосвязанных метанавыков таких как цифровая грамотность и цифровая культура. В данном сплаве грамотность — это умение пользоваться, а культура — это понимание принципов, истории, этических норм и последствий использования технологий, иными словами, способность быть не просто «носителем» (как носителем языка), но и «творцом» — то есть тем, кто осознанно формирует данную культуру своими действиями.

Техно-культурная функция нацелена на практическое воплощение парадигмы в образовательном процессе и позволяет применять ценностно-смысловые и цифровые культурно-инструментальные практики, что предоставляет возможность для развития культуры работы с информацией, культуры коллаборации, культуры самопрезентации и рефлексии.

Функциональность анализируемой парадигмы обусловлена интеграцией ряда специфических системных признаков, таких как ориентация индивида на образование через всю жизнь, доступность и гуманистическая направленность, развитие широкого спектра профессиональных и метанавыков, а также «4К компетенций» как основы формирования Т-образного профиля кадров нового поколения.

Таким образом, техноантропоориентированная парадигма высшего образования — это мощная научная основа включающая систему взглядов и принципов организации образовательного процесса, в центре которой находится человек как уникальная, целостная и динамично развивающаяся личность. В рамках

данной парадигмы использование современных технологий рассматривается как мощный инструмент для раскрытия потенциала личности, ее адаптации к реалиям усложняющегося мира, выработки индивидуальных жизненных траекторий, а также для подготовки кадров инновационной экономики.

Список литературы

1. *Ашилова М.С., Бегалинов А.С., Бегалинова К.К.* Философский дискурс образования в условиях глобализации и цифровизации // Педагогическое образование на Алтае. — 2022. — № 1. — С. 113–120.
2. *Глущенко В.В.* Теория технологических укладов: концептуальных трансформаций в работе университетов в период шестого технологического уклада // Norwegian Journal of Development of the International science. — 2020. — № 40(3). — С. 5–15.
3. *Коршунова С.А.* Современная студенческая молодежь как носитель человеческого капитала в цифровом обществе // Bulletin Social-Economic and Humanitarian Research. — 2023. — № 18(20). — С. 32–37.
4. *Леденева В.Ю.* Трансформация ценностных ориентаций студенческой молодежи в условиях цифровой реальности // Вестник Удмуртского университета. Социология. Политология. Международные отношения. — 2022. — Т. 6. — № 3. — С. 295–304.
5. *Максимова Е.А.* Научно-технологический уклад как контекст педагогических исследований // Балтийский гуманитарный журнал. — 2023. — № 1(42). — Т. 12. — С. 51–54.
6. *Осипов Г.В., Карепова С.Г., Климовицкий С.В., Некрасов С.В., Пинчук А.Н., Костоломова М.В., Попов М.Ю.* Новая социальная реальность: системообразующие факторы, безопасность и перспективы развития. Россия в техносоциальном пространстве: коллективная монография / под ред. Г.В. Осипова, С.Г. Кареповой, С.В. Некрасова, А.Н. Пинчук, Т.В. Гредневой. — М.; СПб.: Нестор-История, 2020. — 208 с.
7. *Пушкарёв Ю.В., Пушкарёва Е.А.* Факторы, определяющие развитие когнитивных способностей в условиях цифровизации процессов образования: обзор текущих исследований // Science for Education Today. — 2022. — № 6. — Т. 12. — С. 111–136.
8. *Сушко В.А.* Социологические подходы к исследованию цифровой по-

литики и роль государства в формировании цифровых процессов в обществе // Социология. — 2024. — № 6. — С. 87–97

9. *Сухарев О.С.* Технологический суверенитет России: формирование на базе развития сектора «Экономика знаний» // Вестник Института экономики Российской академии наук. — 2024. — № 1. — С. 47–64.
10. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» // ГАРАНТ. РУ. — 2025. — URL: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405579061/?ysclid=mhqsm0djsk541134285 (дата обращения 31.10.2025).
11. *Эмих Н.А., Фомина М.Н.* Специфика новой парадигмы высшего образования в условиях его цифровизации // Science for Education Today. — 2023. — Т. 13. — № 4. — С. 100–121.
12. *Botin L.* Some thoughts on the concept of the techno-anthropocene // Journal of Human Technology Relations. — 2023. — No 1 (1). — P. 1–5.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ПЕРСОНАЛА АТОМНОЙ ОТРАСЛИ, РАБОТАЮЩЕГО ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА

Фортунатова Л.И.,
кандидат психологических наук, доцент,
заведующий лабораторией,
«Государственный научный центр Российской Федерации —
Федеральный медицинский биофизический центр
имени А.И. Бурназяна» ФМБА России, Москва
fortunatova74@bk.ru
Зверева З.Ф.,
доктор медицинских наук, ведущий научный сотрудник
«Государственный научный центр Российской Федерации —
Федеральный медицинский биофизический центр
имени А.И. Бурназяна» ФМБА России, Москва
zvereva01@yandex.ru
Шлыгин В.В.,
младший научный сотрудник
«Государственный научный центр Российской Федерации —
Федеральный медицинский биофизический центр
имени А.И. Бурназяна» ФМБА России, Москва
Vladvas83@mail.ru

FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL STATE OF THE NUCLEAR INDUSTRY PERSONNEL WORKING ON A ROTATIONAL BASIS IN THE CONDITIONS OF THE FAR NORTH

Fortunatov L.I.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Laboratory,
“State Research Center of the Russian Federation —
Federal Medical Biophysical Center named after A.I. Burnazyan”
of the Federal Medical and Biological Agency of Russia, Moscow
fortunatova74@bk.ru

Z.F. Zvereva,
Doctor of Medical Sciences, Leading Researcher,
"State Research Center of the Russian Federation —
Federal Medical Biophysical Center named after A.I. Burnazyan"
of the Federal Medical and Biological Agency of Russia, Moscow
zvereva01@yandex.ru
V.V. Shlygin
Junior Researcher,
Federal State Budgetary Institution
"State Research Center of the Russian Federation —
Federal Medical Biophysical Center named after A.I. Burnazyan"
of the Federal Medical and Biological Agency of Russia, Moscow
Vladvas83@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются особенности психологического состояния персонала атомной отрасли, работающего вахтовым методом в условиях Крайнего Севера. Представлены результаты исследования по методикам «Самочувствие, активность, настроение», «Оценка нервно-психического напряжения», «Дифференциальная оценка состояний сниженной работоспособности» и опросника «Сбор жалоб на изменение своего состояния». Исследование показало, что с увеличением возраста респонденты демонстрируют более высокую устойчивость к факторам, вызывающим монотонию, психическое пресыщение и стресс. В то же время, отмечается обратная тенденция в отношении показателей активности, общего самочувствия и настроения. Сотрудники связывают ухудшение самочувствия и снижение качества жизни на вахте, прежде всего, с физическим дискомфортом, болевыми ощущениями различного характера, колебаниями настроения и общим чувством психоэмоционального напряжения. Также представлена субъективная оценка выраженности разнообразных внешних факторов, влияющих на качество жизни вахтовиков.

Ключевые слова: психологическое состояние, нервно-психическое напряжение, качество жизни, атомная отрасль, вахтовый метод труда, Крайний Север, Арктический регион.

Abstract. The article discusses the psychological state of personnel working in the nuclear industry on a rotational basis in the Far North. The results of a study using the «Self-Feeling, Activity, and Mood» questionnaire, the «Assessment of Mental Stress» questionnaire, the «Differential Assessment of Reduced Performance» questionnaire, and the «Complaints about Changes in One's Condition» questionnaire are presented. The study revealed that with increasing age, respondents demonstrate a higher

resistance to factors that cause monotony, mental exhaustion, and stress. However, there is a reverse trend in terms of activity, overall well-being, and mood. Employees associate the deterioration of their well-being and the decrease in their quality of life on duty primarily with physical discomfort, various types of pain, mood swings, and a general feeling of psychoemotional stress. The study also presents a subjective assessment of the severity of various external factors.

Key words: psychological state, mental stress, quality of life, nuclear industry, shift work, Far North, Arctic region.

В настоящее время, важнейшим критерием надёжности специалиста является способность адаптироваться к условиям профессиональной деятельности и безошибочно и эффективно выполнять свои рабочие обязанности [1; 5; 10; 14]. Вместе с тем, сложные или экстремальные условия среды выступают как факторы, повышающие риск развития нарушений адаптации. В наиболее выраженных формах эти нарушения могут обусловливать резкое снижение функциональных возможностей организма человека, что, в свою очередь, увеличивает вероятность возникновения аварий, вызванных человеческим фактором [4; 6–8; 15].

Согласно обзору литературных источников, посвящённых вопросам надёжности, установлено, что человеческие ошибки лежат в основе до 75% в авиации (В.В. Козлов, 2007), 80% в навигации (Liu et al, 2021) и 88% дорожно-транспортных инцидентов (МВД РФ, 2023). Также специалистами в области медицины было отмечено, что лишь 15% работников, причисляемых к категории «здоровых», демонстрируют высокий уровень профессиональной эффективности. Характерными чертами оставшейся части этой категории при решении рабочих задач являются ошибки различной частоты и интенсивности, быстрая утомляемость, повышенная восприимчивость к негативным профессиональным факторам и увеличенным риском развития патологий [3; 9; 12].

Следует подчеркнуть, что, несмотря на интенсивные научные и практические исследования, вопрос обеспечения надёжности специалистов, работающих в сложных климатогеографических условиях, по-прежнему остаётся крайне сложным и далёким

от окончательного решения. В контексте сказанного, изучение особенностей психологического состояния персонала атомной отрасли, работающего в Арктическом регионе, представляется безусловно актуальной задачей.

Целью исследования являлось изучение особенностей психологического состояния персонала атомной отрасли во время выполнения работ в Арктическом регионе Российской Федерации.

Материалы и методы. Объектом исследования являлся персонал атомной отрасли, привлекаемый для выполнения работ вахтовым методом в условиях Крайнего Севера (126 человек). Средний возраст работников 38,4 ± 7,9 лет, мужчины. Все обследованные находились в указанных условиях жизнедеятельности более 30 дней. Психологическое состояние изучалось с использованием диагностических методик: «Самочувствие, активность, настроение» В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошников (САН), «Оценка нервно-психического напряжения» Т.А. Немчин (НПН), «Дифференциальная оценка состояний сниженной работоспособности» А.Б. Леонова, С.Б. Величковская (ДОРС) и опросника «Сбор жалоб на изменение своего состояния» ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России. Материалы исследований анализировались с использованием программы STATISTICA v 13.0.

Результаты и обсуждение

Оценка текущего на вахте психологического состояния была выполнена с использованием методов САН и ДОРС.

Получившиеся средние значения по выборке, рассчитанные с учетом возрастного распределения респондентов представлены в табл. 1.

Как показывают представленные данные, средние значения по группам соответствуют нормативным диапазонам и демонстрируют минимальные различия. При этом, обобщенные результаты не позволяют в полной мере оценить специфику психологического состояния респондентов. Поэтому, для выявления индивидуальных особенностей мы провели более углубленный анализ данных с применением кластерного анализа (табл. 2).

Были определены три класса: низкий уровень психологического напряжения — $ПН_3$, средний уровень — $ПН_2$ и высокий уровень — $ПН_1$.

Таблица 1

Средние значения показателей по методикам САН и ДОРС

Показатель	≤ 36 лет, n = 32 M ± SD	37–46 лет, n =58 M ± SD	47 лет ≥, n = 36 M ± SD
САН			
Самочувствие	5,91 ± 0,69	5,7 ± 0,88	5,9 ± 0,75
Активность	5,43 ± 0,66	5,18 ± 0,85	5,21 ± 0,86
Настроение	5,7 ± 0,81	5,5 ± 0,89	5,69 ± 0,82
ДОРС			
Индекс утомления	14,42 ± 3,14	15,26 ± 3,67	15,72 ± 4,74
Индекс монотонии	17,1 ± 3,55	17,3 ± 3,31	17,1 ± 3,8
Индекс пресыщения	15,86 ± 3,8	14,33 ± 3,65	15,78 ± 5,82
Индекс стресса	17,32 ± 2,64	18,1 ± 2,73	17,86 ± 3,08

Таблица 2

Средние значения статистически значимых показателей по классам ПН

Показатель	$ПН_1$, M ± SD	$ПН_2$, M ± SD	$ПН_3$, M ± SD
ДОРС			
	n = 62	N = 48	N = 16
Возраст, лет	42,5 ± 5,0	38,1 ± 6,1	31,9 ± 4,5
Индекс монотонии, балл	15,78 ± 2,50*	18,27 ± 2,40***	23,83 ± 2,66***
Индекс пресыщения, балл	13,07 ± 2,17 *	15,98 ± 3,18 ***	24,00 ± 3,07***
Индекс стресса, балл	16,72 ± 1,53**	20,1 ± 2,8 *	19,33 ± 1,97**
Индекс утомления, балл	16,50 ± 2,68*	18,90 ± 2,82**	13,16 ± 2,17*

Показатель	ПН$_1$, M ± SD	ПН$_2$, M ± SD	ПН$_3$, M ± SD
САН			
	n = 17	n = 49	n = 60
Возраст, лет	31,6 ± 5,8	37,8 ± 3,6	42,0 ± 4,2
Активность, балл	5,79 ± 0,43	5,10 ± 0,47***	3,80 ± 0,56***
Настроение, балл	6,39 ± 0,34*	5,27 ± 0,46**	4,62 ± 0,64***
Самочувствие, балл	6,40 ± 0,36*	5,71 ± 0,42*	4,33 ± 0,78***

Примечание: * $p < 0,5$;
** $p < 0,01$;
*** $p < 0,001$.

Наблюдается отчётливая закономерность: с увеличением возраста и стажа работы респонденты демонстрируют повышенную устойчивость к монотонным условиям, психическому пресыщению и стрессовым ситуациям. Однако, параллельно с этим, наблюдается негативная динамика в показателях активности, общего самочувствия и настроения, которые с возрастом имеют тенденцию к снижению, а утомления к повышению значений. Данные результаты подтверждают выводы, полученные и описанные в статье Кузьминым Д.А. и Кочневым В.А.[1].

Полученные данные позволяют предположить, что с увеличением возраста у сотрудников возрастает способность к саморегуляции, самоконтролю и большей эмоциональной устойчивости. Данные изменения проявляются в более успешной адаптации к профессиональным задачам и в умении управлять своим состоянием в сложных ситуациях.

Кроме того, опыт и практические навыки сотрудников старшего возраста позволяют им более успешно решать повседнев-

[1] *Кузьмин Д.А., Кочнев В.А.* Динамика психологической составляющей функционального состояния сотрудников, выполняющих длительные работы в Арктической зоне // Цивилизационные аспекты развития Арктических регионов России: материалы VI научно-практической конференции (12 декабря 2024 г.): сборник статей / отв. ред. М.А. Булавина, В.И. Герасимов, Т.В. Сичкарь. — М.: Изд. дом «УМЦ», 2025. — С. 68–83.

ные задачи и бытовые вопросы. Это, в свою очередь, уменьшает психологическую и депривационную нагрузку, особенно актуальные в суровых условиях Арктического региона. Способность к планированию, организации отдыха и рациональному распределению ресурсов, а также развитая коммуникация с коллегами, дополнительно способствуют снижению стрессовых состояний.

Однако, физиологические изменения, связанные с возрастом, а также снижение социальной и физической активности вне работы, оказывают интегральное негативное влияние на общее самочувствие и энергичность данных сотрудников.

Любопытным наблюдением явилось то, что участники исследования, отнесённые ко второй категории (с умеренным психологическим напряжением, $ПН_2$), продемонстрировали более выраженные показатели по шкалам стресса и утомления, нежели сотрудники из третьей категории (с высоким психологическим напряжением, $ПН_3$). Например, средний балл по шкале стресса для второй категории составил 20,1, в то время как для третьей категории этот показатель был равен 19,33. Схожая тенденция прослеживалась и в отношении уровня утомления: 18,9 баллов у $ПН_2$ против 13,16 баллов у $ПН_3$. Полученные результаты согласуются с данными, представленными в статье по методике НПН. Мы связываем это с возросшей рабочей нагрузкой и степенью ответственности, вызванной тем, что многие представители этой возрастной категории участвуют в выполнении задач в роли недавно назначенных руководителей.

По результатам исследования воздействия параметров на процесс кластеризации, были определены ключевые показатели, оказывающие существенное влияние на степень адекватности полученной группировки данных (табл. 3).

Анализ данных показывает, что наибольшее влияние на формирование кластеров оказывает индекс пресыщения (значение 1,13). За ним следуют показатели самочувствия (1), уровня активности (0,99), индекса монотонности (0,98) и настроения (0,9). Следовательно, все параметры, измеряемые методикой САН, играют важную роль в определении уровня психологической адаптации и могут служить веским аргументом для обязатель-

ного использования этой методики при оценке психологического состояния во время трудовой деятельности вахтовиков.

Таблица 3

Влияние признаков на кластеризацию

Показатель	feature importance
Индекс пресыщения, балл	1,130231
Самочувствие, балл	1,004639
Активность, балл	0,993169
Индекс монотонии, балл	0,986408
Настроение, балл	0,901895

Исследование оценки частоты и выраженности признаков нервно-психического напряжения (НП напряжения), под которым понимается психическое состояние, обусловленное предвосхищением неблагоприятного для субъекта развития событий, сопровождающееся ощущением общего дискомфорта, тревоги, страха и включает в себя готовность овладеть ситуацией и действовать в ней определённым образом, проводилось с использованием опросника НПН.

В таблице 4 приведены средние показатели (M ± SD) по возрасту и уровню НП напряжения для всей выборки, а также отдельно для групп исполнителей (И) и руководителей (Р). Для статистической проверки различий между группами применялся t-тест.

Таблица 4

Средние значения и анализ различий по методике НПН

Переменная	Вся выборка M ± SD	И (n = 105) M ± SD	Р (n = 21) M ± SD	p-value
Возраст	38,4 ± 7,9	36,83 ± 9,99	46,39 ± 6,52	$p < 0{,}001$
НП напряжение	33,67 ± 3,91	34,00 ± 4,22	32,94 ± 3,11	0,293

Результаты исследования показывают, что группа руководителей значительно старше группы исполнительного персонала. Средний возраст руководителей составляет 46,4 года, в то время как средний возраст исполнительного персонала равен 36,8 лет. Несмотря на существенную разницу в возрасте, уровень НП напряжения в обеих группах не продемонстрировал статистически значимых различий. Средний уровень напряжения оказался схожим, с $p = 0{,}293$, что превышает критическое значение 0,05. Это указывает на отсутствие статистически значимой связи между возрастом и уровнем НП напряжения в исследуемых группах.

Полученные данные позволяют предположить, что профессиональный опыт и накопленные знания, ассоциируемые с более зрелым возрастом руководителей, способствуют понижению уровня психологического напряжения. Также, нельзя исключать влияние факторов, не учтенных в данном исследовании, таких как специфика занимаемой должности, личностные особенности, а также поддержка со стороны коллег и руководства.

Исследование распределения характеристик НП напряжения (рис. 1) позволило обнаружить следующие закономерности: основная часть сотрудников (66%) указала на наличие не более четырёх показателей, свидетельствующих об умеренных изменениях в психологическом и функциональном состоянии. Четверть сотрудников (24%) сообщили о более чем четырёх слабо выраженных признака, а также на наличие до двух негативных изменений. Меньшинство (10%) отметили разнообразные проявления выраженного ухудшения самочувствия.

Результаты анализа распределения показателей указывают на преобладание умеренного напряжения у большинства сотрудников. Это свидетельствует об общем благополучии коллектива и эффективности применяемых мер по сохранению психологического здоровья. Однако, наличие группы вахтовиков, отмечающих выраженные негативные изменения, является важным источником информации, требующим внимания руководителей и специалистов-психологов.

Кроме того, у участников исследования были отмечены выраженные позитивные изменения в эмоциональной и когнитивной сферах (21%), которые свидетельствуют об активации симпати-

ческой нервной системы, а также являются маркером мобилизации регуляторных механизмов организма и готовности к действию.

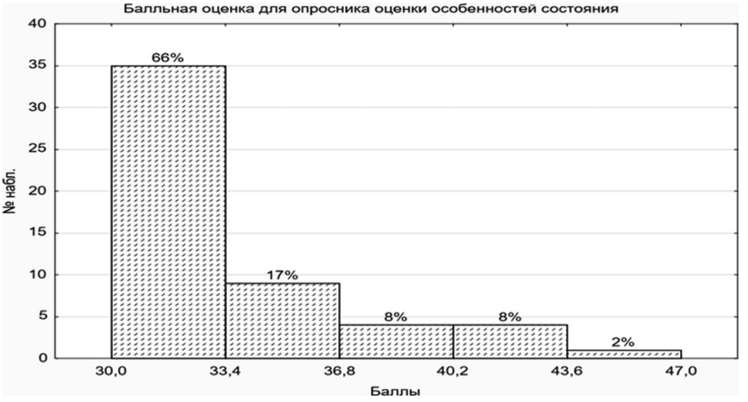

Рис. 1. Распределение балльной оценки характеристик нервно-психического напряжения (рисунок автора)

На графике (рис. 2) показаны частота встречаемости выборов, связанных с дискомфортом участников исследования.

Рис. 2. Частота встречаемости выборов субъективных изменений, связанных с жалобами специалистов (рисунок автора)

Сотрудники связывают ухудшение самочувствия и снижение качества жизни на вахте, прежде всего, с физическим дискомфортом (32,4%), болевыми ощущениями различного характера (25,6%), колебаниями настроения (24,2%) и общим чувством напряжения (22,9%). Повышенная чувствительность к внешним раздражителям и позитивный настрой, отмеченный сотрудниками, могут указывать на начальную стадию НП напряжения, которое, как правило, связано с рабочими моментами, и при достаточном количестве функциональных резервов организма исчезает после небольшого периода качественного восстановления.

Снижение качества жизни по одному или нескольким признакам в целом по выборке (n = 126, 100%) отметили 41 (32,5%) человек. На рисунке 3 показано распределение по возрастным группам сотрудников, отметивших для себя ухудшение качества жизни на вахте (n = 41, 100%).

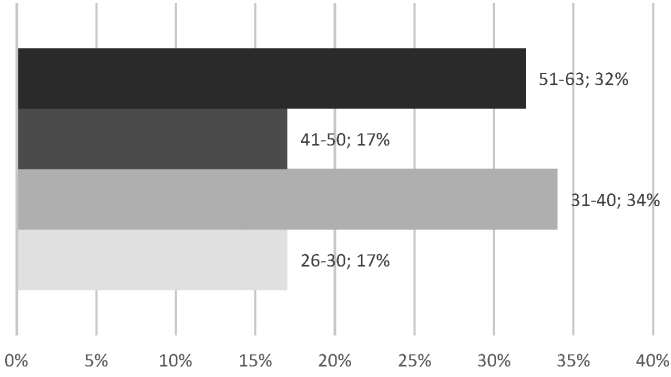

Рис. 3. Процентное распределение сотрудников по возрастным категориям, отметивших у себя признаки ухудшения качества жизни (рисунок автора)

Среди тех, кто сообщил о снижении самочувствия и работоспособности самая большая доля приходится на возрастную группу 31–40 лет (14 человек, 34%). Группа 51–63 лет представлена в меньшей степени (13 человек, 32%), а показатели у двух групп — 26–30 и 41–50 лет совпадают (7 человек, 17%).

Полученные результаты обусловлены комплексом причин:

— сотрудники в возрасте 26–30 лет демонстрируют отличную психологическую адаптацию благодаря своему крепкому здоровью и высоким функциональным возможностям;
— сотрудники в возрасте 31–40 лет, чаще назначаемые на руководящие должности начального и среднего звена, испытывают повышенное организационное напряжение. Кроме того, возникают затруднения в процессе профессиональной и функциональной адаптации, что обусловлено увеличением предъявляемых требований;
— сотрудники в возрасте 41–50 лет благодаря своему значительному профессиональному опыту, демонстрируют высокий уровень профессиональной успешности и компетентности. Это позволяет им выполнять свои обязанности с меньшими психологическими и психофизиологическими затратами, что, в свою очередь снижает риск развития дезадаптивных состояний;
— у сотрудников в возрасте от 51 до 63 лет отмечается повышенный уровень НП напряжения, что связано с естественными возрастными изменениями, влияющими на состояние здоровья и общую работоспособность.

Субъективная оценка частоты и выраженности влияния внешних факторов на качество жизни вахтовиков, изучалась с использованием опросника «Сбор жалоб на изменение своего состояния», который является авторской разработкой специалистов ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России и предназначен для самооценки выраженности 28 признаков, характеризующих те изменения, факторы или состояния, которые появились у работников на вахте и доставляют им дискомфорт. При заполнении опросника персонал не был ограничен в количестве выборов и мог отмечать все актуальные для себя стрессоры и состояния.

В таблице 5 представлена информация о факторах, получивших наибольшее количество выборов.

В первую очередь, следует отметить одышку, которая, наряду с нарушением светового режима (полярные день/ночь) и нарушениями сна, занимают центральное место в списке субъ-

ективных негативных ощущений. Полученные нами данные согласуются с информацией, изложенной в ряде научных работ [2; 11; 13].

Таблица 5

Ранжированные по частоте выбора негативные факторы или состояния, которые наиболее часто появляются на вахте, в %

Содержание вопроса	Частота выбора
Одышка	39,1
Световой режим (полярные день/ночь)	38,8
Нарушения сна (сонливость, бессонница, прерывистый сон)	34,9
Сужение круга общения	32,4
Ограниченность перемещений, свободы	28,5
Смена отдыха	22,9
Скука, апатия	16,5
Температура окружающей среды (на рабочем месте)	16,2
Перемены, связанные с режимом дня	14,1
Изменения условий проживания	13,5
Изменения аппетита, сопровождающиеся значительной потерей или приобретением веса, проблемы с кишечником	12,7
Волнение, напряжение, плохое настроение	12,4

Также мы зафиксировали различные изменения, связанные с окружающей средой и социально-бытовыми условиями. В Арктических регионах удалённость и изолированность территорий (географическая, информационная и социальная) оказывают существенное воздействие на социальные и психологические аспекты жизни вахтового персонала, являясь одним из ключевых факторов, определяющих специфику их деятельности и быта. Это связано с тем, что они лишены привычных для них связей, интересов и повседневных занятий, что влечёт за собой дефицит афферентных и перцептивных стимулов, критически важных для адекватной нейронной активности.

Суровые климатические условия и социально-бытовые трудности только усиливают эту однообразность, значительно ограничивая привычную активность сотрудников. Отрицательные физиологические и эмоциональные изменения в самочувствии, зафиксированные в ходе обследования, связаны именно с этими особенностями жизнедеятельности.

Выводы

1. С увеличением возраста респонденты демонстрируют более высокую устойчивость к факторам, вызывающим монотонию, психическое пресыщение и стресс. В то же время, отмечается обратная тенденция в отношении показателей активности, общего самочувствия и настроения, которые с увеличением возраста имеют тенденцию к ухудшению.
2. Сотрудники связывают ухудшение самочувствия и снижение качества жизни на вахте, прежде всего, с физическим дискомфортом (32,4%), болевыми ощущениями различного характера (25,6%), колебаниями настроения (24,2%) и общим чувством психоэмоционального напряжения (22,9%).
3. В целом, снижение качества жизни отметили у себя 32,5% участника исследования. Из них, самой многочисленной группой были представлены сотрудники в возрасте 31–40 лет (34%).
4. Среди основных негативных факторов, влияющих на самочувствие, респонденты чаще всего отмечали одышку. Кроме того, к числу наиболее значимых проблем были отнесены нарушения светового режима (связанные с полярной сменой дня и ночи) и расстройства сна. Таки образом специфика природной среды и социальных условий Арктики обуславливает особенности адаптации человека к работе в этом регионе.

Список литературы

1. *Алексеев Д.Е.* Функциональная надежность как междисциплинарная проблема, ее место в системе обеспечения надежности специалиста // Психология и педагогика служебной деятельности. — 2016. — № 2. — С. 9–12.

2. *Алексеенкова Е.Г.* Личность в условиях психической депривации: учебное пособие. — СПб.: «Питер», 2009. — (Учебное пособие (Питер). — 96 с.
3. *Буйнов Л.Г., Соловьев А.В.* Психофизиологическая адаптация человека к укачиванию // Российская оториноларингология. — 2013. — № 6(67) — С. 16–19.
4. *Бухтияров И.В., Бобров А.Ф., Денисов Э.И., Еремин А.Л., Курьеров Н.Н., Лосик Т.К., Почтарева Е.С., Прокопенко Л.В., Рыбаков И.А., Степанян И.В., Фесенко М.А., Чесалин П.В.* Методы оценки профессионального риска и их информационное обеспечение // Гигиена и санитария. — 2019. — № 98(12). — С. 1327–1330.
5. *Бушманов А.Ю., Калинина М.Ю., Щебланов В.Ю., Седин В.И., Бобров А.Ф., Фортунатова Л.И.* Функциональная надежность в системе медико-психофизиологического обеспечения работников объектов использования атомной энергии: монография. — М.: ФМБЦ им. А.И. Бурназяна, 2022. — 92 с.
6. *Гаенко В.П.* Безопасность технических систем. Методологические аспекты теории и методы анализа и управления безопасность: монография / В.П. Гаенко, В.Е. Костюков, В.Н. Фомченко. — Саров: РФЯЦ-ВНИИЭФ, 2020. — 329 с.
7. *Гершгорин В.С.* Человеческий фактор и культура безопасности в производственной деятельности: монография / В.С. Гершгорин, Л.П. Петухова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Кемеров. гос. ун-т, Новокузнец. ин-т (фил.). — Новокузнецк: НФИ КемГУ, 2016. — 447 с.
8. *Завалова Н.Д., Пономаренко В.А.* Психические состояния человека в особых условиях деятельности // Психологический журнал. — 1983, ноябрь-декабрь. — Т. 4. — № 6. — С. 92–106.
9. *Зибарев Е.В., Бухтияров И.В., Кравченко О.К., Астанин П.А.* Разработка новой концепции оценки напряженности труда пилотов гражданской авиации // Анализ риска здоровью. — 2022. — № 2. — С. 73–90.
10. *Леонова А.Б., Кузнецова А.С.* Функциональные состояния и работоспособность человека в профессиональной деятельности // Психология труда, инженерная психология эргономика / под ред. Е.А. Климова и др. — М: Юрайт, 2015. — (глава 13). — С. 319–346.
11. *Панов А.Г., Лобзин В.С.* Некоторые неврологические проблемы космической медицины // Космическая биология и медицина. — 1968. — № 4. — 501 с.

12. *Погодин Ю.И.* Психофизиология профессиональной деятельности / Ю.И. Погодин, А.А. Боченков. — М., 2007. — 280 с.
13. *Слоним А.Д.* Адаптация человека и животных в эксперименте и в условиях Севера // Проблемы биоклиматологии и климатофизиологии. — Новосибирск, 1970. — С. 150–155.
14. *Талашманова К.А.* К проблеме понимания профессиональной надежности субъекта // Человеческий капитал. — 2020. — № 3(135). — С. 239–245.
15. *Ушаков И.Б.* Методологические аспекты динамического контроля функциональных состояний операторов опасных профессий / И.Б. Ушаков, А.В. Богомолов, Ю.А. Кукушкин // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. — 2010. — №4. — Ч. 2. — С. 7–12.

УДК 37.011

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СТУДЕНТОВ В ЦИФРОВОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Ходжамаммедов М.М.,
Преподаватель кафедры информационных технологий,
Государственный энергетический институт Туркменистана, Мары
mekanhoja2021@gmail.com
Хайыдович Б.Г.,
студент,
Государственный энергетический институт Туркменистана, Мары

VALUE ORIENTATIONS OF STUDENTS IN THE DIGITAL EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Hojamammedov M.M.,
Lecturer, Department of Information Technologies,
State Energy Institute of Turkmenistan, Mary
mekanhoja2021@gmail.com
Khayydovich B.G.,
Student,
State Energy Institute of Turkmenistan, Mary

Аннотация. Современный этап развития высшего образования характеризуется активным внедрением цифровых технологий, что оказывает значительное влияние на формирование ценностных ориентиров студентов. Цифровизация образовательной среды трансформирует не только формы и методы обучения, но и систему жизненных приоритетов личности. В статье рассматриваются особенности изменения ценностных установок студентов под воздействием информатизации, выявляются ключевые тенденции и факторы, определяющие характер этих трансформаций. Особое внимание уделяется роли преподавателя и цифровой культуры в процессе формирования ценностных ориентаций личности обучающихся.

Ключевые слова: цифровизация образования, ценности, ценностные ориентации, студенты, образовательная среда.

Abstract. The modern stage of higher education development is characterized by the active implementation of digital technologies, which significantly affects the formation of students' value orientations. The digitalization of the educational environment

transforms not only the forms and methods of learning but also the system of personal life priorities. The article examines the peculiarities of changing students' value orientations under the influence of informatization and identifies key trends and factors determining the nature of these transformations. Special attention is paid to the role of teachers and digital culture in shaping students' value orientations.

Key words: digitalization of education, values, value orientations, students, educational environment.

Современное общество переживает масштабные изменения, обусловленные цифровой трансформацией всех сфер человеческой деятельности. Сфера образования не является исключением: цифровизация проникает во все уровни и направления учебного процесса, изменяя формы взаимодействия преподавателя и студента, способы получения и обработки информации, а также структуру образовательных ценностей.

В этих условиях особую значимость приобретает проблема формирования ценностных ориентиров студентов, которые определяют их мировоззрение, отношение к учебной деятельности, будущей профессии и обществу в целом.

Актуальность данного исследования заключается в необходимости осмысления того, как цифровая образовательная среда влияет на ценностно-смысловую сферу личности обучающихся, способствует ли она сохранению традиционных гуманистических идеалов или, напротив, формирует новые приоритеты и поведенческие модели.

Проблема ценностных ориентаций личности является одной из центральных в философии, психологии и педагогике. В отечественной науке она получила развитие в трудах Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейна, В.А. Ядова, которые рассматривали ценностные ориентации как систему устойчивых мотивов и установок, определяющих жизненную позицию человека. По мнению Л.И. Божович, ценностные ориентации выполняют функцию смыслообразования, то есть задают направление деятельности личности и позволяют осмысливать собственный опыт в категориях добра, долга и ответственности.

С точки зрения педагогики, формирование ценностных ориентиров представляет собой целенаправленный процесс воспи-

тательного воздействия, направленного на развитие внутренней системы убеждений, моральных принципов и жизненных смыслов обучающихся. Этот процесс тесно связан с социальной средой, культурными традициями, образовательными практиками и межличностными отношениями в учебном коллективе.

В условиях информатизации образования происходит значительное преобразование среды, в которой формируется личность студента. Цифровые технологии становятся не просто инструментом обучения, а полноценным элементом культурного и коммуникативного пространства. Интернет, социальные сети, онлайн-платформы создают новую реальность, где студенты получают неограниченный доступ к информации, общаются, самоутверждаются и реализуют свои интересы. Однако вместе с тем возникают риски поверхностного восприятия, снижения критического мышления и утраты традиционных ценностей.

Современные исследователи (Е.В. Бондаревская, И.В. Роберт, А.Г. Асмолов) подчеркивают необходимость формирования цифровой культуры личности, которая включает не только технологические навыки, но и осознанное, этически ответственное использование цифровых ресурсов. Цифровая культура предполагает развитие критического мышления, медиаграмотности, коммуникативной этики, а также готовности к саморазвитию и саморегуляции в онлайн-пространстве.

Таким образом, теоретической основой формирования ценностных ориентиров студентов в цифровой образовательной среде является сочетание гуманистического подхода (ориентация на развитие личности) и информационно-коммуникативного подхода, акцентирующего внимание на новых формах взаимодействия человека с информационной средой.

Именно интеграция этих подходов позволяет обеспечить целостное понимание процесса воспитания и образования в эпоху цифровизации.

Современные студенты принадлежат к поколению, выросшему в эпоху активного развития информационных технологий. Для них цифровая среда является естественным пространством социализации, коммуникации и самоопределения. Это определяет специфику формирования их ценностных ориентиров, ко-

торые во многом опосредованы виртуальными формами взаимодействия и цифровыми источниками информации.

Одной из ключевых особенностей является изменение характера межличностного общения. Если раньше процесс воспитания и формирования ценностей происходил преимущественно через живое взаимодействие с педагогом и сверстниками, то в цифровой среде коммуникация все чаще осуществляется через электронные платформы и социальные сети. Это расширяет границы общения, но в то же время ослабляет эмоциональный компонент и глубину межличностных связей. В результате у студентов может формироваться поверхностное восприятие социальных норм и моральных ориентиров.

Второй особенностью является многообразие и противоречивость информационного пространства. Студенты ежедневно сталкиваются с огромным потоком данных, среди которых наряду с образовательным контентом присутствует и деструктивная информация, влияющая на их мировоззрение и систему ценностей. Поэтому особую роль приобретает развитие информационно-критического мышления, позволяющего отбирать, анализировать и интерпретировать информацию с позиции нравственных и гуманистических принципов.

Третья особенность связана с индивидуализацией образовательного процесса. Цифровизация предоставляет студентам возможность самостоятельно выбирать траектории обучения, способы получения знаний и формы саморазвития. С одной стороны, это способствует формированию ответственности и самодисциплины, а с другой — усиливает риск потребительского отношения к образованию, когда знания воспринимаются лишь как инструмент личной выгоды, а не как средство духовного и культурного роста.

Кроме того, формирование ценностных ориентиров в цифровой среде зависит от уровня цифровой компетентности преподавателей, их способности сочетать технологические инструменты с личностно-ориентированным подходом. Преподаватель в этих условиях становится не только источником знаний, но и навигатором в мире информации, наставником в вопросах нравственного выбора и этического поведения в сети.

Особое значение имеет также психологический климат образовательного пространства. В цифровой среде важно сохранять элементы живого общения, сотрудничества и поддержки, поскольку именно они формируют у студентов чувство принадлежности, ответственности и уважения к другим людям. Без этих элементов невозможно полноценное развитие личностных ценностей и смыслов.

Таким образом, формирование ценностных ориентиров студентов в цифровой образовательной среде представляет собой сложный, многоуровневый процесс, в котором сочетаются педагогические, психологические и технологические факторы. Успех этого процесса во многом зависит от способности образовательных учреждений создавать условия для гармоничного сочетания цифровых технологий и гуманистических принципов воспитания.

Цифровизация образовательного процесса оказывает многогранное влияние на психологическое развитие студентов и педагогическую практику. Прежде всего, она изменяет способы восприятия информации, что сказывается на когнитивной, эмоциональной и мотивационной сферах личности обучающихся.

1. Когнитивные аспекты

Использование цифровых платформ способствует развитию информационно-аналитических навыков, умения быстро находить, обрабатывать и применять данные. Однако при этом возрастает риск поверхностного усвоения знаний, так как студенты могут ограничиваться фрагментарной информацией без глубокого осмысления. Это требует от преподавателя разработки стратегий, направленных на формирование критического мышления и способности синтезировать знания в целостную картину.

2. Эмоциональные аспекты

Цифровая среда трансформирует эмоциональные реакции студентов. Отсутствие живого контакта с преподавателем и сверстниками может снижать уровень эмпатии, ощущение со-

циальной поддержки и чувство коллективной ответственности. В то же время современные онлайн-инструменты (видеоконференции, форумы, виртуальные лаборатории) создают новые формы взаимодействия и эмоциональной вовлеченности, если используются грамотно.

3. Мотивационные аспекты

Цифровизация способствует формированию самостоятельной мотивации, так как студент получает возможность выбирать индивидуальные траектории обучения и самостоятельно управлять образовательным процессом. Одновременно существует опасность снижения внутренней мотивации, когда обучение воспринимается как выполнение формальных требований без осознания ценности знаний для личного и профессионального развития.

4. Роль преподавателя

Преподаватель в цифровой образовательной среде выступает не только носителем знаний, но и наставником по формированию ценностных ориентиров. Он должен способствовать развитию у студентов этической ответственности, критического мышления и умения интегрировать цифровые ресурсы с личностными и профессиональными ценностями.

5. Интеграция гуманистических и технологических подходов

Эффективная цифровизация образовательного процесса возможна только при интеграции гуманистического подхода (ориентация на личностное развитие) и технологического подхода (использование цифровых инструментов для обучения). Это обеспечивает сохранение высоких моральных стандартов, развитие социальной ответственности и формирование устойчивых ценностных ориентиров студентов.

В рамках исследования были проведены опросы и анкетирование студентов высших учебных заведений, активно использу-

ющих цифровые образовательные ресурсы: онлайн-платформы, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории и социальные сети. Целью исследования являлось выявление основных ценностных ориентиров студентов и их изменений под воздействием цифровизации.

1. Основные тенденции

Сдвиг в сторону индивидуализации

Большинство респондентов отметили, что цифровая среда способствует развитию самостоятельности и ответственности за собственное обучение. Студенты выбирают индивидуальные траектории и самостоятельно планируют образовательный процесс, что формирует ценность личной инициативы и самодисциплины.

Изменение отношений к коллективной деятельности

Одновременно наблюдается некоторое снижение значимости коллективных ценностей. Онлайн-взаимодействие заменяет живое общение, что влияет на чувство принадлежности к учебному коллективу. Это указывает на необходимость внедрения гибридных форм обучения, сочетающих онлайн- и оффлайн-взаимодействие.

Повышение информационной грамотности

Студенты демонстрируют высокий уровень цифровой компетентности, но при этом критическое мышление проявляется у меньшинства. Это подтверждает тезис о том, что цифровизация требует педагогической поддержки в развитии ценностно-смыслового восприятия информации.

Формирование новых ценностных приоритетов

Цифровая образовательная среда способствует формированию таких ценностей, как эффективность, мобильность, технологическая грамотность и самореализация. Традиционные гуманистические ориентиры (солидарность, моральная ответственность, коллективизм) сохраняются в меньшей степени и требуют целенаправленного педагогического сопровождения.

2. Психологические наблюдения

— Студенты, активно использующие социальные сети для учебных целей, чаще проявляют саморефлексию и осознанность.
— Чрезмерное увлечение онлайн-развлечениями снижает концентрацию и внимание к учебным задачам, что может приводить к поверхностному усвоению знаний.
— Эффективные преподаватели комбинируют цифровые технологии с личностно-ориентированными методиками, что повышает вовлеченность студентов и способствует формированию устойчивых ценностных ориентиров.

3. Выводы из обсуждения

Анализ данных подтверждает, что цифровизация образовательной среды кардинально трансформирует ценностные ориентиры студентов, формируя новые приоритеты, но не заменяя полностью традиционные. Основные вызовы заключаются в обеспечении гармоничного сочетания технологических возможностей и гуманистического воспитания. Необходима разработка методик цифрового обучения, интегрирующих формирование ценностных ориентиров, чтобы студенты сохраняли моральные и социальные ориентиры в условиях информационного перенасыщения.

1. Цифровая среда способствует индивидуализации обучения, развитию самостоятельности, самодисциплины и ответственности за результаты своей учебной деятельности.
2. Коллективные и традиционные гуманистические ценности в цифровой среде сохраняются в меньшей степени, что требует внедрения педагогических стратегий для их поддержки.
3. Информационно-критическое мышление и цифровая компетентность являются ключевыми факторами формирования устойчивых ценностных ориентиров в условиях информационного перенасыщения.

4. Роль преподавателя приобретает особую значимость: он становится наставником в области нравственного выбора, формирования этических норм и развития ценностной культуры студентов.
5. Гибридные формы обучения, сочетающие онлайн- и офлайн-методы, представляются наиболее эффективными для интеграции технологического и гуманистического подходов к образованию.

На основании результатов исследования можно сделать следующие рекомендации для образовательных учреждений.

— Разрабатывать программы цифрового обучения, учитывающие формирование ценностных ориентиров.
— Внедрять методики критического анализа информации, направленные на развитие этических и гуманистических ценностей.
— Поддерживать баланс между цифровыми технологиями и живым межличностным общением для сохранения социального и эмоционального компонента образовательного процесса.
— Повышать квалификацию преподавателей в области цифровой педагогики и цифровой культуры личности.

Таким образом, цифровизация образовательной среды не только трансформирует формы обучения, но и оказывает существенное влияние на ценностно-смысловую сферу студентов, формируя новые ориентиры и при этом требуя осознанного педагогического подхода. Применение интегрированного подхода, объединяющего технологические возможности и гуманистические принципы, позволит создать эффективную и гармоничную образовательную среду, способствующую всестороннему развитию личности.

Список литературы

1. *Ананьев Б.Г.* Психология личности. — М.: Педагогика, 1990.
2. *Божович Л.И.* Психология развития личности. — М.: Просвещение, 1980.
3. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2000.

4. *Ядов В.А.* Социальная психология личности. — М.: Наука, 1995.
5. *Бондаревская Е.В.* Цифровая культура личности: психолого-педагогические аспекты // Педагогика и психология. — 2010. — № 4. — С 23–31.
6. *Роберт И.В.* Влияние информационных технологий на формирование ценностных ориентиров студентов // Современное образование. — 2018. — № 6. — С 45–53.
7. *Асмолов А.Г.* Педагогическая психология: учебное пособие. — М.: Академия, 2005.
8. *Кузнецов С.А.* Цифровизация образования и новые модели обучения // Журнал образовательных инноваций. — 2021. — № 12(2). — С. 15–28.
9. *Петрова Н.И., Сидоров А.В.* Социальные сети как фактор формирования ценностей молодежи // Вестник социологии. — 2019. — № 11(3). — С. 101–114.
10. UNESCO. Digital Transformation in Education: Policy Guidelines. — Paris: UNESCO Publishing, 2020.

УДК 740

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ И СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В МЕНЯЮЩЕЙСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СРЕДЕ

Цветкова Д.О.,
зам. заведующего кафедрой психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
Безносиков Д.А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
lololyt999@mail.ru

COPING STRATEGIES AND SOCIAL ADAPTATION OF THE INDIVIDUAL IN A CHANGING PROFESSIONAL ENVIRONMENT

Tsvetkova D.O.,
Deputy Head of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
Lia51@mail.ru
Beznosikov D.A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
lololyt999@mail.ru

Аннотация. Исследование посвящено выявлению взаимосвязи между копинг-стратегиями и социальной адаптацией личности в современной профессиональной среде. В теоретической части рассмотрены основные подходы к пониманию социальной адаптации и механизмов совладания с трудностями, включая деятельностный, системный и когнитивно-поведенческий подходы, с акцентом на роль конструктивного копинга как ресурса адаптационного поведения. Эмпирическая часть представляет собой пилотажное исследование, проведённое на ограниченной выборке из 20 работающих студентов. Для оценки интегрального уровня включённости личности в профессиональную и социальную среду использовался «Опросник социальной адаптации» (адаптация А.К. Осницкого), а для измерения выраженности стратегий «решение проблем», «поиск социальной под-

держки» и «избегание» — «Индикатор копинг-стратегий» (адаптация Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского). Статистическая обработка данных проводилась с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Выявлены предварительные статистически значимые взаимосвязи между характером используемых копинг-стратегий и уровнем социальной адаптации в современной профессиональной среде, что подтверждает актуальность дальнейших исследований в данном направлении.

Ключевые слова: копинг-стратегии, социальная адаптация, профессиональная среда, стресс, индикатор копинг-стратегий, решение проблем, поиск социальной поддержки, избегание, психодиагностика, адаптационное поведение.

Abstract. The study is devoted to identifying the relationship between coping strategies and the social adaptation of an individual in the modern professional environment. The theoretical part considers the main approaches to understanding social adaptation and coping mechanisms, including activity-based, systems, and cognitive-behavioral approaches, with an emphasis on the role of constructive coping as a resource for adaptive behavior. The empirical part presents a pilot study conducted on a limited sample of 20 working students. The Social Adaptation Questionnaire (adapted by A.K. Osnitsky) was used to assess the integral level of an individual's involvement in the professional and social environment, and the Coping Strategy Indicator (adapted by N.A. Sirota and V.M. Yaltonsky) was used to measure the intensity of the "problem solving", "seeking social support" and "avoidance" strategies. Statistical data processing was performed using Spearman's rank correlation coefficient. Preliminary statistically significant correlations were found between the type of coping strategies used and the level of social adaptation in the modern professional environment, confirming the relevance of further research in this area.

Key words: coping strategies, social adaptation, professional environment, stress, coping strategy indicator, problem solving, seeking social support, avoidance, psychodiagnostics, adaptive behavior.

В современных условиях нестабильной социальной и экономической среды адаптация новых сотрудников в коллективе приобретает всё более важное значение. От того, насколько успешно человек входит в профессиональную и социальную среду, зависит его продуктивность, психологическая устойчивость и готовность к дальнейшему развитию в организации. В связи с этим актуальной задачей становится поиск и обоснование психологических факторов, способных оказывать влияние на уровень

социальной адаптации. Одним из таких факторов являются копинг-стратегии — поведенческие механизмы преодоления трудностей, которые человек использует в стрессовых или неопределённых ситуациях. Их анализ в контексте адаптации позволяет глубже понять индивидуальные особенности адаптационного процесса и наметить пути его поддержки. Следует отметить, что в современном меняющемся мире именно характер и эффективность используемых копинг-стратегий во многом определяют, насколько успешно специалист сможет встроиться в коллектив, принять нормы и ценности организации, а также сохранить психологическую устойчивость.

Кроме того, в постоянно меняющемся мире эффективность деятельности работника в организации во многом определяется не только его профессиональными навыками, но и способностью интегрироваться в социальную и организационную среду. Социальная адаптация выступает ключевым процессом, обеспечивающим вхождение личности в коллектив, освоение новых ролей и корпоративных ценностей, а также формирование устойчивых отношений с коллегами и руководством. Уровень адаптации определяет, насколько быстро сотрудник достигает продуктивности, формирует чувство принадлежности и снижает стресс, связанный с новыми условиями.

Классическое понимание адаптации имеется в работах Ж. Пиаже, который объяснял адаптацию как процесс, обеспечивающий равновесие между организмом и средой путем ассимиляции и аккомодации [10].

С точки зрения отечественных исследователей, таких как Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, адаптация включает не только приспособление к внешним условиям, но и активное преобразование среды с учетом индивидуальных особенностей субъекта. В этом контексте адаптация выступает как динамический процесс взаимного изменения как личности, так и среды ее существования [1; 6].

В современных концепциях подчеркивается, что социальная адаптация личности носит многоуровневый характер и затрагивает когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты. Как отмечает А.Я. Анцупов в своих работах, успешная адапта-

ция требует не только усвоения внешних требований, но и развития внутренних психологических ресурсов личности [2; 11].

Кроме того, в рамках синергетического подхода, изложенного в работе М.М. Басимова, социальная адаптация понимается как процесс самоорганизации личности в сложной и изменяющейся социальной среде. Это акцентирует внимание на способности индивида самостоятельно формировать эффективные стратегии взаимодействия с профессиональной средой [3; 4].

Современные зарубежные исследования (например, работы Р. Лазаруса и С. Фолкман) также подчёркивают, что адаптация — это не просто подчинение требованиям среды, а активный процесс выбора и реализации различных копинг-стратегий, направленных на снижение внутреннего напряжения и восстановление чувства контроля [5; 19–21].

Следует отметить, что социальная адаптация в профессиональной среде имеет ряд существенных особенностей по сравнению с социальной адаптацией в более широком смысле. В условиях профессиональной деятельности адаптация приобретает специфическую направленность, связанную с требованиями трудовой деятельности, нормами корпоративной культуры, ожиданиями коллектива и необходимостью выстраивания профессиональных коммуникаций [12; 22].

В частности, как подчёркивает Т.В. Разина в монографии «Психология научной деятельности в свете цивилизационного и метасистемного подходов» (2023), адаптация в профессиональной сфере предполагает не только освоение формальных правил и обязанностей, но и интеграцию в ценностно-нормативное пространство организации, что требует от личности более сложной рефлексивной работы [13].

Таким образом, успешная социальная адаптация сотрудников обусловлена взаимодействием внутренних личностных ресурсов, особенностей социального окружения и характера организационной среды.

Одним из важнейших механизмов, обеспечивающих успешную адаптацию личности в социальной среде, является использование копинг-стратегий. Под копинг-стратегиями (от англ. coping — справляться, преодолевать) понимаются совокупности

когнитивных, эмоциональных и поведенческих усилий, направленных на управление внутренними и внешними требованиями, воспринимаемыми как стрессовые или превышающие ресурсы человека [19–21].

Одной из классических моделей понимания копинга является концепция Р. Лазаруса и С. Фолкман. В их работах копинг трактуется как процесс, который развивается в ответ на стрессовую ситуацию и включает в себя как когнитивные оценки угрозы, так и поведенческие способы её преодоления. Лазарус и Фолкман выделили две основные функции копинга:

— преодоление проблемы (problem-focused coping), то есть действия, направленные на изменение стрессовой ситуации;
— регуляция эмоций (emotion-focused coping), то есть стратегии, направленные на ослабление эмоциональных последствий стрессора [18–21].

В отечественной психологии понятие копинга было разработано в русле исследований стрессоустойчивости и адаптационных процессов. В частности, Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский в адаптации методики «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана подчеркнули, что копинг представляет собой осознанные поведенческие и когнитивные усилия, ориентированные на преодоление трудностей повседневной жизни [7; 15; 16].

Д. Амирхан, автор оригинальной методики, определял копинг-стратегии как способы сознательной регуляции поведения при возникновении проблемных ситуаций. Им были выделены три базовые копинг-стратегии:

— решение проблем — активные действия, направленные на устранение причины стресса;
— поиск социальной поддержки — стремление получить помощь, совет или эмоциональную поддержку от окружающих;
— избегание — уход от осознания проблемы, отказ от активных действий [17].

Таким образом, копинг-стратегии представляют собой набор поведенческих и когнитивных реакций, которые позволяют личности адаптироваться к изменяющимся требованиям среды

и внутренним напряжениям. Их выбор зависит от особенностей ситуации, личностных характеристик индивида и доступных ресурсов.

В свете изложенного актуальной представляется задача эмпирического изучения взаимосвязи между характером используемых копинг-стратегий и уровнем социальной адаптации сотрудников в современной профессиональной среде. Это позволит не только проверить теоретические положения на конкретной выборке, но и разработать практические рекомендации для оптимизации адаптационных процессов в современных организациях.

Исследование было направлено на выявление взаимосвязей между особенностями используемых копинг-стратегий и уровнем социальной адаптации в современной профессиональной среде. Исходя из этого, в качестве гипотезы было выдвинуто предположение о существовании взаимосвязи между используемыми копинг-стратегиями и уровнем социальной адаптации сотрудников в современной профессиональной среде.

Для проверки выдвинутой гипотезы эмпирическая часть работы была реализована на базе Университета мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского (г. Москва). В исследовании приняли участие 20 респондентов, совмещающих обучение и профессиональную деятельность, со стажем работы от нескольких недель до четырёх лет. Возраст участников варьировался от 18 до 26 лет. В выборку вошли 12 мужчин и 8 женщин. Профессиональная принадлежность испытуемых охватывала такие сферы, как образование, информационные технологии, государственное и частное управление, а также предпринимательство.

Выборка носит характер пилотажного исследования и не претендует на статистическую репрезентативность. Вместе с тем её состав и структура позволяют выявить предварительные тенденции и получить показательные данные для анализа взаимосвязей между изучаемыми психологическими переменными.

Каждому участнику исследования были предложены два диагностических опросника, представленных в электронном формате:

1) опросник социальной адаптации (К. Роджерса и Р. Даймонда в адаптации А.К. Осницкого) — приложение 1 [8; 9];
2) индикатор копинг-стратегий (Д. Амирхана в адаптации А.Н. Сироты и В.М. Ялтонского) — приложение 2 [7].

Выбор методик обусловлен их высокой валидностью, надёжностью и соответствием целям настоящего исследования. Методика К. Роджерса и Р. Даймонда в адаптации А.К. Осницкого позволяет получить интегральный показатель уровня социальной адаптации, отражающий успешность включения личности в социальную и профессиональную среду.

Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (в адаптации Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского) обеспечивает комплексную диагностику индивидуальных способов преодоления трудностей, включая поведенческие, социальные и избегательные стратегии [7–9].

Совокупное использование данных методик даёт возможность не только количественно оценить адаптацию, но и понять, за счёт каких механизмов она реализуется.

Для анализа взаимосвязей между показателями методик использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена (R_S), позволяющий выявлять направление и степень связи между порядковыми переменными при отсутствии требования нормального распределения.

Выбор метода статистической обработки обусловлен особенностями исходных данных. Полученные результаты по обеим методикам — показатель «Адаптация» и копинг-стратегии — являются порядковыми переменными, а также не предполагается их нормальное распределение в генеральной совокупности. В связи с этим для анализа взаимосвязей между переменными был выбран коэффициент ранговой корреляции Спирмена (R_S), который позволяет оценить направление и силу связи между двумя переменными.

В рамках статистического анализа была исследована взаимосвязь между уровнем социальной адаптации и выраженностью следующих копинг-стратегий:

— решение проблем;
— поиск социальной поддержки;

— избегание проблем.

Для наглядности на рис. 1 приведены агрегированные показатели (среднее значение, стандартное отклонение, медиана, минимальное и максимальное значения) по каждому из исследуемых параметров. Такой формат представления данных позволяет отразить общее распределение показателей в выборке и избежать избыточной детализации, не влияющей на интерпретацию результатов корреляционного анализа.

	M	SD	Медиана	Min	Max
Адаптация	79.05	11.40	77.85	60.7	96.51
Решение проблем	23.50	3.03	23.00	18.0	30.00
Социальная поддержка	26.65	2.46	27.00	21.0	30.00
Избегание проблем	20.65	1.87	21.00	17.0	24.00

Рис. 1. Агрегированные показатели полученных данных (рисунок автора)

В результате расчетов получены следующие значения коэффициентов корреляции Спирмена:

1) $R_{s_1} = 0{,}496$.
2) $R_{s_2} = 0{,}502$.
3) $R_{s_3} = -0{,}591$.

Для оценки статистической значимости результатов они были сопоставлены с критическими значениями коэффициента корреляции Спирмена (Rкрит) при уровнях значимости $p = 0{,}05$ и $p = 0{,}01$ (рис. 2).

Критические значения коэффициента корреляции Спирмена (Rкрит) при $n = 20$ равны 0,57 при $p = 0{,}01$ и 0,45 при $p = 0{,}05$.

Сравнение полученных значений R_{s_1}, R_{s_2} и R_{s_3} с $R_{\text{крит}}$ позволило выявить следующее.

Во-первых, между показателями «Решение проблем» и «Адаптация» существует статистически значимая положи-

тельная взаимосвязь, так как $R_{s_1} = 0{,}496$ больше $R_{крит} = 0{,}45$ при уровне значимости $p = 0{,}05$.

Во-вторых, между показателями «Поиск социальной поддержки» и «Адаптация» существует статистически значимая положительная взаимосвязь, так как $R_{s_2} = 0{,}502$ больше $R_{крит} = 0{,}45$ при уровне значимости $p = 0.05$.

В-третьих, между показателями «Избегание проблем» и «Адаптация» существует статистически значимая обратная(отрицательная) взаимосвязь, так как $R_{s_3} = -0{,}591$ по модулю больше $R_{крит} = 0{,}57$ при уровне значимости $p = 0{,}01$.

n	*p*		*n*	*p*		*n*	*p*	
	0,05	**0,01**		**0.05**	**0,01**		**0.05**	**0.01**
5	0,94		17	0,48	0,62	29	0,37	0,48
6	0,85	—	18	0,47	0,60	30	0,36	0,47
7	0,78	0,94	19	0,46	0,58	31	0,36	0,46
8	0,72	0,88	20	0,45	0,57	32	0,36	0,45
9	0,68	0,83	21	0,44	0,56	33	0,34	0,45
10	0,64	0,79	22	0,43	0,54	34	0,34	0,44
11	0,61	0,76	23	0,42	0,53	35	0,33	0,43
12	0,58	0,73	24	0,41	0,52	36	0,33	0,43
13	0,56	0,70	25	0,49	0,51	37	0,33	0,43
14	0,54	0,68	26	0,39	0,50	38	0,32	0,41
15	0,52	0,66	27	0,38	0,49	39	0,32	0,41
16	0,50	0,64	28	0,38	0,48	40	0,31	0,40

Рис. 2. Таблица значений Rкрит [14]

На основании всего вышесказанного можно утверждать, что результаты пилотажного эмпирического исследования подтверждают гипотезу, сформулированную во введении: существует взаимосвязь между используемыми копинг-стратегиями и уровнем социальной адаптации сотрудников в современной профессиональной среде.

В частности:

— повышенные значения по шкале «Решение проблем» и «Поиск социальной поддержки» ассоциируются с более высоким уровнем адаптации,

— в то время как высокая выраженность стратегии «Избегание проблем» связана с пониженным уровнем адаптации.

Эти данные согласуются с теоретическими положениями о роли копинг-стратегий как поведенческих механизмов, влияющих на успешность социальной адаптации.

Использование активных, конструктивных стратегий (например, целенаправленного решения проблем и обращения к социальным ресурсам) способствует более эффективному вхождению в профессиональную среду и лучшему освоению норм коллективного взаимодействия.

С другой стороны, доминирование стратегии избегания может указывать на склонность к пассивному уходу от стрессовых ситуаций, внутреннему напряжению и снижению психологической включённости в коллектив, что, в свою очередь, затрудняет адаптационные процессы.

Учитывая пилотажный характер исследования, выявленные взаимосвязи следует рассматривать как предварительные; тем не менее, они отражают актуальные тенденции, характерные для меняющейся профессиональной среды, и могут служить основой для дальнейших исследований и разработки рекомендаций по поддержке адаптации сотрудников с различными копинг-стратегиями. Дальнейшие исследования в данной области целесообразно проводить на более объёмных и репрезентативных выборках, а также с использованием дополнительных методов оценки копинг-поведения и социальной адаптации, что позволит уточнить и расширить выявленные тенденции.

Список литературы

1. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания / Ленингр. ордена Ленина гос. ун-т им. А.А. Жданова, Фак. психологии. — Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. — 339 с.
2. *Анцупов А.Я.* Как избавиться от стресса. — М.: Проспект, 2015. — 244 с.

3. *Басимов М.М.* Исследование системы профессиональных качеств и требований в деятельности учителя при синергетическом подходе: монография / М.М. Басимов, И.В. Семчук, Л.Д. Сыркин. — М.: Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, 2022. — 256 с.
4. *Басимов М.М.* Природа статистических связей в психологии: монография. — М.: Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, 2023. — 516 с.
5. *Лазарус Р.* Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / под ред. Л. Леви. — Л.: Медицина, 1970.
6. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1975. — 304 с.
7. Методика «Индикатор копинг-стратегий» // psylab.info. — URL: https://clck.ru/3EuGRm (дата обращения: 25.04.2025).
8. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонд/Текст опросника // psylab.info. — URL: https://clck.ru/3Lhdvf (дата обращения: 25.04.2025).
9. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонд // psylab.info. — URL: https://clck.ru/3LhdpJ (дата обращения: 25.04.2025).
10. *Пиаже Ж.* Психология интеллекта. — СПб.: Питер, 2004. — 192 с.
11. Психология становления профессионала в деятельности, осуществляемой в особых условиях: монография / А.Я. Анцупов, А.Н. Глушко, С.Л. Кандыбович [и др.] ; под ред. Т.В. Разина. — М.: Институт мировых цивилизаций, 2023. — 292 с.
12. Психология труда: учебник для вузов / Е.А. Климов [и др.]; под редакцией Е.А. Климова, О.Г. Носковой. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2024. — 308 с.
13. *Разина Т.В.* Психология научной деятельности в свете цивилизационного и метасистемного подходов: монография. — М.: Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, 2023. — 258 с.
14. *Сидоренко Е.В.* Методы математической обработки в психологии. — СПб.: ООО «Речь», 2001. — 350 с.
15. *Сирота Н.А.* Копинг-поведение в подростковом возрасте: дис. ... д-ра мед. наук. — СПб., 1994. — 283С.
16. *Ялтонский В.М.* Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: дис. ... д-ра мед. наук. — СПб., 1995. — 396С.

17. *Amirkhan A.D.* A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator // Journal of Personality and Social Psychology. — 1990. — Vol. 59. — No 5. — P. 1066–1074.
18. *Coyne J.C., Lazarus R.S.* Cognitive style, stress perception and coping // Kutash I.L., Schlesinger L.B. (Eds.). Handbook on stress and anxiety. — 1980. — P. 144–158.
19. *Folkman S., Lazarus R., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen R.* Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes // Journal of Personality and Social Psychology. — 1986. — Vol. 50. — P. 992–1003.
20. *Folkman S., Lazarus R., Gruen R., DeLongis A.* Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms // Journal of Personality and Social Psychology. — 1986. — Vol. 50. — No 3. — P. 571–579.
21. *Folkman S., Lazarus .S.* Manual for the Ways of Coping Questionnaire. — Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1988.
22. *Lazarus R.S., Folkman S.* Coping and adaptation / W.D. Gentry (Eds.). // The handbook of behavioral medicine. — N.Y.: Guilford, 1984. — P. 282–325.

УДК 159.9

ПЕРСПЕКТИВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ СОВРЕМЕННОГО МИРА

Цветкова Д.О.,
зам. заведующего кафедрой психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
Lia51@mail.ru
Кузнецова А.И.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
anje.kuznetzowa2017@yandex.ru

PROSPECTS FOR THE STUDY OF PSYCHOEMOTIONAL BURNOUT IN THE CHANGING MODERN WORLD

Tsvetkova D.O.,
Deputy Head of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
Lia51@mail.ru
Kuznetsova A.I.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
anje.kuznetzowa2017@yandex.ru

Аннотация. В статье нами рассматриваются перспективы изучения психоэмоционального выгорания. В условиях глобальных изменений, связанных с технологическим прогрессом, социальной нестабильностью и высокими требованиями к личностной эффективности, растет интерес к пониманию механизмов выгорания и его влияния на психическое здоровье индивида. В статье рассматриваются ключевые факторы, способствующие развитию выгорания, такие как профессиональная нагрузка, отсутствие социальной поддержки и изменение межличностных отношений. Также анализируются современные подходы к профилактике и преодолению выгорания, включая методы управления стрессом, развитие эмоциональной устойчивости и создание поддерживающей социальной среды. Авторы подчеркивают необходимость комплексного подхода к изучению данной проблемы, кото-

рый учитывает индивидуальные особенности личности и контекстуальные факторы. Статья может быть полезна психологам, социальным работникам и другим специалистам, а также всем, кто заинтересован в углублении понимания динамики психоэмоционального состояния в условиях современности.
Ключевые слова: Психоэмоциональное выгорание, психология, копинг-стратегии, профилактика выгорания, профессиональная деформация, эмоциональное здоровье, стресс и адаптация, ментальное здоровье, психические нагрузки.
Abstract. In the article we consider the prospects of studying psychoemotional burnout. In the context of global changes related to technological progress, social instability and high demands on personal effectiveness, there is a growing interest in understanding the mechanisms of burnout and its impact on an individual's mental health. The article examines key factors contributing to the development of burnout, such as professional workload, lack of social support, and changing interpersonal relationships. Modern approaches to the prevention and overcoming of burnout are also analyzed, including stress management methods, the development of emotional stability and the creation of a supportive social environment. The authors emphasize the need for an integrated approach to the study of this problem, which takes into account individual personality traits and contextual factors. The article may be useful to psychologists, social workers and other specialists, as well as to anyone who is interested in deepening understanding of the dynamics of the psycho-emotional state in modern conditions.
Key words: Psychoemotional burnout, psychology, coping strategies, burnout prevention, occupational deformation, emotional health, stress and adaptation, mental health, mental stress.

Синдром профессионального психоэмоционального выгорания, также его можно назвать эмоциональным истощением — это состояние можно охарактеризовать как общее снижение мотивации и интереса к работе, а также ухудшением эмоционального состояния. В современном мире данная проблема становится распространённой у работников разнообразных сфер деятельности. Но особенно остро вопрос профессионального психоэмоционального выгорания стоит у людей социономических профессий. Однако в научной литературе эта проблема рассматривается не однозначно, что делает изучение этой темы актуальным.

Профессиональные стрессы оказывают деструктивное воздействие на структуру личности, инициируя процессы её деформации. Эмпирически подтверждено, что данное явление

наблюдается в профессиях социономического типа, характеризующихся высокой степенью социального взаимодействия, ответственности и эмоциональной вовлечённости, — в частности, у медицинских и психологических работников, подвергающихся хроническому профессиональному стрессу на систематической основе [6]. Указанная устойчивая экспозиция стрессогенных факторов обусловлена спецификой профессиональной деятельности, заключающейся в непосредственном взаимодействии с пациентами, принятии этически и клинически значимых решений в условиях неопределённости, а также в необходимости соблюдения нормативов медицинской деонтологии и психологической этики [9].

Хронический профессиональный стресс, в свою очередь, ассоциирован не только со снижением качества оказываемых медицинских и психологических услуг, обусловленным нарушением когнитивных функций, внимания и принятия решений, но и с развитием ятрогенных последствий — ситуаций, при которых поведение медицинского или психологического работника, модифицированное под влиянием стресса, оказывает негативное воздействие на клиническую динамику заболевания пациента, усугубляя его симптоматику и/или затрудняя процесс реабилитации [6].

Деятельность медицинских работников является по своей природе антропоцентричной: она направлена на сохранение, восстановление или улучшение психофизического состояния другого человека и реализуется в контексте повышенных социально-психологических требований, включающих эмоциональную сдержанность, эмпатическую регуляцию, когнитивную гибкость и устойчивость к моральной нагрузке. Такая деятельность сопряжена с устойчивым умственным и психоэмоциональным напряжением, обусловленным необходимостью одновременной обработки мультимодальных потоков информации, принятия оперативных решений при дефиците времени и ресурсов, а также постоянного контроля за собственными аффективными реакциями.

При длительном сохранении указанных условий возможно формирование синдрома профессионального выгорания — па-

тогенетически сложного психовегетативного состояния, представляющего собой мультикомпонентную реакцию организма на хроническое воздействие профессиональных стрессоров средней интенсивности [1]. В рамках данного синдрома выделяются три взаимосвязанных компонента: (1) эмоциональное истощение — снижение способности к эмоциональной отзывчивости и сочувствию вследствие истощения аффективных ресурсов; (2) деперсонализация (деперсонализационная реакция) — формирование негативного, циничного, отстранённого или даже враждебного отношения к пациентам, клиентам и коллегам как защитно-адаптационный механизм снижения эмоциональной нагрузки; (3) редукция профессиональных достижений — снижение самооценки профессиональной компетентности, ощущения эффективности и удовлетворённости результатами собственной деятельности [1; 9].

В условиях стационарных и амбулаторных клинических учреждений особое значение приобретает систематический мониторинг физического и психического здоровья, а также эмоционального состояния медицинского персонала. Уровень психологической устойчивости, степень развития стресс-менеджментных компетенций и способность к эффективной саморегуляции у медицинских работников являются значимыми факторами, определяющими не только сохранность их собственного психического и соматического здоровья, но и непосредственно влияющими на качество диагностики, терапии и реабилитации пациентов, а в критических случаях — на прогноз выживаемости и восстановления функциональных резервов [12]. Таким образом, обеспечение устойчивости профессионального психофизиологического статуса медперсонала представляет собой неотъемлемый элемент системы обеспечения безопасности и эффективности медицинской помощи.

Нами был проведен системный анализ литературы, посвященной проблемам профессионального эмоционального выгорания. Чтобы определить, как стрессовые условия влияют на психическое здоровье работников организации, мы провели практическое исследование. Его цель — изучить, как развивается профессиональное выгорание у студентов-психологов

и практикующих специалистов. В нашем исследовании приняли участие 44 человека, средний возраст испытуемых составил 39 лет — студенты и профессионалы психологического профиля 23 профессионала из которых 4 мужчины и 19 женщин, и студенты — 21 респондент из них 6 мужчин и 17 женщин. Гипотеза исследования была связана с тем, что профессиональное выгорание начинает развиваться уже на этапе ознакомления с профессией — при обучении уже развиваются симптомы, характерные для эмоционального стресса. Методы исследования: опросник «Профессиональное выгорание», опросник Рукавишникова, опросник Мильмана [9].

Наша первоначальная гипотеза подтвердилась: у студентов уровень эмоционального и психологического истощения выше, чем у специалистов. Это связано не только с проблемами выбора профессии в университете, но и с тем, что профессионалы ощущают свою важность для общества и получают признание своей работы. Специалисты испытывают глубокое погружение в свою профессиональную деятельность, что помогает им справляться с выгоранием. Этот аспект представляет собой интересную тему для будущих исследований.

Аспект влияния возраста и стажа у сотрудников и годов обучения у студентов на выраженность и степень развития симптомов выгорания требует дополнительного изучения с учетом особенностей адаптации молодых специалистов к профессии. Для более глубокого понимания внутренней картины профессионального выгорания можно использовать дистанционные методы исследования, которые не требуют физического контакта и применяются в авиационно-космической медицине и космической психологии [9]. К таким методам относятся нейросемантическая диагностика, компьютерный анализ мимики и контент-анализ речи [19].

В заключении необходимо сказать, что изучение психоэмоционального выгорания личности в условиях современного мира становится все более актуальным в нашей быстро меняющейся реальности. Увеличение рабочего стресса, переработки и эмоциональной нагрузки требует внимательного подхода как со стороны исследователей, так и со стороны практиков в области психоло-

гии и управления персоналом. Перспективы данного исследования заключаются не только в разработке эффективных методов профилактики и реабилитации, но и в углубленном понимании механизмов, способствующих выгоранию. Современные технологии и изменение формата рабочего взаимодействия создают новые вызовы, но также открывают возможности для внедрения инновационных подходов к управлению психоэмоциональным состоянием личности. Именно поэтому многопрофильные исследования, учитывающие как индивидуальные особенности, так и влияние внешних факторов, будут способствовать созданию более устойчивой и гармоничной социальной среды. Формирование целостности сознания и профессиональной деятельности обеспечивает постепенное включение субъекта в трудовой процесс на уровне глубинных когнитивно-аффективных механизмов, что создаёт условия для развития устойчивого психологического погружения — феномена, характеризующегося высокой степенью вовлечённости, концентрации внимания и субъективного переживания целостности выполняемой деятельности, а также завершённости её внутреннего образа [17]. В противоположность этому, синдром профессионального выгорания представляет собой системную психофизиологическую реакцию, обусловленную пролонгированным воздействием умеренно интенсивных профессиональных стрессоров. Клинически он проявляется комплексом симптомов, включающих истощение эмоциональных и когнитивных ресурсов, вегетативную дисрегуляцию и соматическую усталость, а также формирование установки дистанцирования от профессиональной роли и снижение субъективной оценки значимости и продуктивности собственного труда [15].

В рамках описанного процесса допустимо выдвинуть гипотезу о прогрессирующем дефиците психологического смысла как ключевого компонента личностного отношения к труду. У лиц, подверженных выгоранию, внутренние репрезентации профессиональной деятельности приобретают характер ригидных, стереотипных конструктов: их эмоциональная окраска преимущественно негативна (раздражение, апатия, безнадёжность), а семантическая структура — обеднена, что проявляется в снижении продуктивности вербализации, сужении категори-

ального аппарата и доминировании повторяющихся, негативно коннотированных смысловых шаблонов. Такое состояние сопряжено с постепенным уменьшением глубины и устойчивости иммерсивного включения в профессиональную деятельность: степень субъективного переживания «бытия в задаче», концентрации и идентификации с ролью снижается пропорционально нарастанию симптомов выгорания.

Следовательно, профессиональное выгорание может быть интерпретировано как паттерн когнитивно-аффективного «захвата», при котором субъект оказывается в замкнутом цикле повторяющихся, негативно окрашенных смысловых схем, лишённых новизны, вариативности и перспективы трансформации. Данный «замкнутый контур» сопровождается постепенной утратой мотивационного потенциала деятельности, снижением инициативности, а также формированием устойчивого негативного отношения к профессиональным задачам и их исполнению [9].

Список литературы

1. *Бойко В.В.* Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. — СПб.: Питер, 2017.
2. *Брусо Дж.А.* Влияние удаленной работы на благополучие сотрудников: обзор литературы // Журнал поведенческого здоровья. — 2021. — № 10 (2). — С., 1–8.
3. *Глозман Ж.М.* Психология. Общение и здоровье личности. — М.: Юрайт, 2024.
4. *Гоулман Д.* Эмоциональный интеллект: Почему Он может иметь большее значение, чем IQ. — Bantam Books, 1995.
5. *Кабат-Зинн Дж.* Жизнь в условиях полной катастрофы: Используйте мудрость своего тела и разума, чтобы противостоять стрессу, боли и болезням. — 2019
6. *Казьмин С.А.* Идеи С.Л. Рубинштейна: деятельностный подход к изучению характера // Вестник славянских культур. — 2010. — № 15. — С. 79–85.
7. *Кан У.А.* Психологические условия личной вовлеченности и отстраненности на работе // Журнал Академии менеджмента. — 1990. — № 33(4). — С. 692–724.

8. *Кибанов А.Я.* Управление персоналом: учебное пособие. — 6-е изд., стер. — М.: КНОРУС, 2024.
9. *Кузнецова А.И., Розанов И.А., Клименко Т.С., Рогачева А.В., Ратникова В.Ю., Павлова Е.П., Ибрагимова Р.Р., Вдовиченко Е.С.* Профессиональное психоэмоциональное выгорание как актуальная проблема личности // Актуальные проблемы психолого-педагогических, социально-гуманитарных и естественных наук — 2024. Всероссийская научно-практическая конференция молодых исследователей, Школа педагогики ДВФУ, 24–26 апреля 2024 г.: материалы конференции / под ред. К.Г. Эрдынеевой, Н.В. Асадчей, О.А. Лихаревой. — Владивосток: Изд-во Дальневост. федерал. ун-та, 2024. — С. 100–106.
10. *Маслач К., Лейтер М.П.* Эмоциональное выгорание: руководство по выявлению эмоционального выгорания и путей восстановления. — Harvard Business Review Press, 2023.
11. *Хаканен Дж.Дж., Баккер А.Б., Шауфели В.Б.* Эмоциональное выгорание и вовлеченность в работу учителей // Журнал школьной психологии. — 2016. — № 43(6). — С. 495–513.
12. *Шауфели У.Б., Баккер А.Б.* Требования к работе, трудовые ресурсы и их взаимосвязь с эмоциональным выгоранием и вовлеченностью: исследование с несколькими выборками // Журнал организационного поведения. — 2024. — № 25(3). — С. 293–315.
13. *Юркова И.В., Гайдарова Д.С.* Проблема эмоционального выгорания врачей // Форум молодых ученых. — 2017. — № 5(9).
14. *Demerouti E., Bakker A.B., Nachreiner F., Schaufeli W.B.* The Job Demands-Resources Model of Burnout // Journal of Applied Psychology. — 2001. — No 86(3), — P. 499–512.
15. *Friganović A., Selič P., Ilić B., Sedić B.* Stress and burnout syndrome and their associations with coping and job satisfaction in critical care nurses: a literature review // Psychiatr Danub. — 2019. — No 31 (Suppl 1). — P. 21–31.
16. *Kumar S.* Burnout and Doctors: Prevalence, Prevention and Intervention // Healthcare (Basel). — 2016. — Vol. 4(3). — P. 37. — doi: 10.3390/healthcare4030037.
17. *Lyubarova R., Salman L., Rittenberg E.* Gender Differences in Physician Burnout: Driving Factors and Potential Solutions // Perm J. — 2023. — Vol. 15. — No 27(2) — P. 130–136. — doi: 10.7812/TPP/23.023.
18. *Maslach C.* The Client Role in Staff Burn-Out // Journal of Social

Issues. — 1978. — No 34, 4. — P. 111–124.

19. *Rothbaum B.O., Foa E.B.* Environmental Prowess and Coping with Stress / Chichester J., Vivona S. (Eds.), Coping with Stress. — Wiley, 1986.
20. *Rozanov I., Ryumin O., Karpova O., Shved D., Savinkina A., Kuznetsova P., Diaz Rey N., Shishenina K., Gushin V.* Applications of methods of psychological support developed for astronauts for use in medical settings // Front. Physiol. — 2022. — No 13. — P. 926597. — doi: 10.3389/fphys.2022.926597.
21. *Sonnentag S., Frese M.* Stress in Organizations. / J.C. Quick, L.E. Tetrick (Eds.) // Handbook of Occupational Health Psychology. American Psychological Association. — 2003. — P. 353–370.

УДК 159.9

«БЕЖАТЬ НЕЛЬЗЯ ОСТАТЬСЯ: ПРОБЛЕМА РЕБЕНКА-МИГРАНТА МЕЖДУ ДВУМЯ КУЛЬТУРАМИ» — О СТОЛКНОВЕНИИ С ДИСКРИМИНАЦИЕЙ В ИНДИВИДУАЛИСТИЧЕСКОМ ОБЩЕСТВЕ

Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru
Магомедова А.М.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
albinamagomedova165@gmail.com
Тохирова Ж.Ф.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
siliessodd@gmail.com

"RUNNING AWAY FROM HOME: THE CHALLENGE OF RAISING A MIGRANT CHILD IN A DUAL-CULTURE ENVIRONMENT" EXPLORES THE CHALLENGES OF DISCRIMINATION IN AN INDIVIDUALISTIC SOCIETY.

Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru
Magomedova A.M.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
albinamagomedova165@gmail.com

Tohirova Sh.F.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
siliessodd@gmail.com

Аннотация. Анализ проблемы дискриминации детей-мигрантов в образовательной и социальной среде. Рассматриваются психологические и социальные последствия дискриминации, включая буллинг, трудности адаптации и формирование конфликтной идентичности. Авторы подчеркивают роль школы как ключевого института интеграции и предлагают конкретные стратегии её поддержки: языковое погружение, арт-педагогику, развитие межкультурного диалога и психологическую помощь. Делается вывод о необходимости системной работы на государственном уровне для преодоления социального неравенства и обеспечения успешной интеграции молодого поколения.

Ключевые слова: дети-мигранты, дискриминация, адаптация, буллинг, интеграция, образовательная среда, психологическое благополучие, межкультурный диалог.

Abstract. This article analyzes the problem of discrimination against migrant children in the educational and social environment. It examines the psychological and social consequences of discrimination, including bullying, adaptation difficulties, and the development of conflictual identities. The authors emphasize the role of schools as a key institution for integration and propose specific strategies for supporting it: language immersion, art education, the development of intercultural dialogue, and psychological support. It concludes that systematic efforts at the state level are necessary to overcome social inequality and ensure the successful integration of the younger generation.

Key words: migrant children, discrimination, adaptation, bullying, integration, educational environment, psychological well-being, intercultural dialogue.

Актуальность темы исследования обусловлена интенсивным характером миграционных процессов в глобализирующемся мире и их прямым воздействием на систему образования. Школа как ключевой социальный институт оказывается на передовой столкновения различных культур, языков и идентичностей. В этой ситуации дети-мигранты становятся одной из наиболее уязвимых групп, сталкиваясь с различными формами дискриминации, которая не только нарушает их право на качественное образование, но и создает серьезные риски для их психологического благополучия и успешной интеграции в общество в долго-

срочной перспективе. Игнорирование этой проблемы ведет к росту социальной напряженности, воспроизводству неравенства и маргинализации значительной части молодого поколения. Степень научной разработанности проблемы. Проблема дискриминации детей-мигрантов в образовательной среде является предметом активного изучения в зарубежной и отечественной науке. Зарубежные исследования (например, работы О.Э. Агафонова, К. Сьюэлл) подробно анализируют институциональные механизмы неравенства в мультикультурных школах. В российской научной традиции (Г.С. Солодова, М.Н. Юрьева, Е.В. Витютнева) значительное внимание уделяется социокультурной и языковой адаптации детей-мигрантов. Однако, несмотря на имеющиеся наработки, остается недостаточно изученным комплексный характер дискриминации на микроуровне — в повседневных практиках школьного взаимодействия, где переплетаются языковые барьеры, этнокультурные стереотипы и институциональные просчеты.

* * *

Согласно статье из британской энциклопедии, дискриминация — это намеренное или осуществляемое дифференцированное отношение к людям или социальным группам по причине определённых обобщенных черт. Проблема дискриминации детей-мигрантов в школе требует комплексного подхода, который включает в себя как меры государственной политики, так и конкретные действия со стороны администрации учебных заведений, учителей и общества.

Дискриминационные меры и ужесточение политики в отношении детей-мигрантов в школе имеют тяжелые и далеко идущие последствия, которые лишь усугубляют проблемы.

Из этих данных видно, что, по официальным оценкам, в российских школах обучается значительное, но не доминирующее количество детей-мигрантов. При этом новые правила тестирования, введенные в 2025 году, существенно ограничили прием новых учеников-иностранцев.

Таблица 1

Официальные данные о детях-мигрантах, которые могут помочь в оценке масштабов

Показатель	Оценка	Источник	Лит. источник
Общее число детей-иностранцев в РФ	Около 780 тыс. человек (по состоянию на июнь 2025 г.)	Глава СПЧ Валерий Фадеев	[5] РКБ (https://www.rbc.ru/rbcfreenews/69257b849a79478fef187514)
Дети-иностранцы в школах РФ	Около 192 тыс. человек (на начало 2025/2026 уч.г.)	Глава СПЧ Валерий Фадеев	[5] РКБ (https://www.rbc.ru/rbcfreenews/69257b849a79478fef187514)
Доля в общем числе учащихся	Около 1% от 18 млн школьников	«Эксперт» со ссылкой на оценки	[7] Expert (https://expert.ru/obshchestvo/detey-osvobodili-ot-urokov/)
Процент поступивших в 2025 году	19% от желающих (81% не смогли поступить)	Глава Рособрнадзора Анзор Музаев	[6] НацАкцент (https://nazaccent.ru/content/44835-rosobrnadzor-tolko-19-detej-migrantov-smogli-postupit-v-rossijskie-shkoly/)

Дети, исключенные из системы образования, лишаются главного инструмента интеграции — возможности общаться со сверстниками, изучать язык, культуру и ценности общества, в котором живут. Это ведет к депрессии и социальной изоляции: Ребенок оказывается на обочине общества, не имея возможности интегрироваться. Происходит формирование конфликтной идентичности: Он не чувствует принадлежности ни к культуре родителей, ни к культуре принимающей страны. Потеря мотивации к учебе, низкая успеваемость, второгодничество и отсев: Самый прямой результат — ребенок бросает школу, не получив

образования. Психологические травмы, стресс и тревожность: Постоянное чувство небезопасности, унижения и отверженности. Низкая самооценка: Ребенок начинает верить в то, что он «хуже» других, и теряет веру в свои силы. Ребенок замыкается в себе, избегает контактов с одноклассниками и учителями.

В своей работе Захарова Т.В., Басалаева Н.В., Казакова Т.В., Игнатьева Н.К., Лукин Ю.Л., Свиридова А.Н. [2] описывают важнейшие проблемы, с которыми сталкиваются дети-мигранты. Состояние агрессии, зависти, страха и ненависти становится обычным состоянием в процессе социализации. Это доказывает важность дополнительной поддержки детей-мигрантов и помощи в определении своего места в обществе, в том числе развитие у данной категории детей социальной компетентности, поскольку это выбор своего собственного жизненного ориентира, и как следствие — успешная адаптация в социуме.

В труде «Введение в практическую этнопсихологию» Т.Ц. Дугаров [1] предлагает оригинальный взгляд на проблему адаптации на детей-мигрантов. По его мнению, эти методы сопровождения личности нужно существенно переосмыслить, чтобы они работали с особой категорией детей. Автор показывает, как теоретические наработки превращаются в практические инструменты помощи ребёнку, оказавшемуся в новой культурной среде. Главная задача — создать такую атмосферу, в которой юный мигрант сможет не только приспособиться к новым условиям, но и полноценно развиваться как личность.

Интересно, что в основе предложенного подхода лежат три ключевых принципа: уважение к индивидуальности ребёнка, активное взаимодействие с ним и постоянный самоанализ. При этом работа строится на сочетании диагностики и развития.

Особенно ценно, что Дугаров опирается на специалистов — М.Р. Битяновой, И.В. Дубровиной, С.К. Нартовой-Бочавер, А.В. Потапова и т.д. Это позволяет выделить два направления работы:

Первое — аналитическое. Здесь внимание уделяется не только личностным особенностям ребёнка, но и тому, как он воспринимает новую культуру, какие стратегии использует для адаптации, насколько тяжело переживает этот культурный шок.

Второе — функциональное. Оно заставляет взглянуть на привычные методы обучения и наставничества, учитывая культурные особенности, ценности и стиль общения каждого участника процесса.

Такой подход, безусловно, открывает новые перспективы в работе с детьми-мигрантами и заслуживает большого и обширного внимания практикующих психологов.

Именно поэтому нами предлагаются следующие методы решения проблемы дискриминации.

— В образовательной политике: отказ от практики полного запрета на обучение; создание условий для интеграции (подготовительные классы, интенсивное языковое погружение). Разработка адаптированных программ и индивидуальных образовательных маршрутов вместо отсева после тестирования.

— Обеспечение доступа к психологическим услугам и консультированию для преодоления стресса и травмы.

— Проведение уроков и внеклассных мероприятий, направленных на развитие эмпатии, межкультурного взаимопонимания и борьбу со стереотипами. Каждый ребенок знает фразу «Россия — многонациональная страна», но не все осознают, что это не просто красивые слова, а факт, подчёркивающий единство в многообразии, признание и уважение друг друга, равенство, независимо от расы и национальности.

— Внедрение арт педагогики, как интеграция в новую культуру как детей-мигрантов, так и детей-славян. Таким образом, дети-мигранты лучше адаптируются в новой обстановке, а дети-славяне более обширно знакомятся с культурой других регионов или стран. Ключевым аспектом является не только знакомство детей-мигрантов с культурой в которой они находятся, но и детей-славян с культурой иных регионов и стран, поскольку это расширяет кругозор детей и создаёт видимую связь между различными народами нашей, и не только, страны.

В своей работе И.Р. Селигеева и М.В. Бондарева [3] рассматривают арт-педагогику как эффективный метод адаптации детей-мигрантов в социуме. С помощью языка искусства дети раз-

ных этнических групп лучше понимают внутренний мир друг друга. Рисуя какие-либо атрибуты культуры, особых животных или героев сказок, важно чтобы ребенок поделился знаниями о них с другими детьми.

Необходимо с самого малого возраста знакомить детей с культурой иных народов, развивать уважение и интерес к новому, чтобы в будущем исключить разделения в умах людей на «своих» и «чужих».

Свою статью Чекина Л.Ф. и Оболенская Ю.Н. [4] посвятили анализу буллинга в школьной жизни учащихся. Чаще всего агрессоры выбирают жертву с нестандартной внешностью или того, кто ведёт себя «ненормально» по мнению других детей. Агрессия обуславливается периодом полового созревания. Школа превращается в поле конфликта, а не в единый коллектив. Биологические изменения в организме управляют эмоциями ребенка, из-за чего наступают конфликты в семье. Как следствие, семейные обиды и злость вмещаются на более слабых в коллективе, что делает ребенка более уверенным. Кроме того, ребенок впитывает от родителей множество шаблонов, как следует вести себя с другими людьми. Таким образом, нетерпимость к другим этносам является следствием воспитания в неблагополучных семьях.

Заключение

В конечном счете, интеграция детей-мигрантов через школу — это не только педагогическая задача, но и важнейший механизм социальной адаптации всей семьи, фактор обеспечения общественной стабильности и будущего страны. Важно проводить системную работу по воспитанию толерантности среди учеников и их родителей, а также развивать межкультурный диалог внутри школы. Без скоординированных и продуманных действий на государственном уровне эта проблема будет воспроизводиться, усугубляя социальное неравенство.

Семья, в которой царят неуважение, агрессия, ксенофобия и отсутствие любви, является мощным катализатором для выращивания ненавистника. Она предоставляет готовый инструментарий ненависти и искажает картину мира. Однако окон-

чательный выбор — остаться в этой парадигме или преодолеть ее — остается за личностью, но совершить этот выбор без посторонней помощи и поддержки невероятно трудно. Таким образом, борьба с ненавистью в обществе неразрывно связана с поддержкой семьи, пропагандой здоровых ценностей и ранней психологической помощью.

Ребенок, растущий в атмосрии агрессии, презрения к «другим», не учится эмпатии, диалогу и толерантности. Для него ненависть и унижение становятся нормой общения и инструментом решения проблем.

Список литературы

1. *Дугарова Т.Ц.* Введение в практическую этнопсихологию: учебное пособие. — М.: Изд-во МГОУ, 2020. — 215 с.
2. Особенности развития социальной компетентности у детей-мигрантов / Т.В. Захарова, Н.В. Басалаева, Т.В. Казакова [и др.] // Психология и школа. — 2023. — № 4. — С. 45–58.
3. *Селигеева И.Р.* Социализация детей-мигрантов средствами арт-педагогики / И.Р. Селигеева, М.В. Бондарева // Педагогическое искусство. — 2022. — № 3. — С. 112–119.
4. *Чекина Л.Ф.* Предикторы школьного буллинга / Л.Ф. Чекина, Ю.Н. Оболенская // Социальная психология и общество. — 2024. — Т. 15. — № 1. — С. 78–94.

Электронный ресурс

1. Глава СПЧ рассказал о почти 800 тыс. детей-иностранцев в России // РБК. — 2025. — URL: https://www.rbc.ru/rbcfreenews/69257b849a79478fef187514.
2. Рособрнадзор: только 19% детей-мигрантов смогли поступить в российские школы // НацАкцент. — 2025. — URL: https://nazaccent.ru/content/44835-rosobrnadzor-tolko-19-detej-migrantov-smogli-postupit-v-rossijskie-shkoly/
3. «Детей освободили от уроков»: Почему мигрантам все сложнее учиться в российских школах // Эксперт. — 2025. — URL: https://expert.ru/obshchestvo/detey-osvobodili-ot-urokov/

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ХАРАССМЕНТА НА ЧУВСТВО БАЗОВОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru
Букина А.А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
bukina.ada@gmail.com
Савушкина М.Е.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
masasav97@mail.ru

THE INFLUENCE OF HARASSMENT ON A PERSON'S SENSE OF BASIC SECURITY

Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru
Bukina A.A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
bukina.ada@gmail.com
Savushkina M.E.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
masasav97@mail.ru

Аннотация. Данная статья посвящена комплексному исследованию проблемы харассмента в современном обществе. Харассмент определяется как домогательство, проявляющееся в социальных сетях, на работе и в учебных заведениях в различных формах таких, как сексуальных расовых, национальных и религиозных. Его цель — это запугать, унизить жертву и контролировать её, что является про-

явлением злоупотребления власти по отношению к тем, кто слабее и уязвимее. Активное обсуждение проблемы харассмента в публичном сообществе возникла после широкого общественного резонанса, вызванного после выявления дела Харви Вейнштейна в 2017 году. Однако сама проблема харассмента заключается не только в самих угрозах или изнасиловании жертвы, но и в том, что жертва зачастую не сообщает о произошедшем сразу, потому что боится, если они разгласят эту ситуацию, с ними снова произойдет эта трагедия и осуждение со стороны общества. Длительное проведение в стрессовой ситуации приводит к тяжёлым последствиям, как психологическое состояние жертвы может усугубится.
Ключевые слова: харассмент, домогательство, жертва, Харви Вайнштейн, рабочее место, учебное заведение, социальные сети, злоупотребления власти, психологическое состояние.
Abstract. This article is devoted to a comprehensive study of the problem of harassment in modern society. Harassment is defined as harassment that manifests itself on social media, at work, and in educational institutions in various forms, such as sexual, racial, national, and religious. Its purpose is to intimidate, humiliate, and control the victim, which is a manifestation of the abuse of power towards those who are weaker and more vulnerable. Active discussion of the problem of harassment in the public community arose after the widespread public outcry caused by the revelation of the Harvey Weinstein case in 2017. However, the problem of harassment itself lies not only in the threats or rape of the victim, but also in the fact that the victim often does not report the incident immediately because they fear that if they disclose the situation, the same tragedy will happen to them again and they will be condemned by society. Prolonged exposure to stressful situations leads to serious consequences, as the victim's psychological state can worsen.
Key words: harassment, molestation, victim, Harvey Weinstein, workplace, educational institution, social media, abuse of power, psychological state.

Харассмент как систематическое нарушение личных границ представляет собой деструктивный социальный феномен, который подрывает базовую психологическую безопасность индивида. Это проявляется в провоцировании хронического стресса, социальной изоляции и долгосрочных психологических травм, затрагивающих различные сферы жизни человека [1]. Устойчивое чувство угрозы, возникающее при регулярных посягательствах на личное пространство, разрушает фундаментальное ощущение защищенности, необходимое для нормального функ-

ционирования личности [5; 6]. Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью комплексного анализа механизмов влияния харассмента на психическое здоровье в условиях современных социальных трансформаций. Глобальные инициативы по защите прав человека и растущее внимание к проблемам ментального благополучия подчеркивают значимость изучения последствий харассмента. Понимание этих процессов способствует разработке эффективных мер противодействия в профессиональных, образовательных и общественных средах, где проблема остается особенно острой. Центральным аспектом проблемы выступает психологическая динамика между агрессором и жертвой, требующая изучения схем и поведенческих анализов инициирующие харассмент. Анализ факторов уязвимости и действий пострадавших дополняют картину взаимодействия, что наглядно иллюстрируется медиа примерами, такими как фильмы «Тар» и «Ассистентка». Эти примеры демонстрируют сложность взаимоотношений и многогранность проявлений харассмента в реальных условиях. Целью работы является анализ психологических механизмов влияния харассмента на чувство базовой безопасности с последующей разработкой мер поддержки. Для достижения данной цели поставлены задачи: концептуализация ключевых терминов харассмента и базовой безопасности, исследование эмпирических примеров воздействия через примеры и психологические исследования, а также формулировка практических рекомендаций по минимизации негативных последствий и укреплению защищенности личности.

Базовая психологическая безопасность представляет собой фундаментальное состояние защищённости личности от различных угроз, направленных на её психическую целостность. Данное состояние формирует основу для стабильного функционирования человека в социальной среде. Отсутствие психологической безопасности неизбежно приводит к нестабильности эмоционального состояния и когнитивных процессов [5; 6]. Таким образом, обеспечение базовой безопасности является необходимым условием для нормального развития и адаптации человека. Ключевыми компонентами, составляющими структуру базовой психологической безопасности, выступают доверие к со-

циальному окружению, предсказуемость среды и способность к адаптации [5; 6]. Доверие позволяет личности чувствовать себя защищённой в межличностных взаимодействиях, тогда как предсказуемость обеспечивает возможность дальности событий и снижает уровень тревожности. Способность к адаптации играет важную роль в поддержании психологической устойчивости при столкновении с изменениями внешних условий. В совокупности эти компоненты создают условия для эффективного функционирования личности в процессе её развития.

Харассмент представляет собой многогранное явление, система которого включает различные формы проявлений. Вербальные формы включают: оскорбительные высказывания, угрозы и унизительные комментарии, направленные на подрыв самооценки жертвы. Невербальные проявления охватывают: непристойные жесты, навязчивые взгляды и интимные прикосновения без согласия [4]. Физические и цифровые формы харассмента различаются по степени возгорания проблемы. Каждый тип харассмента обладает специфическими характеристиками, определяющими его потенциал в плохом ключе. Губительное влияние харассмента на базовую безопасность проявляется через разрушение доверительных отношений в социальной среде [5; 6]. Жертвы испытывают хроническую тревожность, сопровождающуюся постоянным чувством угрозы и незащищенности. При нарушении психологической адаптации происходит социальная изоляция. А длительное воздействие харассмента приводит к страху, подрыву чувства стабильности и контроля над собственной жизнью.

Харассмент как форма агрессивного поведения часто исходит в глубине фактора личности агрессора [2]. Потребность во власти и доминировании выступает одним из ключевых шаблонов такого поведения. Агрессоры стремятся утвердить контроль над другими, компенсируя внутреннюю неуверенность или неудовлетворённость. Эта потребность может проявляться через стремление к социальному превосходству или подавлению окружающих. Другой значимый фактор связан с компенсацией личностной неуверенности и фрустрации. Как отмечается в исследованиях, «агрессия и насилие могут развиваться из-за неправильного воспитания, стрессов, психических заболеваний

или травм в детстве»,. Теории фрустрации и агрессии, предложенные Дж. Доллардом, подчёркивают, что «агрессия возникает как ответ на неудовлетворённые потребности, разочарование или фрустрацию». Лица, испытывающие хронические стрессы, часто перенаправляют агрессию на окружающих, что провоцирует насильственные действия [3]. Поведенческие модели агрессоров варьируются от скрытых форм манипулирования до открытого принуждения. Манипулятивные тактики включают газлайтинг, эмоциональный шантаж и косвенные угрозы, направленные на подрыв уверенности жертвы. Более явные формы проявляются в виде вербальных оскорблений, физического запугивания или злоупотребления властными полномочиями. Эти модели поведения служат инструментами установления контроля и подавления сопротивления.

Жертвы харассмента часто обладают определенными социально-психологическими характеристиками, повышающими их уязвимость. Низкая самооценка является одним из ключевых факторов [2]. Лица с заниженной самооценкой могут испытывать трудности в установлении границ и защите своих интересов. Зависимое положение, особенно в профессиональной сфере, также создает условия для возникновения и развития харассмента. Финансовая или карьерная зависимость от агрессора ограничивает возможности жертвы сопротивляться домогательствам. Социальная изоляция и отсутствие поддержки со стороны окружения усугубляют ситуацию. Эти факторы в совокупности формируют предпосылки для длительного сохранения травмирующей ситуации. Уязвимость усиливается, когда жертва не имеет доступа к защите своих прав. У жертв харассмента часто наблюдаются специфические когнитивные искажения, способствующие закреплению травмы. Гиперответственность проявляется в склонности обвинять себя за происходящее [2]. Самообвинение становится механизмом психологической защиты, но одновременно усиливает чувство беспомощности. Эти искажения мешают адекватной оценке ситуации и препятствуют своевременному обращению за помощью [7].

Фильм «Тар» (2022) представляет собой исследование институционального харассмента в сфере академической музыки.

Главная героиня, дирижёр Лидия Тар, достигшая успехов среди мужского мира в классической музыке. Её усвоенная логика власти спелась с патриархальной системой. Из-за чего она стала воспроизводить модель мужского поведения. Её харассмент — это не просто домогательство, а инструмент контроля над жертвой. Лидия не считает себя агрессором, так как привыкла видеть себя исключением. Но почему именно Ольга? Молодая виолончелистка, становится идеальной жертвой из-за своего таланта. Лидия видит в ней потенциал, но и одновременную угрозу ее карьере. Однако жертва принимает и даже делает ответные шаги к агрессору в отличии от других делая ее уязвимой. Фильм разрушает стереотип, что харассмент — это всегда про мужчину притесняющий женщину. Лидия Тар показывает, что власть, а не гендер определяет поведение человека. Она развращает и принимает разные формы, но суть всегда одна — злоупотребление положением и унижение другого человека.

Кинокартина «Ассистентка» (2019) фокусируется на повседневных проявлениях харассмента в корпоративной среде. Данная картина становится мощным художественным высказыванием о том, что настоящая травля начинается не в кабинете босса, а в офисе, где коллеги игнорируют проблему, а отдел кадров защищает не жертву, а репутацию самой компании. Здесь прослеживается постоянное психологическое давление вместо открытых домогательств: постоянное унижение, микроагрессия и система, которая заставляет жертву молчать. Главной героине ничего не остается, как принять систему, но не уйти из нее.

Исследование

В рамках нашего исследования о распространенности харассмента, мы провели опрос.

1. Демографические данные

80% респондентов — женщины, 16,7% — мужчины. Преобладают молодые респонденты (18–30 лет), что указывает на уязвимость данной возрастной группы. Большинство респондентов — работающие (56,7%) или учащиеся в вузах (36,7%).

2. Распространенность домогательств

53,3% опрошенных сталкивались с домогательствами, что подтверждает высокую распространенность явления.

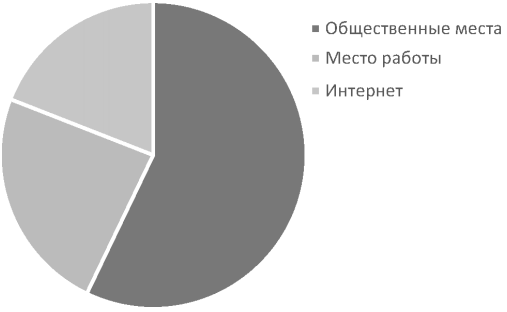

Рис. 1. Наиболее частые места происшествий

3. Характеристики домогательств

Инициаторы: В основном незнакомые люди (59,1%), реже — коллеги или руководители. Формы домогательств: Вербальные — 59,1%, Физические — 50%, Невербальные — 31,8%, Психологическое давление — 13,6%. Длительность: Единичные случаи — 65%, Длительные ситуации (несколько месяцев и более) — 25%.

Таблица 1

Формы домогательств с которыми сталкивались респонденты, в %

	Вербальные	Невербальные	Физические	Псих. давление
Результат	59,1	31,1	50	13,6

4. Реакции и последствия

Действия жертв: Никак не реагировали — 56,5%, Мягко давали отпор — 21,7%, Открыто выражали несогласие — 17,4%. Реакция окружения: Поддержали — 26,1%, Фактически проигнорировали — 21,7%, Респонденты никому не рассказывали — 43,5%.

Рекомендации

Для восстановления психологической устойчивости после пережитого харассмента применяются методы когнитивно-поведенческой терапии. Данный подход помогает выявить и изменить деструктивные мыслительные паттерны, связанные с травматическим опытом. Техники эмоциональной саморегуляции, такие как диафрагмальное дыхание и прогрессивная мышечная релаксация, доказали свою эффективность в снижении уровня тревожности. Систематическое использование этих методов способствует формированию адаптивных стратегий совладания с последствиями психологической травмы [9]. Внедрение организационных протоколов реагирования на инциденты харассмента способствует снижению рисков ретравматизации. Четкие процедуры расследования и санкций формируют доверие к системе. Создание анонимных каналов обратной связи обеспечивает защиту пострадавших. Такие меры создают надежную систему поддержки в профессиональной и образовательной среде. Тренинги по формированию личных границ и стрессоустойчивости усиливают способность противостоять психологическому давлению. Регулярное обучение навыкам коммуникации и саморегуляции повышает осознанность поведения. Как отмечается в исследованиях: «В рамках разработки превентивных мер виктимного поведения подростков важное значение приобретает полипрофессиональный подход, обеспечивающий комплексный характер по профилактике виктимизации и выстраиванию психолого-педагогического сопровождения подростков. Можно выделить три основных направления работы в данном русле. Во-первых, требования к профессиональной компетентности педагогов <...> Во-вторых, ключевой аспект в рамках психолого-педагогического сопровождения подростков при профилактике виктимизации — это системное сотрудничество с родителями подростков <...> В-третьих, в рамках психолого-педагогического сопровождения важное значение приобретает мониторинг самого образовательного процесса и взаимодействие его участников...» [8]. Данный подход универсален для различных социальных групп.

Выводы

Проведенное исследование подтвердило, что харассмент является распространенным явлением затрагивающим все сферы жизни, но наиболее частым — публичное пространство. Его проявления приводят к хроническому стрессу и усилению социальной изоляции, что существенно ухудшает психическое здоровье жертв. Данные последствия особенно актуальны в современных условиях интенсивных социальных взаимодействий, где нарушение личных границ становится распространенным явлением. Таким образом, харассмент представляет собой серьезную угрозу для психологического благополучия человека. Анализ выявил характерные черты агрессоров, включая частые случаи сокрытия инцидентов указывающих на нарушение чувства защищенности и доверия. Изучение медиа примеров дополнительно проиллюстрировало данную динамику. Приведенные в ходе исследования стратегии восстановления включают как индивидуальную психологическую поддержку, так и меры профилактики. Эти подходы направлены на минимизацию негативных последствий харассмента и укрепление личностной устойчивости. Настоящая работа вносит значимый вклад в развитие психологической науки и социальной практики, систематизируя знания о влиянии харассмента на базовую безопасность. Исследование подтверждает актуальность проблемы в условиях современных социальных трансформаций и роста внимания к психическому здоровью. Полученные результаты подчеркивают необходимость дальнейшего изучения механизмов харассмента и внедрения превентивных подходов. Это позволит обеспечить эффективную защиту личности в различных сферах жизни.

Список литературы

1. *Алтунина И.Р., Немов Р.С.* Социальная психология. — Москва: Юрайт, 2015. — 427 с.
2. *Афанасьева О.Ф.* Психологические предикторы виктимного поведения подростков: анализ проблематики // Вестник тверского государствен-

ного университета. Серия «Педагогика и психология». — 2024. — № 2. — С. 216–220.

3. *Волков Е.Н.* Критерии, признаки, определения и классификации вредящего психологического воздействия: психологическое травмирование, психологическая агрессия и психологическое насилие // Журнал практического психолога. — 2002. — № 6. — С. 183–199.
4. *Горлова Я.В.* Психологические признаки буллинга в межличностном взаимодействии // International Journal of Humanities and Natural Sciences. — 2024. — № 2. — С. 78–82.
5. *Донцов А.И., Зинченко Ю.П., Зотова О.Ю.* и др. Психология безопасности. — М.: Изд-во Юрайт, 2023. — 269 с.
6. *Донцов А.И., Зинченко Ю.П., Зотова О.Ю.* и др. Психология безопасности. — М.: Изд-во Юрайт, 2015. — 276 с.
7. *Казымова Н.Н., Харламенкова Н.Е., Никитина Д.А.* Тяжелые жизненные события и их психологические последствия: утрата или угроза потери близкого // Вестник КГУ. — 2019. — № 2. — С. 96–101.
8. *Нурлыханкызы Е.К., Утебаева А.Т.* Психология насилия: причины, последствия и пути профилактики // The role of women in the development of science and the spiritual and educational sphere: Problems and solutions. — Шымкент, 2025. — С. 681–683.
9. *Риз К.* Исцеление травмы привязанности. 60 практик для освобождения от травмирующего опыта на протяжении жизни. — М.: Эксмо, 2025. — 288 с.

УДК 159.9

ПЕРЕИЗБЫТОК ИНФОРМАЦИИ КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА ОБЩЕСТВО

Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru
Бурцев С.С.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
x3n3x1337@ya.ru

INFORMATION OVERLOAD AS A FACTOR INFLUENCING SOCIETY

Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru
Burtsev S.S.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
x3n3x1337@ya.ru

Аннотация. Переизбыток информации (information overload) является неотъемлемой характеристикой современного информационного общества и оказывает многоплановое влияние на когнитивные процессы, психическое здоровье и социализацию личности. В статье проведено теоретическое обобщение научных данных, посвященных изучению последствий избыточной информационной нагрузки. Выделены основные негативные эффекты, включая снижение качества когнитивной обработки, рост информационного стресса и тенденции к деперсонализации. Особое внимание уделено влиянию цифровизации на развитие детской психики, в результате чего формируется так называемый синдром «интеллектуальной слепоты» и привычка к потреблению «фастфуд-информации». На основе анализа отечественных исследований сформулированы основные выводы о необходимости разработки методологий оценки и минимизации деструктивного воздействия информационной среды на социум.

Ключевые слова: информационная перегрузка, информационная среда, когнитивные процессы, цифровые технологии, деперсонализация личности, фастфуд-информация.

Abstract. Information overload (IO) is an inherent characteristic of modern information society, exerting a multifaceted influence on cognitive processes, mental health, and personal socialization. This article provides a theoretical generalization of scientific data on the consequences of excessive information load. Key negative effects identified include a decrease in the quality of cognitive processing, increased informational stress, and tendencies toward depersonalization. Special attention is paid to the impact of digitalization on child development, leading to the formation of the «intellectual blindness» syndrome and a reliance on «fast food information.» Based on the analysis of Russian studies, the necessity of developing methodologies for assessing and minimizing the destructive impact of the informational environment on society is emphasized.

Key words: information overload, information environment, cognitive processes, digital technologies, depersonalization of personality, fast food information.

В условиях глобальной цифровизации и стремительного развития коммуникационных технологий современное общество столкнулось с беспрецедентным явлением — экспоненциальным ростом объема доступной информации. Информационная среда, которая ранее рассматривалась как ресурс для развития и прогресса, трансформировалась в мощный фактор, оказывающий существенное, часто деструктивное, влияние на психику, когнитивные функции и социальные структуры [2].

Актуальность исследования проблемы переизбытка информации обусловлена тем, что информационная среда, являясь неотъемлемой частью среды обитания человека, должна соответствовать требованиям безопасности, что подчеркивается в работах, посвященных экологии человека [2]. Однако неконтролируемый и постоянно возрастающий поток данных приводит к информационной перегрузке (Information Overload, IO), которая затрагивает все возрастные категории, начиная с раннего детства.

Цель статьи заключается в теоретическом обобщении и систематизации научных представлений о многомерном влиянии переизбытка информации на общество, рассматривая его в плоскостях когнитивных, психологических и социальных изменений.

Проблема избыточности информации не является новой, однако ее актуальность в XXI веке приобрела критический характер в связи с повсеместным распространением интернета и мобильных устройств.

Теоретическое исследование

Когнитивные и психологические аспекты информационной перегрузки. исследователи отмечают, что многократное увеличение количества информации, окружающей человека, напрямую влияет на его продуктивность, память, мышление и восприятие [3]. Информационная перегрузка возникает, когда объем поступающих данных превышает способность человека к их эффективной обработке и анализу. К.К. Емельянов, исследуя влияние избытка информации на когнитивные процессы, указывает на необходимость разработки методологии для оценки информационной перегрузки и минимизации ее негативных эффектов [3]. Основные негативные последствия на когнитивном уровне включают:

— снижение глубины обработки информации;
— увеличение затрат времени и энергии на поиск и верификацию данных;
— ухудшение концентрации внимания и рабочей памяти.

С.А. Дружилов рассматривает современную информационную среду в контексте экологии человека, утверждая, что она является фактором здоровья и должна соответствовать требованиям безопасности [2]. Он подчеркивает, что негативное влияние не ограничивается психофизиологическими факторами, а включает семантическую составляющую самой информации. Информационная среда оказывает отрицательное воздействие на когнитивную и эмоциональную сферы психики, провоцируя информационные загрязнения и негативное информационное воздействие [2].

Деперсонализация как следствие информационного избытка. Философско-психологический аспект проблемы раскрывается в работах, посвященных трансформации личности в условиях

информационного общества. С.В. Мурзинцев и А.И. Мурзинцева рассматривают переизбыток информации как фактор деперсонализации личности [5]. Они утверждают, что неконтролируемый поток данных, циркулирующих в обществе, опосредованно влияет на психическое здоровье и целостность индивида. Деперсонализация в данном контексте понимается как расстройство личности, вызванное сложностью обработки, хранения и переработки огромного массива информации. Личность, находясь в постоянном потоке, теряет способность к глубокому самоанализу и формированию устойчивой идентичности, поскольку внешняя информационная стимуляция заменяет внутренние рефлексивные процессы [5].

Влияние на развитие детской психики и «интеллектуальная слепота» Наиболее уязвимой группой перед лицом информационной перегрузки являются дети и подростки, чья психика находится в стадии активного формирования. А.В. Карпов и Т.А. Воронова отмечают, что вызовы цифровизации требуют углубленного изучения воздействия информационных технологий на сознание и психику ребенка [4]. Они констатируют, что в современной ситуации развития психики ребенка объем информации растет экспоненциально, а затраты на ее получение падают. Это снижает требования к активности психики в процессе познавательной деятельности, вызывая синдром снижения когнитивизации, который авторы называют «интеллектуальной слепотой» [4]. Иными словами, легкость доступа к готовым знаниям тормозит развитие подструктур психики, ответственных за самостоятельный поиск, анализ и синтез информации. В свою очередь, Каменская В.Г. и Томанов Л.В. анализируют усиление вовлеченности подростков в виртуальное киберпространство (гейминг, социальные сети), что влияет на их социальные и психологические характеристики. Они подчеркивают, что рост числа пользователей опережает накопление знаний о воздействии этой среды на мозг и психику, формирующихся в новых условиях [7].

Позитивные аспекты цифровой среды. Несмотря на преобладание негативных оценок, важно учитывать и потенциаль-

но положительные эффекты цифровой среды. Н.В. Богачёва и А.Е. Войскунский, анализируя влияние компьютерных игр, отмечают, что вопреки опасениям о снижении способности к воображению из-за переизбытка визуальной информации, большинство работ показывают положительные связи между некоторыми видами креативности (в частности, образной) и игрой в видеоигры [1]. Игры могут выступать не только источником вдохновения, но и платформой для творчества, хотя авторы также предупреждают о рисках антисоциального применения креативных способностей.

Теоретическое обобщение представленных исследований позволяет выстроить концептуальную модель влияния информационной перегрузки на общество, центральным элементом которой является феномен «фастфуд-информации».

Концепция «Фастфуд-информации». По аналогии с пищевым фастфудом, который характеризуется высокой калорийностью при низкой питательной ценности, «фастфуд-информация» — это контент, который:

1) легкодоступен и быстро потребляется: не требует значительных когнитивных усилий для восприятия (короткие видео, заголовки, мемы);
2) вызывает быстрое эмоциональное насыщение: часто провоцирует сильные, но кратковременные эмоциональные реакции (хайп, тревога, агрессия), что соответствует концепции негативного информационного воздействия, описанной Дружиловым [2];
3) обладает низкой познавательной ценностью: не способствует формированию глубоких, системных знаний или развитию критического мышления.

Синдром «интеллектуальной слепоты» [4] является прямым следствием потребления «фастфуд-информации». Если затраты на получение информации минимальны, психика не активирует сложные механизмы познавательной деятельности. Это приводит к тому, что общество в целом, и молодое поколение в частности, теряет способность к длительной концентрации и анализу сложных, многомерных проблем.

Влияние на социальные структуры. Переизбыток информации трансформирует социальные отношения и ценностные ориентиры. Когда личность испытывает деперсонализацию [5] и информационный стресс [2; 3], она склонна искать простые, готовые решения и принадлежность к узким информационным пузырям.

1. *Поляризация и фрагментация*: огромное количество данных, не поддающихся верификации, способствует формированию замкнутых информационных сообществ, где истина определяется не фактами, а эмоциональным резонансом.
2. *Снижение эмпатии и критичности*: постоянное воздействие сильных, часто негативных информационных стимулов (новости о катастрофах, конфликтах) может приводить к эмоциональному притуплению и снижению эмпатии, что отмечается в контексте изучения влияния цифровых технологий на подростков [7].
3. *Трансформация ценностей*: если информационная среда поощряет быстрое потребление и поверхностное взаимодействие, это неизбежно влияет на формирование моральных принципов и жизненных ценностей, смещая акцент с долгосрочных целей и глубоких отношений на мгновенное удовлетворение и внешнюю стимуляцию.

Таким образом, переизбыток информации выступает не просто как техническая проблема, а как фундаментальный социокультурный и психологический фактор, который, с одной стороны, открывает возможности для развития креативности [1], а с другой — угрожает целостности личности и способности общества к рациональному принятию решений.

Заключение

Проведенный теоретический анализ подтверждает, что переизбыток информации является значимым фактором, оказывающим противоречивое, но в целом деструктивное воздействие на современное общество.

Основные выводы

1. Информационная перегрузка ведет к снижению качества когнитивных процессов, требуя от человека избыточных усилий на верификацию и фильтрацию данных, что провоцирует информационный стресс.
2. Влияние цифровой среды на психику детей и подростков проявляется в виде синдрома «интеллектуальной слепоты» [4], вызванного доступностью «фастфуд-информации», что тормозит развитие сложных познавательных функций.
3. На философско-психологическом уровне избыточность информации может способствовать процессам деперсонализации, разрушая целостность личности и ее способность к глубокой рефлексии [5].
4. Несмотря на наличие позитивных аспектов, таких как развитие образной креативности в некоторых цифровых практиках [1], общее воздействие информационной среды требует немедленной разработки стратегий защиты.

Список литературы

1. *Богачева Н.В., Войскунский А.Е.* Компьютерные игры и креативность: позитивные аспекты и негативные тенденции // Современная зарубежная психология. — 2017. — Т. 6. — № 4. — С. 29–40.
2. *Дружилов С.А.* Современная информационная среда и экология человека: психологические аспекты // Гигиена и санитария. — 2018. — Т. 97. — № 7. — С. 597–603. — DOI: 10.18821/0016-9900-2018-97-7-597-603.
3. *Емельянов К.К.* Переизбыток информации и его влияние на когнитивные процессы человека // Научные исследования XXI века. — 2023. — № 6(26). — С. 256–260.
4. *Каменская В.Г., Томанов Л.В.* Цифровые технологии и их влияние на социальные и психологические характеристики детей и подростков // Экспериментальная психология. — 2022. — Т. 15. — № 1. — С. 139–159. — DOI: 10.17759/exppsy.2022150109.
5. *Карпов А.В., Воронова Т.А.* Цифровизация и развитие психики ребенка: вызовы нового времени // Человеческий капитал. — 2021. — № 8(152). — С. 22–28. — DOI: 10.25629/HC.2021.08.02.

6. *Мурзинцев С.В., Мурзинцева А.И.* Переизбыток информации как фактор деперсонализации личности // Философские дескрипты. — 2017. — № 18. — С. 10.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК ФАКТОР БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ

Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru
Дурдыев А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
durdyevaman2005@gmail.com

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AS A FACTOR IN PERSONAL SECURITY

Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru
Durdyev A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
durdyevaman2005@gmail.com

Аннотация. В статье рассматривается психологическая устойчивость как ключевой фактор безопасности личности, позволяющий адекватно реагировать на стрессовые ситуации и сохранять внутреннее равновесие. Актуальность темы обусловлена ростом психоэмоциональных нагрузок и неопределённости современного общества. Цель работы — выявить механизмы формирования устойчивости и их роль в обеспечении личной безопасности. Задачи: теоретический анализ концепций устойчивости, оценка её уровня и выявление практических методов укрепления. Объект — личность, предмет — психологическая устойчивость как фактор безопасности. Использованы методы анализа литературы, опроса и моделирования. Новизна заключается в интеграции когнитивных, эмоциональных и поведенческих аспектов, практическая значимость проявляется в возможности применения подходов для профилактики стрессовых последствий. Структура

работы включает три главы: теоретическую, прикладную и проектно-прогностическую.
Ключевые слова: психологическая устойчивость, безопасность личности, стресс, когнитивные и эмоциональные механизмы, профилактика.
Abstract. The article examines psychological resilience as a key factor in personal safety, enabling individuals to respond adequately to stressful situations and maintain internal balance. The relevance of the topic is determined by the increasing psycho-emotional load and uncertainty of modern society. The aim of the work is to identify the mechanisms of resilience formation and their role in ensuring personal safety. Tasks include a theoretical analysis of resilience concepts, assessment of its levels, and identification of practical methods for strengthening it. The object is the individual, and the subject is psychological resilience as a factor of safety. Methods used include literature analysis, surveys, and modeling. The novelty lies in integrating cognitive, emotional, and behavioral aspects, while practical significance is manifested in the application of approaches for preventing stress-related consequences. The structure of the work includes three chapters: theoretical, applied, and project-prognostic.
Key words: psychological resilience, personal safety, stress, cognitive and emotional mechanisms, prevention.

Психологическая устойчивость в последние годы всё чаще обсуждается в профессиональной среде и публичном пространстве. Высокий темп жизни, информационные перегрузки и социальная нестабильность создают фон, на котором личность регулярно сталкивается с угрозами — от внешних кризисов до внутренних переживаний, подрывающих уверенность в себе [6; 10; 13]. В этих условиях устойчивость превращается из «желательной черты» в базовый ресурс, поддерживающий способность действовать, сохранять самоконтроль и чувство опоры в непредсказуемой среде [6; 7; 14].

Безопасность личности уже трудно сводить только к физической защищенности. Всё большее значение приобретает психологическая безопасность — состояние, при котором человек ощущает относительную стабильность, доверяет себе и окружающим, способен противостоять эмоциональному давлению и сохранять работоспособность [3; 9]. Психологическая устойчивость выступает одним из ключевых условий этого состояния: она снижает разрушительное влияние стресса, ускоряет вос-

становление после трудных событий и поддерживает движение к значимым целям [10; 13]. При ее дефиците возрастает уязвимость к тревоге, дезадаптации и сбоям саморегуляции, что подрывает и внутреннюю, и внешнюю безопасность [2; 3].

Цель текста — показать роль психологической устойчивости в обеспечении безопасности личности и обозначить основные подходы к ее развитию. Для этого решаются задачи: описать содержание и структуру устойчивости, раскрыть психологическую безопасность как состояние, зависимое от устойчивости, а также представить прикладные подходы к оценке и укреплению устойчивости [3; 7]. Объектом выступает личность в условиях воздействия стрессовых и угрожающих факторов, предметом — психологическая устойчивость как фактор, влияющий на субъективное чувство защищенности и реальное сохранение функционирования.

Методологическая основа текста опирается на аналитический разбор работ по проблематике устойчивости и безопасности личности, сопоставление теоретических подходов и обобщение практических материалов, описывающих развитие устойчивости и профилактику угроз [2; 4; 6; 7; 9; 13; 14]. Такой подход позволяет выделить ключевые компоненты феномена и показать их связь с безопасностью личности. Новизна заключается в акценте на устойчивости как активном механизме психологической безопасности и в систематизации современных прикладных подходов, ориентированных на профилактику угроз личной безопасности [3; 8; 9]. Практическая значимость проявляется в возможности использовать материал в образовательных программах, тренинговой и профилактической работе [3; 7; 10].

Психологическая устойчивость: содержание и структура феномена

В современной психологии психологическая устойчивость понимается как внутренняя система, помогающая сохранять функциональность в условиях стресса и адаптироваться к изменениям среды [6; 7; 10; 14]. Речь идет не о «крепких нервах», а о совокупности когнитивных, эмоциональных и поведенческих

механизмов, поддерживающих способность действовать, когда ситуация становится сложной или неопределенной [6; 10].

Устойчивость проявляется в умении перерабатывать переживания, выстраивать внутренние границы безопасности и сохранять готовность к действиям при высоком уровне напряжения [6; 7]. Этот ресурс включает когнитивную гибкость, навыки управления эмоциями и готовность искать выходы из трудных обстоятельств, опираясь на собственные и внешние ресурсы [6; 10; 14]. Ее уровень меняется в зависимости от опыта, состояния организма и качества социальной поддержки, что делает феномен динамичным и многомерным [4; 7; 10].

Когнитивный уровень устойчивости связан с тем, как личность воспринимает и объясняет происходящее. Ключевым элементом выступает когнитивная гибкость — способность менять точку зрения, рассматривать несколько вариантов решения, корректировать первоначальные оценки [6; 13; 14]. Она снижает воздействие стресса, помогает избегать драматизации, обесценивания собственных возможностей и преувеличения угроз. Важным компонентом является реалистичное восприятие себя и среды: при адекватной оценке собственных ресурсов стресс реже воспринимается как непреодолимая преграда [2; 6].

Эмоциональный уровень опирается на способность регулировать чувства и не позволять им полностью захватывать сознание. Важны навыки распознавания собственных эмоциональных реакций, управления тревогой, умение связывать переживания с реальными событиями, а не с катастрофическими ожиданиями [10; 13]. При этом эмоциональная регуляция не равна подавлению чувств: хроническое подавление ведет к накоплению напряжения и снижению устойчивости [5; 10]. Гораздо продуктивнее способность перерабатывать эмоции и возвращать внутреннее равновесие через осмысление происходящего и опору на значимые отношения [7; 10; 11].

Поведенческая составляющая устойчивости проявляется в стратегиях реагирования на трудности. Более устойчивыми оказываются люди, склонные к активным и конструктивным способам преодоления проблем: постановке реальных задач, планированию действий, поиску информации и поддержки, поэтапному решению

сложных ситуаций [6; 7; 8]. Противоположный полюс составляют избегание, пассивность и длительное «застревание» в тревожных размышлениях. На выбор стратегий влияют не только установки, но и наличие внешних ресурсов — социальных связей, доверия к окружающим, опыта обращения за помощью [3; 7; 9].

В структуру устойчивости входит локус контроля — субъективное ощущение влияния на собственную жизнь. При внутреннем локусе человек воспринимает себя участником происходящего, а не пассивным объектом обстоятельств, что снижает тревожность и поддерживает готовность к действиям [2; 6]. Дополняет модель мотивационная составляющая: стремление сохранять активность, не отказываться от целей под давлением неблагоприятных факторов, находить смысл даже в сложных событиях [7; 10; 14]. При сочетании этих компонентов устойчивость становится опорой в условиях неопределенности и снижает риск дезадаптации [3; 10].

Понятие безопасности личности в психологическом контексте

В повседневном понимании безопасность личности часто сводится к защите от внешних угроз. Психологический взгляд показывает, что безопасность включает внутреннее измерение — состояние, при котором человек ощущает себя достаточно защищенным, чтобы функционировать, несмотря на существующие риски [3; 9; 12]. Психологическая безопасность сохраняется и тогда, когда угрозы реальны, если личность способна регулировать реакции, восстанавливать равновесие и удерживать ясность восприятия [3; 9; 11].

Психологическая безопасность опирается на субъективные ощущения. От того, насколько человек доверяет миру и себе, ориентируется в изменчивой среде и осознает собственные возможности, зависит устойчивость к угрозам [3; 11; 12]. При восприятии мира как хаотичного и непредсказуемого усиливается тревожность, снижается чувство контроля и ухудшается адаптация. В результате внешние риски усиливаются внутренними реакциями [2; 9].

Заметную роль играет саморегуляция — способность управлять эмоциями, контролировать импульсы, восстанавливать равновесие после напряженных событий [3; 5; 10]. При слабой саморегуляции даже нейтральные ситуации могут восприниматься как угрожающие. При развитой саморегуляции сохраняется чувство порядка и устойчивости даже при неблагоприятных внешних условиях [3; 9].

Важными оказываются и социальные факторы. Эмоциональная поддержка, доверие к окружающим, возможность получить помощь, и конструктивная коммуникация усиливают ощущение защищенности [3; 9; 11]. При поддерживающей социальной среде человек легче переносит тревожные ситуации и реже воспринимает трудности как катастрофу. Враждебный или конфликтный контекст, напротив, способствует формированию устойчивого ощущения угрозы [11; 12].

Для наглядности основные компоненты психологической безопасности могут быть представлены в виде схемы.

Таблица 1

Психологические компоненты безопасности личности

Компонент	Содержание	Влияние на безопасность
Когнитивный	Восприятие угроз, интерпретация событий, оценка собственных возможностей	Определяет рациональность реакции на стресс и способность сохранять контроль
Эмоциональный	Уровень тревожности, умение регулировать эмоции, устойчивость к перегрузкам	Способствует снижению внутреннего напряжения и предотвращает дезадаптивные реакции
Поведенческий	Стратегии реагирования, готовность к активным действиям, гибкость поведения	Позволяет эффективно справляться с трудностями и уменьшает чувство беспомощности
Социальный	Наличие поддержки, качество взаимодействия, доверие к людям	Усиливает чувство принадлежности и снижает восприятие мира как опасного

Компонент	Содержание	Влияние на безопасность
Личностный	Ответственность, локус контроля, самооценка, мотивация развития	Формирует внутренние ресурсы, определяющие устойчивость к угрозам

Перечисленные компоненты показывают, что психологическая безопасность складывается из взаимодействия когнитивной, эмоциональной, поведенческой, социальной и личностной сфер [2; 3; 9]. Она не является статичной: с течением времени может усиливаться или ослабевать под влиянием жизненного опыта, стрессовых воздействий, качества межличностных связей и доступности внутренних ресурсов [2; 4; 7]. Значимую роль играют культурные нормы и личная история: опыт успешного преодоления трудностей укрепляет безопасность, а длительный фон неопределенности и неуспеха повышает чувствительность к угрозам [4; 11; 12].

В итоге психологическая безопасность отражает способность личности жить в условиях неопределенности, воспринимать угрозы без чрезмерной тревоги и сохранять функциональность [3; 9]. На этой основе строятся адаптация, эмоциональная устойчивость и способность противостоять внутренним и внешним вызовам.

Взаимосвязь психологической устойчивости и безопасности личности

Связь психологической устойчивости и безопасности особенно отчетливо проявляется в ситуациях неопределенности и высокой нагрузки. Внутренние ресурсы, поддерживающие устойчивость, формируют защитный контур, который помогает противостоять стрессовым воздействиям и сохранять чувство влияния на происходящее [3; 7; 9]. При достаточном уровне устойчивости угроза чаще воспринимается как трудная, но решаемая задача, а не как полный крах.

На когнитивном уровне устойчивость помогает удерживать внимание на значимых деталях, сопоставлять факты и не уходить в тревожные фантазии [6; 13]. Личность с развитой устой-

чивостью склонна отделять реальные риски от воображаемых, не абсолютизировать опасность. Это снижает вероятность эмоционального перегрева и импульсивных решений, поддерживает более трезвую оценку ситуации и тем самым укрепляет психологическую безопасность [3; 13].

Эмоциональная составляющая связи проявляется в способности сохранять внутреннее равновесие даже при интенсивном стрессе. Контроль над интенсивностью переживаний уменьшает риск паники, эмоционального ступора и резких поступков, усиливающих угрозу [5; 10; 13]. Ощущение безопасности опирается на уверенность, что эмоции поддаются регулированию и не разрушат способность мыслить и действовать.

Поведенческий уровень взаимосвязи определяется разнообразием доступных стратегий реагирования. Чем шире поведенческий репертуар, тем легче адаптироваться к новым условиям, менять способы действия и пробовать альтернативные решения [6– 8]. Возможность выбирать между несколькими вариантами поведения снижает тревогу и делает ситуацию более управляемой.

Важно учитывать и локус контроля. Внутренний локус поддерживает представление о себе как о субъекте, capable влиять на ход событий, и тем самым снижает ощущение беспомощности [2; 3; 6]. Значимую роль играет и социальная поддержка: наличие людей, готовых помочь и разделить ответственность, уменьшает чувство одиночества перед лицом угрозы и дополняет личные ресурсы устойчивости [3; 9; 11].

Реакция на длительный стресс особенно ясно демонстрирует роль устойчивости. При ее недостатке нагрузки ведут к истощению, нарушению когнитивных функций и формированию деструктивных стратегий поведения [5; 10; 13]. В результате реальная угроза усиливается внутренними реакциями. При достаточном уровне устойчивости даже длительное напряжение не приводит к резкому падению эффективности, а психологическая безопасность удерживается на приемлемом уровне [3; 7; 10].

Различия в устойчивости объясняют, почему одни люди воспринимают схожие события как катастрофу, а другие — как сложную, но решаемую ситуацию [6; 14]. Уровень устойчиво-

сти определяет способность сохранять внутреннюю целостность и контролировать поведение в условиях неопределенности, что напрямую связано с ощущением безопасности личности.

Оценка уровня психологической устойчивости

В прикладной психологии устойчивость чаще всего оценивается с помощью опросников, фиксирующих, как часто человек чувствует себя способным справляться с разными стрессовыми факторами [1; 7; 14]. Такие методики позволяют рассматривать устойчивость как интегральный ресурс, объединяющий когнитивную, эмоциональную и поведенческую регуляцию.

Показательный пример дает анализ устойчивости сотрудников уголовно-исполнительной системы к стрессовым ситуациям [1]. Рассматриваются две группы: со стажем службы до 10 лет и более 10 лет. Для обеих групп рассчитывается общий уровень устойчивости на основе стандартизированного опросника, включающего шкалы, отражающие реакцию на разные типы стрессоров [1].

Обобщенные результаты по общему уровню устойчивости представлены в табл. 2.

Таблица 2

Уровень психологической устойчивости к стрессу у сотрудников УИС с разным стажем службы (по данным Г.И. Аксеновой и др. [1]), в %

Группа сотрудников	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Стаж службы до 10 лет	31,3	40,6	28,1
Стаж службы более 10 лет	0,0	27,3	72,7

Сопоставление показывает, что при стаже до 10 лет значительно выше доля сотрудников с низкими показателями устойчивости, тогда как при стаже более 10 лет большинство респондентов относится к группе с высоким уровнем [1]. Этот результат отражает накопление внутренних ресурсов по мере профессионального опыта: со временем усиливается способность перено-

сить длительные нагрузки, сохранять работоспособность и контролировать эмоциональные реакции в ситуациях угрозы [1; 7].

В дальнейшем анализируются отдельные компоненты устойчивости — переносимость неопределенности, монотонности, повседневных стрессоров и ситуаций конкретной угрозы [1]. Наиболее выраженные показатели у сотрудников со стажем более 10 лет представлены в табл. 3.

Таблица 3

Наиболее выраженные компоненты психологической устойчивости у сотрудников УИС со стажем более 10 лет (по данным Г.И. Аксеновой и др. [1])

Компонент	Краткое содержание	Доля сотрудников с высоким уровнем, в %
Общий уровень устойчивости	Способность в целом сохранять функциональность в стрессе	72,7
Неопределенность ситуации	Сохранение эмоционального равновесия при неопределенных условиях	90,9
Ситуации конкретной угрозы	Контроль поведения при прямой внешней угрозе	около 81,8
Монотонность	Устойчивость к однообразной, рутинной деятельности	около 72,7
Повседневные стрессоры	Реакция на мелкие, но частые жизненные напряжения	около 63,6

Данные демонстрируют, что устойчивость формируется неравномерно. Особенно укреплены компоненты, связанные с переносимостью неопределенности, монотонных нагрузок и повседневных стрессоров [1]. Это позволяет говорить о формировании психологического «щита», который снижает риск дезадаптации и эмоционального выгорания в профессиональных условиях [1;

3]. Одновременно сохраняются уязвимые зоны, например, реакции на информационные перегрузки и дефицит времени, что подчеркивает необходимость точечной диагностики и адресной работы с отдельными компонентами устойчивости [1; 7].

Психологические практики укрепления устойчивости

Развитие психологической устойчивости рассматривается как одно из ключевых направлений повышения безопасности личности [6; 7; 10]. Работа строится на нескольких уровнях: когнитивном, эмоциональном, поведенческом и социальном. Общая задача — сформировать привычку действовать относительно конструктивно даже в условиях сильного стресса [8; 10].

На когнитивном уровне акцент делается на умении трезво оценивать ситуацию, выделять реальные угрозы и собственные ресурсы [6; 13; 14]. Используются техники работы с мысленными схемами, снижения склонности к катастрофизации и преувеличению риска. Коррекция искажений позволяет уменьшать эмоциональное напряжение, а эмоции начинают восприниматься как значимые сигналы, с которыми можно работать, а не как неконтролируемый поток [5; 10; 13].

Эмоционально-регуляционные стратегии обеспечивают контроль над интенсивностью переживаний. Распространены практики осознанного дыхания, концентрации на настоящем моменте, телесной релаксации [8; 10]. Регулярное использование этих техник снижает уровень тревоги, активизирует механизмы саморегуляции и формирует более спокойный стиль реагирования. Важным дополнением становится развитие внутреннего поддерживающего диалога, уменьшающего избыточную самокритику и усиливающего ощущение влияния на собственное состояние [8; 10].

Поведенческая составляющая проявляется в освоении стратегий активного противостояния стрессу: планировании действий, поэтапной организации деятельности, поиске внешних ресурсов, опоре на ранее успешный опыт [6; 7]. Такой подход уменьшает чувство беспомощности и поддерживает ощущение влияния на исход ситуации.

Социальная поддержка усиливает внутреннюю устойчивость. Эффективные коммуникации, участие в групповых обсуждениях и тренингах, включенность в профессиональные и учебные сообщества создают сеть внешних опор [3; 8; 9]. Наличие людей, к которым можно обратиться за помощью, снижает уровень тревоги и делает угрозы менее субъективно значимыми.

Отдельную роль играет ежедневная самостоятельная практика: ведение дневника эмоций, анализ собственных реакций, планирование способов их регуляции, постепенное включение в ситуации с умеренным уровнем стресса [8; 10; 14]. За счет этого навыки устойчивости постепенно закрепляются и начинают проявляться автоматически в более напряженных условиях.

Программы и методы профилактики угроз личной безопасности

Профилактика угроз личной безопасности в психологическом плане представляет собой комплекс методов, направленных на снижение уязвимости личности перед стрессовыми воздействиями и кризисными ситуациями [3; 9; 11]. Задача таких программ — помочь человеку заранее сформировать стратегии, позволяющие сохранять внутреннее равновесие и действовать осознанно при столкновении с угрозами.

Индивидуальные подходы опираются на развитие личных ресурсов и навыков саморегуляции. Сюда входят заблаговременное планирование действий, когнитивный анализ возможных угроз и собственных реакций, освоение техник эмоциональной разгрузки [5; 8; 10; 13]. Эти методы снижают уровень неопределенности, укрепляют чувство контроля и помогают избегать импульсивных решений.

Поведенческие стратегии профилактики связаны с обучением навыкам эффективной коммуникации, отработкой алгоритмов поведения в критических ситуациях, тренировкой способности принимать решения при дефиците времени и информации [3; 9; 11]. Наличие заранее продуманных вариантов действий уменьшает риск дезорганизации и паники.

Групповые форматы — тренинги, ролевые игры, моделирование стрессовых эпизодов — создают безопасное пространство для отработки новых стратегий [8; 10]. Участники могут наблюдать разные модели поведения, обсуждать последствия решений и укреплять навыки взаимной поддержки. Это повышает чувство принадлежности и становится дополнительным фактором психологической безопасности [3; 11].

Образовательные программы, включающие темы психологической устойчивости и безопасности, помогают формировать более осознанное отношение к собственным состояниям [3; 7; 9]. Информация о механизмах реагирования на угрозы и способах самопомощи снижает уязвимость к стрессу и поддерживает готовность к адаптивным действиям.

Комплексные профилактические программы объединяют индивидуальную, групповую и образовательную работу [3; 9; 11]. Такой подход позволяет учитывать особенности когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфер, а также влияние социальной среды. Результатом становится более высокий уровень психологической безопасности и снижение риска перехода стрессовой ситуации в кризисное состояние.

Заключение

Психологическая устойчивость выступает одним из ключевых факторов безопасности личности в условиях современных социальных, профессиональных и личностных вызовов [3; 6; 7; 10]. Она формируется как комплексное качество, включающее когнитивные, эмоциональные, поведенческие и социальные компоненты, которые совместно определяют восприятие угроз и выбор стратегий реагирования.

Связь устойчивости и безопасности особенно заметна в условиях повышенной неопределенности и длительного стрессового воздействия [3; 9; 13]. Развитая устойчивость формирует внутренний контур защиты, помогает сохранять контроль над ситуацией и поддерживать готовность к адаптивным действиям. За счет этого снижается риск дезадаптации, укрепляется субъективное чувство защищенности и повышается способ-

ность личности функционировать в сложных условиях [3; 7; 10].

Прикладная работа с устойчивостью опирается на оценку уровня психологических ресурсов, использование когнитивных техник, развитие навыков эмоциональной регуляции, освоение активных поведенческих стратегий и опору на социальную поддержку [1; 6–8; 10; 14]. Профилактика угроз личной безопасности строится на сочетании индивидуальных, групповых и образовательных методов, направленных на снижение уязвимости перед стрессорами [3; 9; 11].

Психологическая устойчивость в итоге предстает базовым ресурсом, обеспечивающим безопасность личности. Она объединяет внутренние механизмы, которые помогают справляться с угрозами, сохранять контроль и поддерживать функциональность. Укрепление устойчивости приобретает стратегическое значение, так как создает основу для психологической защищенности и успешной адаптации к миру, требующему постоянной мобилизации ресурсов [6; 7; 10; 14].

Список литературы

1. *Аксенова Г.И., Аксенова П.Ю., Двойнишникова В.Н.* Эмпирическое исследование психологической устойчивости сотрудников уголовно-исполнительной системы к стрессовым ситуациям // Человек: преступление и наказание. — 2021. — Т. 29. — № 4. — С. 526–538. — URL: https://mcp.editorum.ru/ru/nauka/article/51304/view (дата обращения: 18.11.2025).
2. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1968. — 464 с.
3. *Донцов А.И., Зинченко Ю.П., Зотова О.Ю., Перелыгина Е.Б.* Психологическая безопасность личности: учебник и практикум для вузов. — М.: Юрайт, 2019. — 222 с.
4. Исторический обзор советских ученых, которые внесли вклад в феномен «устойчивость» // International Journal of Medicine and Psychology. — 2021. — Т. 4. — № 4. — URL: https://ijmp.ru/wp-content/uploads/2021/07/international-journal-of-med-and-psychol-t-4.-4-2021-1.pdf (дата обращения: 18.11.2025).

5. *Караян А.Г.* Психическая устойчивость: прочность или гибкость? // MSU Psychology Journal. — 2024. — URL: https://msupsyj.ru/en/articles/article/6756/ (дата обращения: 18.11.2025).
6. *Казанков В.* Психология устойчивости // 2019. — URL: https://books.yandex.uz/books/Pmwo0sp1/read-online (дата обращения: 18.11.2025).
7. *Крупник Е.П., Кисельникова Н.В.* Психологическая устойчивость личности в трудных жизненных ситуациях: монография. — М.: МПСУ, 2014. — 247 с.
8. Лайфхаки стойких людей: сборник практик // URL: https://www.universalinternetlibrary.ru/book/74614/chitar_knigu.shtml (дата обращения: 18.11.2025).
9. *Литвинова А.В.* и др. Психическая безопасность личности. — М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2024. — URL: https://psyjournals.ru/nonserialpublications/aapr2024/aapr2024.pdf (дата обращения: 18.11.2025).
10. *Одинцова М.В.* Психология жизнестойкости. — М.: Психологический центр, 2018. — 240 с.
11. *Субботина Л.Ю., Чудакова Т.Л.* Взаимовлияние безопасности личности и ее свойств // Психологическая газета. — 2023. — URL: https://psy.su/feed/10217/ (дата обращения: 18.11.2025).
12. Что понимать под состоянием безопасности личности // Психологическая газета. — URL: https://psy.su/feed/10218/ (дата обращения: 18.11.2025).
13. *Lazarus R.S.* Psychological Stress and the Coping Process. — New York: McGraw-Hill, 1966. — 466 p.
14. *Rylskaya E.A., Moshkina L.D.* Resilience in the integral individuality of students // Psychology. Psychophysiology. — 2021. — Vol. 13. — No 4. — P. 103–115.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ К ИЗМЕНЕНИЮ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, А ИМЕННО К ДИАГНОСТИРОВАНИЮ РАС: АСПЕКТЫ ПОДДЕРЖКИ

Шевченко Н.В.,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
uralo4ka85@ya.ru
Мелешко А.В.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
meleshkoalisiia@gmail.com
Авраменко А.А.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
anna.avrr@gmail.com

PARENTS' PSYCHOLOGICAL ADAPTATION TO A CHILD'S CHANGING HEALTH CONDITION, NAMELY, THE DIAGNOSIS OF ASD: ASPECTS OF SUPPORT

Shevchenko N.V.,
PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
uralo4ka85@ya.ru
Meleshko A.V.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
meleshkoalisiia@gmail.com
Avramenko A.A.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
anna.avrr@gmail.com

Аннотация. Диагноз РАС у ребенка — это трансформирующее событие для родителей, требующее сложной психологической адаптации. Учитывая рост заболеваемости (более 1 случая на 100 детей по данным ВОЗ, 2023), поддержка этой адаптации является актуальной проблемой общественного здравоохранения. Настоящая статья обобщает эмпирические и клинические данные, характеризующие многогранный процесс адаптации родителей. Опираясь на систематический обзор исследований родительской поддержки при хронических заболеваниях [1] и качественный анализ опыта РАС [2], представлена биопсихосоциальная модель адаптации. В ней анализируются значительные психологические последствия, включая повышенный уровень стресса, депрессии и тревожности у родителей. Подчеркивается, что эффективная адаптация и снижение патологического стресса зависят от целенаправленных и многоуровневых систем поддержки. Статья предлагает основанный на фактических данных анализ четырех ключевых направлений поддержки: профессиональной и системной; со стороны сверстников и общества; социальной и семейной; внутриличностной. В заключение даны рекомендации для клинической практики и будущих исследований.

Ключевые слова: РАС, аутизм, адаптация родителей, психологическая поддержка, стресс, биопсихосоциальная модель

Abstract. An ASD diagnosis in a child is a profound and transformative event for parents, initiating a complex process of psychological adaptation. Given the rising global prevalence (over 1 in 100 children, WHO, 2023), understanding and supporting this adaptation is a critical public health issue. This article synthesizes empirical and clinical data to characterize the multifaceted parental adaptation process following diagnosis. Drawing on a systematic review of parental support in chronic illnesses [1] and a qualitative analysis of ASD-related experiences [2], a biopsychosocial model of adaptation is presented. It analyzes significant psychological sequelae, including elevated parental stress, depression, and anxiety. The key argument posits that effective adaptation and reduction of pathological stress depend on targeted, multi-level support systems. The article offers an evidence-based analysis of four primary support areas: professional and systemic; peer and community; social and family; and intrapersonal. Data-driven recommendations for clinical practice and future research are provided.

Key words: ASD, autism, parental adaptation, psychological support, stress, biopsychosocial model.

Расстройства аутистического спектра (РАС) диагностируются у каждого 36-го ребенка (CDC), и число таких диагнозов неуклонно растет во всем мире. Этот рост делает первостепенным

изучение стратегий преодоления стресса, депрессии и тревожности у родителей, сталкивающихся с диагнозом РАС. Психологическое благополучие родителей напрямую влияет на эффективность реабилитационных мероприятий для детей с РАС. При этом, в Российской Федерации ощущается значительный дефицит научных исследований и публикаций, посвященных системным моделям поддержки родителей детей с РАС, что подчеркивает необходимость разработки собственных подходов. Таким образом, поддержка семей, воспитывающих детей с РАС, становится не частной проблемой, а неотложной задачей общественного здравоохранения, требующей разработки и внедрения эффективных, целостных моделей помощи, ориентированных на благополучие всей семьи. РАС представляет собой нарушение развития нервной системы, характеризующееся устойчивыми трудностями в социальном общении и взаимодействии, а также наличием ограниченных, повторяющихся моделей поведения, интересов или деятельности [3]. Согласно оценкам CDC в США, распространенность РАС составляет 1 случай на 36 детей, что подчеркивает масштаб затронутого населения. Для родителей процесс диагностики и последующий жизненный путь требуют глубокой психологической перестройки.

Первоначальный диагноз часто разрушает ожидания и представления родителей о «нормальном» родительстве, провоцируя кризис, сопоставимый с реакцией на травму. В исследовании, проведенном в [2], это наглядно описывается как «эмоциональные американские горки», характеризующиеся горем, замешательством и острой потребностью в руководстве. Вследствие хронического течения РАС и интенсивности заботы о детях, родители подвергаются значительно более высокому риску психологических заболеваний по сравнению с родителями нормально развивающихся детей или детей с другими хроническими заболеваниями [1]. В настоящей статье мы выходим за рамки общей модели хронических заболеваний и фокусируемся на уникальных особенностях аутизма, включая проблемы, связанные с управлением часто незаметными отклонениями, преодолением сложных поведенческих проявлений и противостоянием социальной стигматизации. Мы используем научный подход, объ-

единяя данные о распространенности, статистические данные о психическом здоровье родителей и научно обоснованные стратегии вмешательства для создания прочной основы для понимания и поддержки адаптации родителей.

Академический анализ психологического неблагополучия родителей

Психологическое воздействие, оказываемое на родителей после постановки диагноза расстройства аутистического спектра (РАС) у ребенка, представляет собой не просто единичный случай, а является задокументированным феноменом, характеризующимся выявляемыми статистическими закономерностями.

Распространенность повышенного стресса

В исследованиях постоянно фиксируются клинически значимые уровни стресса у родителей, осуществляющих уход за детьми, страдающими РАС. Исследования, применяющие стандартизированные инструменты, такие как «Опросник родительского стресса» (PSI), показывают, что у 70–80% матерей детей с РАС регистрируются показатели стресса, соответствующие клиническим критериям [4]. Это существенное превышение показателей, наблюдаемых у родителей детей с другими отклонениями развития, например, синдромом Дауна. Причины такого стресса имеют комплексный характер: они обусловлены основными симптомами ребенка (например, дефицитом коммуникации, эпизодами агрессии, повторяющимся поведением), опасениями по поводу безопасности (например, склонностью к побегам) и значительными трудозатратами, связанными с управлением программами терапии.

Сопутствующие тревожные и депрессивные состояния

Постоянный уход за детьми с РАС создает предрасположенность к развитию тревожных и депрессивных расстройств. Метаанализ, проведенный York (2018), показал, что родители детей с РАС демонстрируют:

Высокий уровень тревожности: показатели клинически значимой тревожности превышают аналогичные показатели у родителей типично развивающихся детей в 3–4 раза.

Выраженная депрессия: общая распространенность депрессивных симптомов у этих родителей оценивается в 31–40%, что свидетельствует о значительном эмоциональном бремени.

Постоянная потребность в бдительности, необходимая для предотвращения деструктивного поведения или управления непредсказуемыми реакциями, усиливает тревогу, в то время как хроническая усталость, социальная изоляция и переживания по поводу упущенных этапов развития способствуют развитию депрессии.

Физиологические признаки хронического стресса

Тревога имеет не только психологические, но и биологические проявления. Исследования выявляют физиологические изменения. У родителей детей с РАС часто наблюдается нарушение регуляции гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой системы (ГГНС), ключевой системы организма, отвечающей за реакцию на стресс. Это выражается в изменении уровня кортизола, что связано с рядом проблем со здоровьем, включая иммунную дисфункцию, сердечно-сосудистые заболевания и ускоренное старение клеток [5]. Эти биопсихосоциальные данные подчеркивают, что поддержка таких родителей является приоритетной задачей не только в области психического здоровья, но и в здравоохранении в целом.

Процесс адаптации: динамичная модель, ориентированная на конкретные задачи

Адаптация к диагнозу расстройства аутистического спектра (РАС) представляет собой нелинейный и динамичный процесс, ориентированный на выполнение конкретных задач. Результаты качественного исследования [2] формируют основу для понимания этого процесса.

Задача 1. *Преодоление диагностического этапа и эмоционального кризиса*

Путь к постановке диагноза часто является продолжительным, занимая в среднем несколько лет с момента возникновения первых опасений до получения официального подтверждения. Этот период, известный как «диагностический этап», сам по себе является значительным источником стресса. В момент постановки диагноза родители могут испытывать дезориентацию и чувство горя. Задача состоит в том, чтобы справиться с начальным эмоциональным кризисом. Салливан и соавторы [1] подчеркивают, что способ сообщения диагноза имеет решающее значение. Родители, получающие информацию сочувственно, четко и информативно, с предоставлением незамедлительных ресурсов, демонстрируют лучшую адаптацию в долгосрочной перспективе.

Задача 2. *Стать экспертом и защитником*

Родителям необходимо быстро освоить новые знания о РАС, прикладном анализе поведения (АВА), логопедии, сенсорной интеграции и законодательстве об образовании. Они берут на себя роли менеджера по уходу за пациентами, терапевта и активного защитника. Согласно исследованию Института исследований аутизма, родители тратят в среднем от 20 до 30 часов в неделю на мероприятия, связанные с вмешательством, в дополнение к обычному уходу. Успешное получение услуг или освоение поведенческих техник способствует ощущению самоэффективности, что является важным фактором защиты от стресса.

Задача 3. *Восстановление идентичности и смысла*

Это основная психологическая задача в процессе адаптации. Родители должны интегрировать диагноз аутизма своего ребенка в новую семейную идентичность и историю. Это включает в себя смену перспективы с акцента на дефиците («мой ребенок сломан») на более интегрированную точку зрения («у моего ребенка есть проблемы, но также и уникальные сильные стороны»). [2] задокументировали, как родители начали «ценить мелочи, все мелочи» и переопределять успех в соответствии с условиями сво-

его ребенка. Этот процесс осмысления тесно связан с посттравматическим ростом и устойчивостью в долгосрочной перспективе.

Задача 4. *Решение системных и постоянных проблем*

Адаптация не является конечной точкой. Задачи меняются по мере взросления ребенка. Родители сталкиваются с новыми трудностями при поступлении в школу, переходе к взрослой жизни, профессиональном обучении и планировании долгосрочного ухода. Системные проблемы, такие как взаимодействие со страховыми компаниями, школьными округами и государственными учреждениями, представляют собой постоянный и изнурительный источник стресса, требующий непрерывной адаптации и защиты.

Это ключевая психологическая задача адаптации. Родители должны интегрировать аутизм своего ребенка в новую семейную и идентичную нарративу. Этот процесс включает переход от взгляда, основанного на недостатках («мой ребенок неисправен»), к более целостному пониманию («у моего ребенка имеются трудности, но также и уникальные сильные стороны») [2]. Затем происходит сдвиг, когда родители начинают «признавать маленькие, очень мелкие вещи» и пересматривать определение успеха в контексте состояния их ребенка. Процесс осмысления глубоко связан с посттравматическим ростом и долгосрочной устойчивостью.

Адаптация не является конечной целью. Проблемы изменяются по мере взросления ребенка. Родители сталкиваются с новыми вызовами, включая вопросы инклюзии в образовании, переход во взрослую жизнь, профессиональную подготовку и долгосрочное планирование ухода. Системное бремя — борьба с медицинскими страховщиками, образовательными округами и государственными учреждениями — представляет собой постоянный и изнуряющий стрессор, требующий постоянной адаптации и поддержки.

Эффективная поддержка должна быть проактивной, многогранной и стабильной. Основные принципы опираются на интервенционные исследования и взаимодействие с родителями.

Шаги к адаптации

Первый шаг: *профессиональная и системная поддержка*. Этот столп составляет основу адаптации, включая своевременное медицинское сотрудничество, которое задает тон общению. Лучшие практики, основанные на рекомендациях [1], подразумевают использование ясного языка и создание партнерских отношений между медицинскими работниками и родителями.

Второй шаг: *поддержка со стороны сверстников и сообщества*. Валидация общего опыта играет важную роль в снижении чувства изоляции и повышении эмоционального благополучия. Формальные группы поддержки и мероприятия, ориентированные на доступность, помогают семьям справляться с вызовами, связанными с расстройством аутистического спектра.

Третий шаг: *социальная и семейная поддержка*. Неформальные сети, такие как поддержка партнеров и супругов, являются важным буфером, укрепляющим семью в сложные времена, что исследуется в рамках терапии пар, направленной на специфические проблемы, возникающие в процессе воспитания ребенка с аутизмом.

Четвертый шаг: *поддержка со стороны расширенной семьи и друзей*. Практическая помощь от близких людей более важна для благополучия матери, чем формальные формы поддержки. Эффективная помощь должна быть конкретной: «я буду ухаживать за детьми каждую вторник днем» или «я принесу тебе еду в пятницу». Такие ощутимые действия существенно облегчают практические нагрузки, отраженные в статистических данных.

Пятый шаг: *внутренняя поддержка и повышение устойчивости*. Этот аспект акцентирует внимание на когнитивных и поведенческих методах, которые родители могут развивать.

Шестой шаг: *снижение стресса через осознанность* (MBSR). Программы MBSR, направленные на родителей детей с ограниченными возможностями, продемонстрировали позитивные результаты в рамках рандомизированных контролируемых испытаний. Результаты участников включают: уменьшение стресса и тревоги, улучшение качества сна, а также повышение осознанности в воспитании детей, что приводит к более положительному взаимодействию между родителями и детьми.

Седьмой шаг: *когнитивная переоценка и позитивный рефрейминг*. Данный метод, основывающийся на фактических данных, включает сознательное переосмысление стрессовых ситуаций. Например, интерпретация настойчивости ребенка не как «навязчивости», а как «глубокой мотивации и увлеченности» может изменить эмоциональную реакцию.

Шаг восемь: *защита интересов и посттравматический рост*: многие родители находят значимый смысл и силу в защите интересов. Перенаправление своего опыта на помощь другим семьям или содействие системным изменениям помогает им изменить повествование о жертвах на историю о возможностях и целях, что является важным аспектом посттравматического взросления.

Обсуждение и рекомендации для практики

Обобщение статистических данных и качественного опыта говорит о необходимости адаптации систем здравоохранения и общественных организаций. Современная поддержка часто фрагментирована, и предлагается следующее:

— внедрить стандартизированный скрининг для родителей на предмет стресса, тревоги и депрессии на каждом визите ребенка с РАС;
— обеспечить финансирование программ обучения родителей и временного ухода как необходимых медицинских услуг;
— создать многопрофильные клиники, включающие специалистов для комплексного ухода;
— развивать группы поддержки и консультации для братьев и сестер детей с РАС, чтобы поддержать их адаптацию и общую семейную гармонию.

Заключение

Программа психологической адаптации для родителей ребенка, диагностированного расстройством аутистического спектра, представляет собой один из наиболее трудоемких этапов в жиз-

ни, сопровождающийся повышенным статистическим риском развития стресса, тревоги и депрессии. В данной статье этот этап трактуется не как пассивное переживание, а как динамичное вовлечение в целенаправленные и непрерывные действия — от начального шока до обеспечения долгосрочных интересов семьи. Статистические показатели уровня стресса у родителей в сочетании с качественными описаниями их личного опыта приводят к четкому и обоснованному заключению: путь преодоления в значительной степени зависит от поддерживающих систем, формирующих окружение семьи.

Фактически обоснованные формы поддержки, такие как экспертиза специалистов, эмпатия от сверстников с аналогичным опытом, устойчивость социальных связей и развитие внутренней резилиентности, не выступают в качестве второстепенных добавлений к терапии ребенка; они составляют неотъемлемые компоненты этически выверенного и результативного подхода к благополучию всей семьи. Согласно исследованиям, таким как данные Американской психологической ассоциации [6], инвестиции эти ресурсы отвечают медицинским стандартам и этическим нормам. Внедрение научно обоснованных моделей ухода, которые заранее учитывают психическое здоровье родителей и системные вызовы, позволяет не просто сохранять их в состоянии выживания, но и способствовать полноценному развитию. Это формирует прочную семейную идентичность, основанную на стойкости, любви и заботе, где ощущение повседневной нормальности обретает новое, глубокое значение.

Список литературы

1. An exploration of the experience of parents withchildren with autism spectrum disorder after diagnosis and intervention / Ben Milbourn, Marita Falkmer, MelissaBlack, Sonya Girdler // Scandinavian Journal of Child andAdolescent Psychiatry and Psychology. — December 2017. — No 5(3). — P. 104–110.
2. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. — 5th ed. — 2013.

3. *Bonis S.* Stress and Parents of Childrenwith Autism: A Review of Literature // Issues in Mental Health Nursing. — 2016. — No 37(3). — P. 153–163.
4. Autism Spectrum Disorder: A Guide for Parents // American Psychiatric Association. — 2020. — URL: https://autism.help/uploads/store/uploads/document/56/file/4ffa3874bdb5b147b570cdeac3731dfc.pdf (дата обращения: 01.11.2025).
5. An exploration of the experience of parents withchildren with autism spectrum disorder after diagnosis and intervention // Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology. — December 2017. — No 5(3). — P. 104–110.
6. *Hayes S.A., Watson S.L.* The impact of parenting stress: A meta-analysis ofstudies comparing the experience of parenting stress in parents of childrenwith and without autism spectrum disorder // Journal of Autism and Developmental Disorders. — 2013. — No 43(3). — P. 629–642.
7. *Kuhn J.C.*, et al. A randomizedcontrolled trial of ACT for parents of children with autism // Journal of Autism and Developmental Disorders. — 2018.
8. *Maenner M.J.*, et al. Prevalence and Characteristics of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 Sites, UnitedStates, 2020 // MMWR Surveillance Summaries. — 2023. — No 72 (2). — P. 1–14.
9. Parents' views and experiences of the autismspectrum disorder diagnosis of their young child: a longitudinal interviewstudy / Delphine Jacobs 1, Jean Steyaert 2 3, Kris Dierickx 4, Kristien Hens 5
10. *Sullivan C.E.*, et al. Reducing compassion fatiguein inpatient pediatric oncology nurses // Oncology Nursing Forum. — 2019. — No 46(3). — P. 338–3472.
11. *Seltzer M.M.*, et al. Cortisol levels inmothers of children with autism spectrum disorder // Journal of Autism and Developmental Disorders. — 2010.
12. Autism. Retrieved from // World Health Organization (WHO). [WHOwebsite]. — 2023.
13. *Yorke I.*, et al. The prevalence ofanxiety and depression in parents of children with autism spectrum disorder: Asystematic review and meta-analysis // Journal of Autism and Developmental Disorders. — 2018.

УДК 159.9

РОЛЬ ТЕЛЕВИЗИОННОЙ ЖУРНАЛИСТИКИ В ФОРМИРОВАНИИ И ПОДДЕРЖАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБЩЕСТВА

Шевченко А.В.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
schevchenko.albinochka@yandex.ru
Студенов И.С.,
студент,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
studenov.ivan@mail.ru
Митронова А.С.,
заместитель декана факультета журналистики,
Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского, Москва
a.s.mitronova@uwc-i.ru

THE ROLE OF TELEVISION JOURNALISM IN SHAPING AND MAINTAINING THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF SOCIETY

Shevchenko A.V.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
schevchenko.albinochka@yandex.ru
Studenov I.S.,
Student,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
studenov.ivan@mail.ru
Mitronova A.S.,
Deputy Dean of the Faculty of Journalism,
V.V. Zhirinovsky University of World Civilizations, Moscow
a.s.mitronova@uwc-i.ru

Аннотация. В статье рассматривается роль телевизионной журналистики в обеспечении психологической безопасности современного российского общества. Анали-

зируются основные механизмы воздействия телевидения на психику населения, подчеркиваются преимущества и риски чрезмерного потребления медиа-контента. Особое внимание уделяется ответственности журналистов и редакционных коллективов за создание качественного, социально значимого продукта, способствующего формированию позитивного восприятия действительности. Формулируются рекомендации по улучшению качества телевизионного вещания в целях повышения уровня психологической защищенности россиян.

Ключевые слова: телевизионная журналистика, психологическая безопасность, влияние СМИ, массовое сознание, эмоциональное благополучие, социальные нормы поведения.

Abstract. The article examines the role of television journalism in ensuring the psychological safety of modern Russian society. It analyzes the main mechanisms of television's impact on the population's psyche and highlights the advantages and risks of excessive consumption of media content. Special attention is given to the responsibility of journalists and editorial teams to create high-quality, socially significant products that contribute to a positive perception of reality. The article provides recommendations for improving the quality of television broadcasting in order to enhance the psychological security of Russian citizens.

Key words: television journalism, psychological safety, media influence, mass consciousness, emotional well-being, and social norms of behavior.

Психологическая безопасность современного общества в условиях интенсивного информационного потока и цифровизации становится важнейшим фактором его устойчивого развития. Телевидение, как один из ключевых каналов массовой коммуникации, продолжает оставаться влиятельным медиаресурсом, через который формируется массовое сознание, социальные нормы и эмоциональное восприятие действительности. Вопреки развитию цифровых платформ, телевизионная журналистика сохраняет свою роль в обеспечении информационной поддержки населения, что обусловливает необходимость внимательного изучения её воздействия на психику и эмоциональное благополучие граждан.

Активное потребление телевизионного контента несет в себе как потенциальные преимущества — содействие социальному единству и формированию позитивных поведенческих моделей, так и значительные риски, связанные с распространением агрес-

сивных и стрессогенных сообщений. Чрезмерное воздействие негативного контента усиливает тревожность, способствует проявлениям агрессии, особенно у детей и подростков, что вызывает острую необходимость регулирования и повышения качества вещания.

В статье ставится цель проанализировать роль телевизионной журналистики в обеспечении психологической безопасности российского общества, выявить основные механизмы её воздействия на массовое сознание и эмоциональное состояние населения, а также выработать рекомендации для повышения социальной значимости и качества телевизионного вещания. Особое внимание уделяется ответственности журналистов и редакционных коллективов в создании качественного и этически ориентированного медиапродукта, способствующего укреплению психологической устойчивости граждан.

Психологическая безопасность личности и общества в условиях современного информационного пространства представляет собой комплексное состояние, включающее защиту от негативных психоэмоциональных воздействий, формирование устойчивого эмоционального благополучия и сохранение социальной стабильности [8]. В современном мире средства массовой информации, особенно телевидение, играют ключевую роль в конструировании массового сознания и влияют на социально-психологическое состояние населения [1].

Телевидение выполняет множество функций: информационную, образовательную, развлекательную, а также формирует социальные нормы и ценности [3]. Эти функции оказывают существенное воздействие на психику человека, выступая одновременно как ресурс для адаптации, так и источник потенциального риска. Согласно А.Г. Асмолову [1], качественный медиаконтент способствует развитию психологической устойчивости и позитивному восприятию окружающей действительности, в то время как чрезмерное или деструктивное медиапотребление способно вызывать стресс, тревожность и агрессию.

Исследования Л. Берковица [2] демонстрируют, что массовое потребление насильственного контента в СМИ приводит к усилению агрессивного поведения у зрителей и увеличению уров-

ня тревожности. Аналогично, В.Л. Миленчук [4] подчеркивает влияние телевизионных программ на формирование агрессивных моделей поведения у детей и подростков, что требует особого внимания к содержанию и подаче информации с этической точки зрения.

А.М. Руденко и В.В. Котлярова [6] выделяют воздействие средств массовой коммуникации на общество как двунаправленный процесс, в котором важнейшую роль играет баланс между информированием и эмоциональной нагрузкой. При этом, по мнению Ю.А. Позднякова и Д.В. Евсеенкова [5], в условиях цифровизации возрастает риск для информационно-психологической безопасности младших возрастных групп, что обусловливает необходимость усиления контроля и разработки специализированных программ защиты.

Телевидение оказывает комплексное влияние на психику населения через несколько взаимосвязанных механизмов, включающих информационное, эмоциональное и социальное воздействие. Первым механизмом является функция передачи информации и формирования представлений о мире. Телевизионные программы представляют события и явления, которые становятся основой для восприятия реальности и формирования массового сознания [3]. Через отбор и интерпретацию событий телевидение оказывает влияние на когнитивные процессы зрителей, формируя их убеждения и установки.

Второй важный механизм — эмоциональное воздействие. Телевизионный контент способен вызывать сильные эмоциональные реакции, которые напрямую влияют на психоэмоциональное состояние зрителя. Просмотр драматических, насильственных или тревожных сцен увеличивает уровень стресса и тревоги, особенно у детей и подростков, уязвимых к эмоциональному заражению [4; 2]. Это приводит к активации бессознательных негативных реакций, которые могут проявляться в агрессии или страхе.

Третий механизм — моделирование и подражание. Через наблюдение поведения героев и ведущих зрители, особенно молодежь, усваивают социальные нормы, модели поведения и способы реагирования на различные ситуации [1]. Если контент

содержит деструктивные модели — агрессию, насилие или нетерпимость, это может привести к формированию аналогичных поведенческих паттернов у зрителей.

Четвертый механизм связан с эффектом повторения и информационной перегрузки. Постоянный поток однотипной эмоционально насыщенной информации снижает способность критически воспринимать медиа, вызывает усталость и снижает уровень психологической устойчивости [5]. Это ведет к снижению сопротивляемости стрессам и формированию негативных установок.

Наконец, телевидение влияет на социальную идентичность и чувство принадлежности. Через символы, риторику и культурный контекст телевещание формирует групповые установки, влияют на национальное сознание и социальную сплоченность [7]. В этом аспекте роль телевидения двойственна: оно может укреплять национальную безопасность и стабильность, но при искажении информации — создавать социальные конфликты.

Чрезмерное потребление телевизионного контента влечет за собой ряд значимых рисков и проблем, которые существенно влияют на психологическое и социальное состояние зрителей. Один из ключевых рисков — информационная перегрузка, при которой избыток информации и эмоциональная насыщенность медиа вызывают стресс, усталость и снижение способности к критическому восприятию [5]. Это создает условия для ухудшения психологической устойчивости и повышенной тревожности.

Особую обеспокоенность вызывает воздействие агрессивного и насильственного контента, который способен стимулировать формирование агрессивных моделей поведения, особенно у детей и подростков [4; 2]. Подобное воздействие приводит к росту конфликтности, снижению чувства безопасности и усилению эмоциональной неустойчивости.

Еще одной проблемой является тенденция к пассивности и снижению социальной активности вследствие длительного просмотра телевидения. Чрезмерное медиа-потребление способствует изоляции, сокращению живого общения и уменьшению физической активности, что негативно сказывается на общем психофизическом состоянии личности [6].

Также излишнее время, проводимое у телевизора, увеличивает риски формирования зависимости от медиа и нарушений режима дня, что сказывается на качестве сна и общем состоянии здоровья. В цифровую эпоху усиление этих проблем дополнительно осложняется распространением мультимедийных платформ и доступом к разнообразному контенту без адекватного фильтра [5].

Кроме того, телевидение при чрезмерном потреблении может служить инструментом манипуляции общественным мнением и настроениями, способствуя распространению стереотипов, страхов и негативных установок [7]. В итоге это ведет к снижению доверия, социальной фрагментации и усилению социальных конфликтов.

Телевизионные журналисты и редакционные коллективы несут значительную ответственность за формирование медиаконтента, который влияет на психологическую безопасность общества. Их профессиональная и этическая ответственность заключается в создании качественной, объективной и социальной значимой информации, способствующей формированию позитивного восприятия действительности и укреплению эмоционального благополучия населения [1]. От выбора темы, подачи материала и стиля коммуникации зависит степень воздействия телевизионного продукта на массовое сознание и поведение зрителей.

Согласно исследованиям Л.А. Шайгеровой и коллег [8], журналисты должны придерживаться этических стандартов, избегая сенсационализма, излишнего драматизма и пропаганды насилия, которые могут стимулировать тревожность, страх и агрессивность у аудитории. Этические нормы в журналистике предусматривают обязательство информировать честно и взвешенно, обеспечивая социальную ответственность перед зрителями, особенно в вопросах, касающихся уязвимых групп населения — детей, подростков и людей с повышенной сенситивностью.

Редакционные коллективы играют ключевую роль в контроле качества медиапродукта, формируя программную политику, а также следя за соответствием содержания законодательно-нормативным и этическим требованиям [3]. Они обязаны обеспе-

чивать баланс между информационной насыщенностью и психологической безопасностью аудитории, минимизируя риски негативного воздействия.

В целом, ответственность журналистов и редакторов заключается в продуманном подходе к созданию телевизионного контента, который не только информирует, но и поддерживает социальные нормы поведения, способствует развитию критического мышления, снижает риски психологического давления и агрессии. Такой подход усиливает доверие к СМИ и укрепляет социальную стабильность, являясь важным фактором национальной безопасности [7].

Телевидение в современном российском обществе продолжает оставаться влиятельным инструментом формирования массового сознания и воздействия на психологическое состояние граждан. Проведенный анализ продемонстрировал, что телевизионная журналистика, действующая через многообразные механизмы воздействия, одновременно несет как возможности для укрепления психологической безопасности, так и риски, связанные с чрезмерным потреблением агрессивного и стрессогенного контента. Основными проблемами выступают информационная перегрузка, эмоциональное выгорание, а также формирование деструктивных поведенческих моделей, особенно у уязвимых категорий населения.

Ответственность журналистов и редакторов проявляется в обеспечении этичности и социальной значимости медиапродукта, поддержании баланса между информированием и сохранением эмоционального благополучия аудитории. Системный и профессиональный подход к разработке телевизионного контента, основанный на этических стандартах и психологической грамотности, позволяет минимизировать негативные эффекты и повысить уровень доверия к СМИ.

В условиях современного цифрового и информационного развития особое значение приобретает повышение медиаграмотности населения, а также внедрение механизмов контроля качества телевизионного вещания с учетом требований психологической безопасности. В дальнейшем актуальными остаются вопросы разработки нормативных и методических рекоменда-

ций, направленных на защиту психоэмоционального здоровья общества посредством качественной и ответственной телевизионной журналистики.

Таким образом, сбалансированное развитие телевизионного вещания и профессиональная ответственность медиа-работников являются ключевыми факторами укрепления психологической безопасности российского общества, способствуя поддержанию социальной стабильности и национальной безопасности в целом.

Список литературы

1. *Асмолов А.Г.* Психология современности // Вопросы психологии. — 2022. — № 5. — С. 12–23.
2. *Берковиц Л.* Насилие в масс-медиа // Агрессия: причины, последствия и контроль. — 2022. — № 7.
3. *Графнер В.В., Петров С.В., Забара Л.И.* Влияние телевидения // Опасности социального характера и защита от них: учебное пособие. — 2015. — № 3.
4. *Миленчук В.А.* Роль СМИ и телевизионных программ в стимуляции агрессии и насилия у детей и подростков // Молодой ученый. — 2024. — № 13. — С. 55–59.
5. *Поздняков Ю.А., Евсеенков Д.В.* Информационно-психологическая безопасность ребенка в цифровом пространстве // Журнал междисциплинарных медицинских исследований. — 2024. — № 3.
6. *Руденко А.М., Котлярова В.В.* Воздействие средств массовой коммуникации на современное общество // Медиаобразование. — 2017. — № 3. — С. 134–142.
7. *Тонконогов А.В.* Телевидение как фактобеспечения и угроза национальной безопасности современной России // URL: https://cyberleninka.ru/article/n/televidenie-kak-faktor-obespecheniya-i-ugroza-natsionalnoy-bezopasnosti-sovremennoy-rossii/viewer (дата обращения: 05.11.25).
8. *Шайгерова Л.А., Шилко Р.С., Зинченко Ю.П.* Психологическая безопасность личности и общества в современном информационном пространстве // Национальный психологический журнал. — 2011. — №2. — С. 48–59.

УДК 351.758.16

ВОЗМОЖНОСТИ И РИСКИ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ ПОСРЕДСТВОМ КИНО

Щеглова Н.Н.,
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры иностранных языков и лингвистики,
Поволжский государственный технологический университет, Йошкар-Ола
tcheglova@rambler.ru
Харина А.А.,
студент,
Поволжский государственный технологический университет, Йошкар-Ола
an.kharina05@mail.ru

OPPORTUNITIES AND RISKS OF SPIRITUAL AND MORAL EDUCATION OF YOUNG PEOPLE THROUGH CINEMA

Shcheglova N.N.,
PhD in Pedagogical Sciences,
Associate Professor of Foreign Languages and Linguistics Department,
Volga State University of Technology, Yoshkar-Ola, Russia,
tcheglova@rambler.ru
Kharina A.A.,
Student,
Volga State University of Technology, Yoshkar-Ola
an.kharina05@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема влияния средств массовой информации, в частности, кино, на мировоззрение и моральные ориентиры современной молодежи. Производится анализ современных жанров кино и их сравнение с продукцией советского периода. Делаются выводы о необходимости дальнейшего развития кино как источника формирования ценностных ориентаций современной молодежи.

Ключевые слова: духовно-нравственное воспитание, кино, СМИ, ценности, моральные ориентиры, молодежь, мировоззрение.

Abstract. The article examines the influence of mass media, particularly cinema, on the worldview and moral values of modern youth. It analyzes contemporary film genres and compares them with those of the Soviet era. The article concludes that further development of cinema is necessary to shape the values of modern youth.

Key words: spiritual and moral education, cinema, media, values, moral guidelines, youth, worldview.

В современных условиях СМИ выступают ключевым инструментом формирования мировоззрения молодежи [6, с. 5]. Изучение влияния СМИ на молодое поколение важно потому, что оно, как наиболее восприимчивое к инновациям, более других подвержено ценностным и мировоззренческим перестройкам, чем взрослые, жизненный опыт которых позволяет критически оценивать информацию [3, с. 30]. Средства массовой информации сегодня транслируют определенные образцы поведения и стиль жизни, формируя нравственные основы жизни [2, с. 23].

Процесс медиа воздействия сегодня перешел из-под государственного контроля в руки блогеров и рекламодателей [7, с. 136]. Привычка доверять СМИ делает молодежь уязвимой перед навязыванием у них определенных установок «правильной» жизненной позиции.

Современные средства массовой информации — кино, сериалы, литература — играют ключевую роль в формировании мировоззрения молодого поколения. Через художественные образы транслируются определённые жизненные стратегии, модели поведения и ценностные установки [5, с. 126]. Исследование социальных последствий воздействия СМИ на молодежную аудиторию показывает изменение ценностных приоритетов [4, с. 145].

СМИ играют одну из ключевых ролей в становлении системы ценностей в подростковом возрасте. Безусловно, такой жанр как кинофильм в настоящее время теряет свои позиции, уступая место коротким видео или, наоборот, сериалам. Однако в последние десятилетия мы видим возрождение так называемого семейного фильма, который призван объединить семью на время его просмотра. Главная цель семейного кино — патриотическое воспитание. Это могут быть сказки и мультфильмы («По щучьему веленью», «Чебурашка», «Огниво», «Летучий корабль», «Последний

богатырь», «Конек-Горбунок» и другие). Фильмы о выдающихся исторических деятелях России («Александр I», «Витязи», «Горбачев», «Государь», «Адмирал Кузнецов») призваны показать конкретную историческую личность как человека с трудной судьбой и обстоятельствами. Большой сегмент на рынке кинопроката занимают фильмы о спортсменах («Легенда № 17» «Движение вверх», «Лед», «Вне игры», «Бойцовая воля», «Бодибилдер», «Белый снег»), изображающие путь человека к славе, цену преодоления им жизненных и карьерных трудностей и препятствий, возрождение веры в исключительные возможности любой талантливой личности. Отдельно в этом списке идут фильмы о Великой Отечественной войне, поскольку ее влияние на судьбу каждой российской семьи было очень велико и трагично («Бессмертный полк», «Блиндаж», «По законам военного времени», «Сталинград. Будем помнить...», «Т-34», «Битва за Родину», «Корни», «Праведник», «Золотой конвой» и т.д.). В перечисленном нами ряду нет лирических фильмов, созданных изначально для взрослой целевой аудитории, как это было в советское время. Например, фильм «Москва слезам не верит» пронизан реалиями советского строя и одновременно надеждой на внезапную любовь и обретение семейного счастья в любом возрасте.

В советских фильмах поднимались темы, отражающие идеологию и особенности эпохи, а также семейные ценности. Советское кино активно продвигало идею коллективизма и самопожертвования ради общего блага, труд считался основой морального облика человека, счастье достигается через работу на благо общества («Весна на Заречной улице»). Военные фильмы создавали культ победы и образ «правильного» защитника Родины («Они сражались за Родину», «А зори здесь тихие...»). Советское кино высмеивало тех, кто выходил за рамки принятых норм («Бриллиантовая рука», «Ирония судьбы, или С легким паром!»). Личные отношения часто подчинялись общественным нормам. Любовь должна была быть «правильной» — скромной, ориентированной на создание семьи и поддержку государства («Москва слезам не верит», «Любовь и голуби»).

Большинство фильмов советской эпохи (за исключением детских) создавались именно для взрослого зрителя. Поскольку

кино было очень популярно, такие фильмы смотрели все — от детей до пенсионеров. Советский фильм был прост и понятен каждому, он учил правильным формам поведения в обществе, в том числе и в отношениях с противоположным полом. Возможно, в какой-то мере примитивные, эти фильмы учили не только радоваться, но и сопереживать героям. Во многих фильмах главные герои не являются образцово-положительными, совершают ошибки («Любовь и голуби», «Дело было в Пенькове», «Весна на Заречной улице»). Часто персонажи фильмов смешны («Самая обаятельная и привлекательная», «Служебный роман», «Ирония судьбы, или С легким паром», «Покровские ворота»). Но все они искренние и честные люди, и в конце фильма получают право на заслуженное счастье и любовь. Феномен советского кино и состоял именно в том, чтобы дать надежду любому человеку на любовь и счастье. Эта государственная установка помогала рядовым людям осознать свое место в обществе, свои возможности, стремиться к большой и светлой любви и дружной семье — как в кино.

В настоящее время пропаганда семейных ценностей стала намного агрессивнее, более прямолинейной. Обществу недостаточно смотреть простые и наивные любовные истории. Осуждение «неправильного» поведения персонажа происходит более решительно, без нюансов и прощения. Зритель, не приученный к размышлениям и поискам выходов из сложных жизненных ситуаций, не может проявить эмпатию, видит на экране только картинку и часто не понимает глубинных смыслов происходящего (если они, конечно, в фильме есть). Такое упрощение обесценивает художественную значимость кино как искусства в угоду его зрелищности и коммерческой привлекательности. Данная тенденция, на наш взгляд, сохранится. Но технические возможности и развитие киноиндустрии приведут к расслоению, градации фильмов для зрителей, желающих получить продукцию на свой вкус, по более индивидуальным запросам.

В современном кинематографе карьера и успех становятся центральными темами («В погоне за счастьем» 2006, «Основатель» 2016).

Советские и современные фильмы существенно различаются в акцентах на семейные ценности, любовь и карьеру. В советском

кино приоритет отдавался теме семьи, любви и традиционным ценностям, тогда как современные фильмы чаще фокусируются на личностном росте, профессиональном успехе и балансе между работой и личной жизнью. Фильмы советского периода показывали крепкие семейные узы, преодоление трудностей и ценность близких отношений. Именно это повлияло на ценность брака, сохранение семьи, умение находить компромиссы. В то время гораздо реже случались разводы и люди более серьезно подходили к заключению брака.

В довоенный период женщина часто изображалась как труженик, строящий новую жизнь, где работа и учёба имели приоритетное значение. В 50–60-е годы в женских образах начали появляться черты романтичности и мечтательности, но семья и работа оставались сбалансированными. К 70–80-м годам для героинь стало важнее всего личное счастье и любовь. Работа отходила на второй план, а образ «сильной женщины» часто сочетался с необходимостью жертвовать карьерой ради семьи.

Современный кинематограф активно исследует темы карьеры, личностного роста и достижения успеха. Героини часто изображаются как сильные, независимые личности, которые строят карьеру, но при этом сталкиваются с внутренними конфликтами и необходимостью делать выбор между работой и семьёй. Фильмы поднимают вопросы цены успеха, этических дилемм и поиска баланса. Современные героини нередко отказываются от традиционных ролей, выбирая карьеру, но при этом часто остаются одинокими или сталкиваются с трудностями в личной жизни. Оба подхода отражают социальные изменения и ожидания общества в разные исторические периоды.

«Российское общество находится в поиске новой духовно-нравственной ориентации, и именно поэтому проблема духовного воспитания приобретает сейчас особую значимость» [1, с. 164]. Цифровизация общества произошла гораздо быстрее, чем духовно-нравственная перестройка. Поэтому многие современные ученые говорят о необходимости скорейшего развития ценностных ориентаций, духовной культуры и духовного развития современной молодежи именно в условиях техногенного общества. Культурный шок от последствий неконтролируемого,

поверхностного и ложного контента цифровых источников приводит или к тотальному недоверию, или к безоговорочной вере во все увиденное. Молодые люди в силу возраста и недостатка жизненного опыта не могут отличать правду от неправды, искусство от подражания. Поэтому в настоящее время очень сложно последовательно сформировать систему моральных ценностей и установок, на которые бы можно было ориентироваться. Это задача ближайшего будущего для философов и педагогов.

В данной статье хотелось бы поговорить о воспитательном, нравственном потенциале фильма как жанра искусства, имеющего прямой доступ к умам и чувствам молодых людей. Несомненно, возрождение отечественного кинематографа и рост его популярности в настоящее время значительно влияют на возможность формирования тех ценностных установок, которые должны быть заложены в детском и подростковом возрасте. Но остается вопрос доверия к информации и вопрос умения правильно интерпретировать увиденное на экране. Если вопрос доверия — это проблема культуры понимания и умения фильтровать недостоверный технический контент, то понимание чувств и поступков героев требует навыков рационального мышления и обязательного объяснения подобных моделей поведения со стороны педагогов и людей, обладающих безусловным авторитетом.

Как в этой ситуации нам может помочь опыт советского времени? Поскольку воспитание, формирование эстетического вкуса и нравственных ориентиров должно происходить постепенно, начинать нужно с фильмов с простой и понятной сюжетной линией. Ни в коем случае нельзя поддаваться искушению оставить зрителя в состоянии неопределенности, заставлять его рефлексировать. Иначе он может сделать неверные выводы, неправильно понять идею, замысел автора. Отвергнув чеховское изображение героя как персонажа ни положительного, ни отрицательного, следует четко указывать на его принадлежность к лагерю добра или зла. Размытость нравственных границ персонажа приводит к ложным выводам и неправильной интерпретации. Обычно в советских фильмах облик и характер положительных и отрицательных героев был предельно ясен.

Второй особенностью можно назвать коллективизм, или массовость. Интерес к фильму у подростков может возникнуть только тогда, когда они способны перенести действие на экране в реалии собственной жизни. Старое кино, как правило, вызывает отторжение и скуку именно из-за своего отрыва от современной окружающей действительности. Конечно, это не касается исторических фильмов, в которых должна быть воссоздана атмосфера эпохи, но это особый жанр. Речь, антураж, костюмы, социальные проблемы времени затрудняют понимание сюжета, вызывают раздражение у смотрящих. Поэтому современные кинематографисты стремятся построить действие картины в текущем времени. Массовость же заключается в стремлении прокатчиков охватить как можно большее количество людей, тем самым вызвать общественный отклик и сформировать коллективное понимание и одобрение/порицание поступков персонажей. То есть дискуссии приводят к объяснению и пониманию замысла авторов.

Третья особенность вытекает из второй. Ее можно назвать ответственностью. Она образуется одновременно с массовостью. Ответственность — это и есть формирование устойчивого коллективного мнения по поводу определенной ситуации или поступка. Это ценностный ориентир, который получают молодые люди в результате просмотра фильма и его понимания. Моральная ответственность является главной целью воздействия, этапом осознания и принятия определенной ценностной установки, которую доносит общество до своих граждан.

Таким образом, можно сказать, что современный кинематограф как средство воздействия и формирования моральных ориентиров зрителя переживает сложные времена. С одной стороны, наблюдается скачок количества фильмов разных жанров и направлений, отслеживаются потребности людей как потребителей рынка товаров и услуг и эти потребности учитываются при кинопроизводстве. С другой стороны, кинематограф все еще значительно отстает от других средств массовой информации и интернет-ресурсов по доступности и интересу. Но необходимость в правильно выстроенной траектории развития сферы кино заставит ученых и творческую интеллигенцию нашей стра-

ны сделать следующие шаги в этом направлении. Иначе интерес к сфере кино снизится, а это приведет к большим этическим проблемам в обществе.

Список литературы

1. *Аралова Е.В.* Духовное воспитание в условиях цифровой среды / Е.В. Аралова, Г.Н. Юлина, В.В. Калита // Власть. — 2022. — Т. 30. — № 3. — С. 162–171. — DOI: 10.31171/vlast.v30i3.9062.
2. *Котельникова Е.В.* Влияние СМИ на формирование ценностных ориентаций современного общества / Е.В. Котельникова, И.Л. Иванукина // Социокультурный менеджмент. — 2019. — С. 123–128.
3. *Мазурицкая М.А.* Влияние российского кинематографа на формирование системы ценностей молодёжи в 1920–2000-е гг. // Культурология. — 2016. — № 3. — С. 23–31.
4. *Скрипкарь М.В.* Воздействие манипулятивных технологий кинематографа на процесс социализации и формирование ценностных ориентаций молодёжи // Педагогическое образование. — 2009. — № 3. — С. 145–149.
5. *Поляков А.А.* Роль кинематографа в формировании ценностных ориентиров молодёжи / А.А. Поляков, К.В. Наливайко, А.А. Алексеенок // Известия Тульского Государственного университета. Гуманитарные науки. — 2023. — № 3. — С. 126–139.
6. *Очиева Я.Ю.* Влияние современных СМИ на молодежь // Вестник магистратуры. — 2016. — № 6(57). — С. 4–6.
7. *Фёдоров А.В.* Медиаобразование и медиаграмотность // Медиаобразование. — 2005. — № 1. — С. 24–40.

Научное издание

ЛИЧНОСТЬ И ОБЩЕСТВО
В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ ЦЕННОСТЕЙ

Материалы первой научно-практической конференции
с международным участием,
посвященной Дню Психолога в России
(21 ноября 2025 г.)

Сборник статей

Компьютерная верстка и дизайн — *И.С. Надворский*

Подписано в печать 20.01.2026. Формат 60×90/16.
Гарнитура SchoolBookAC. Усл. печ. л. 25,25.
Тираж 500 экз. (1-й завод 50 экз.)

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Университет мировых цивилизаций имени В.В. Жириновского»
119049, г. Москва, Ленинский проспект, д. 1/2, корп. 1
Тел.: +7 (499) 261-11-26
www.imc-i.ru; www.imc-ph.ru

Отпечатано ООО «ТОМИК»
115477, г. Москва, ул. Кантемировская, д. 60, помещ. 2, этаж 3