УДК 378:004.8

ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К ПРИМЕНЕНИЮ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА: ПРОБЛЕМА РАЗНОРОДНОСТИ И ЭВОЛЮЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МОДЕЛЕЙ

Богданова Анна Владимировна

Кандидат педагогических наук, доцент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тольяттинский государственный университет», г. Тольятти, Россия, ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3553-2272, e-mail: a.bogdanova@tltsu.ru

Аннотация

Введение: расширение использования искусственного интеллекта (ИИ) в высшем образовании актуализирует необходимость систематизации моделей, описывающих формирование готовности студентов к его применению в профессиональной деятельности. Несмотря на активное развитие исследований в данной области, отсутствует единое представление о структуре и типологии таких моделей, что затрудняет их практическое использование в образовательных программах. Цель исследования – выявить типы моделей формирования готовности студентов к применению ИИ, проследить их эволюцию и определить ключевые компоненты, лежащие в их основе. **Материалы и методы:** проведен аналитический обзор научной литературы с систематизированным отбором публикаций в системе Elicit. В итоговый массив включено 80 источников, опубликованных преимущественно в 2023-2025 гг. Использованы методы классификации, сравнительно-сопоставительного анализа и тематического обобщения. **Результаты:** выделены пять типов моделей: теоретические и концептуальные, модели развития, модели готовности, модели внедрения и модели оценки. Показано, что эволюция подходов происходит от узкотехнических решений к комплексным моделям, учитывающим когнитивные, аффективно-мотивационные, поведенческие и этико-рефлексивные компоненты. Обобщение выявленных подходов представлено в виде адаптивной модели, в которой инвариантное ядро сочетается с контекстно-зависимыми механизмами реализации. **Выводы:** готовность студентов к применению ИИ носит многомерный характер и определяется не только структурой модели, но и профессиональным контекстом, институциональными условиями и уровнем подготовки преподавателей; универсальная модель, применимая для всех направлений подготовки, не выявлена. Предложенная типология и адаптивная модель создают методологическую основу для проектирования образовательных программ с интеграцией ИИ и позволяют перейти к разработке практико-ориентированных механизмов формирования готовности в конкретных профессиональных областях.

Ключевые слова: искусственный интеллект; высшее образование; готовность; модели готовности; эволюция моделей; профессиональная подготовка; педагогическое моделирование.

DEVELOPING STUDENT READINESS TO USE ARTIFICIAL INTELLIGENCE: ADDRESSING THE HETEROGENEITY AND EVOLUTION OF PEDAGOGICAL MODELS

Bogdanova Anna Vladimirovna

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education
"Togliatti State University", Togliatti, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3553-2272, e-mail:a.bogdanova@tltsu.ru

Abstract
Introduction: the expanding use of artificial intelligence (AI) in higher education necessitates the systematization of models that describe the development of students' readiness to apply AI in professional practice. Despite the rapid growth of research in this area, there is still no unified understanding of the structure and typology of such models, which complicates their practical implementation in educational programs. **Materials and Methods:** an analytical review of the scientific literature was conducted using a systematic selection of publications through the Elicit system. The final dataset included 80 sources, predominantly published between 2023 and 2025. The study employed classification, comparative analysis, and thematic synthesis methods. **Results**: Five types of models were identified: theoretical and conceptual models, developmental models, readiness models, implementation models, and assessment models. The findings demonstrate a shift from narrowly technical approaches to comprehensive models that incorporate cognitive, affective-motivational, behavioral, and ethical-reflective components. The synthesis of these approaches is presented in the form of an adaptive model, in which an invariant core is combined with context-dependent implementation mechanisms. **Conclusions**: students' readiness to apply AI is multidimensional in nature and is determined not only by the structure of the model but also by the professional context, institutional conditions, and the level of instructors' preparedness. No universal model applicable across all fields of study has been identified. The proposed typology and adaptive model provide a methodological foundation for designing AI-integrated educational programs and enable the development of practice-oriented mechanisms for fostering readiness in specific professional domains.
Keywords: artificial intelligence; higher education; readiness; readiness models; evolution of models; professional training; pedagogical modeling.

Введение

Расширение практик использования систем искусственного интеллекта (ИИ) в образовании и профессиональной сфере ставит задачу подготовки студентов к их обоснованному применению в будущей работе. Речь идет не только о владении отдельными цифровыми инструментами, но и о формировании готовности, включающей понимание возможностей и ограничений ИИ, умение использовать его при решении профессиональных задач, оценивать получаемые результаты, учитывать этические и правовые аспекты. Актуальность исследования обусловлена тем, что требования к таким видам подготовки возрастают, тогда как подходы к их описанию и формированию в научной литературе представлены фрагментарно. Часть работ

рассматривает концептуальные основания интеграции ИИ в высшее образование, часть – модели развития, оценки готовности, внедрения или диагностики, однако обобщающая картина остается недостаточно проработанной. Научная новизна статьи состоит в систематизации и сопоставлении моделей развития готовности студентов к применению ИИ в профессиональной деятельности. Цель статьи – выявить основные типы таких моделей, проследить направления их изменения и определить значимые компоненты и условия их результативности. Для достижения цели поставлены следующие задачи: охарактеризовать теоретические и концептуальные основания рассматриваемых моделей; описать модели развития и модели оценки готовности; сопоставить подходы к внедрению и диагностике; выявить общие тенденции, ограничения и перспективы их использования в высшем образовании.

В исследовании выдвигаются две гипотезы. Первая состоит в том, что модели готовности к применению ИИ развивались от подходов, ориентированных преимущественно на технические навыки, к многокомпонентным моделям, включающим когнитивные, поведенческие, мотивационные и этические составляющие. Вторая гипотеза заключается в том, что результативность этих моделей определяется не только их структурой, но и профессиональным контекстом, ресурсами образовательной организации и уровнем подготовки преподавателей. Анализ литературы показывает, что исследования по данной теме развиваются в нескольких направлениях. В одних работах рассматриваются концептуальные основания интеграции ИИ в высшее образование и модели трансформации университета и образовательной среды; к этому направлению относятся, в частности, исследования П.М. Лукичева и О.П. Чекмарева [1], П.М. Лукичева и С.А. Кузековой [2]. В других публикациях внимание сосредоточено на поэтапном развитии готовности студентов, включая базовый, продвинутый и профессионально ориентированный уровни; такие подходы представлены в работах С.С. Патоки и Ю.К. Щелоковой [3],

Е.А. Смирновой и О.Н. Исаковой [4]. Отдельную группу составляют исследования, посвященные диагностике готовности, где предлагаются шкалы, факторные модели и многомерные инструменты оценки когнитивных, мотивационных, поведенческих и этических компонентов; здесь можно отметить работы Е.М. Антоновой [5], А.Е. Рахимбековой и соавт. [6], Г.А. Остапенко и соавт. [7]. Также в литературе представлены исследования о практиках внедрения ИИ в подготовку студентов различных направлений – инженерного, педагогического, управленческого, юридического и других, что отражено, в частности, в работах Ю.П. Похолкова и Е.В. Исаевой [8], Ю.Н. Лапыгина и Д.Ю. Лапыгина [9]. В целом литература характеризуется терминологической неоднородностью, различием исследовательских оснований и неравномерной проработкой связей между развитием готовности, условиями ее формирования и способами оценки, что подтверждает необходимость систематизации имеющихся подходов.

Материалы и методы

Исследование выполнено в дизайне аналитического обзора научной литературы с элементами систематизированного отбора и последующего качественно-количественного синтеза данных. Материалы исследования составили публикации, посвященные развитию готовности студентов университетов к применению систем ИИ в профессиональной деятельности, выгруженные из баз РИНЦ, Semantic Scholar и OpenAlex. На первом этапе по тематическому запросу было получено более 400 статей для предварительного просмотра. На втором этапе выполнялся их отбор по аннотациям на основе совокупности критериев включения: ориентация исследования на студентов высшего образования; связь с технологиями ИИ; фокус на профессиональной готовности к использованию ИИ; наличие модели, фреймворка или подхода к развитию готовности; эмпирический либо теоретический характер исследования. На третьем этапе проводилась экстракция данных по заданным аналитическим категориям: тип модели, компоненты модели, определение

готовности, влияющие факторы, процесс развития, эмпирические подтверждения, эволюция моделей, подходы к реализации, барьеры и перспективные направления. В заключение осуществлялись классификация, сопоставление и синтез результатов. В итоговый корпус вошло 65 источников с наивысшими показателями релевантности из числа отобранных публикаций. Из них 40 источников были доступны в полном тексте, 25 – на уровне аннотаций. В исследовании использовались методы теоретического анализа, сравнительно-сопоставительного анализа, тематической классификации, контент-анализа и обобщения. В качестве исследовательских материалов выступали научные статьи, обзоры, описания моделей и эмпирические работы. Специальное оборудование не применялось; статистическая обработка в рамках настоящего исследования ограничивалась описательными процедурами: учетом числа публикаций, их распределения по тематике и типам моделей. Статистические показатели, приводимые в анализируемых работах, рассматривались как часть вторичных данных и использовались при интерпретации результатов.

Результаты исследования

Рисунок 1 отражает распределение включенных публикаций по годам издания и позволяет проследить динамику исследовательского интереса к теме. Наибольшее число работ приходится на 2023–2025 гг., тогда как публикации 2018–2022 гг. представлены заметно меньшим числом источников. Эти данные подтверждают вывод о том, что основной массив исследований, посвященных готовности студентов к применению ИИ в профессиональной деятельности, сформировался в последние три года.

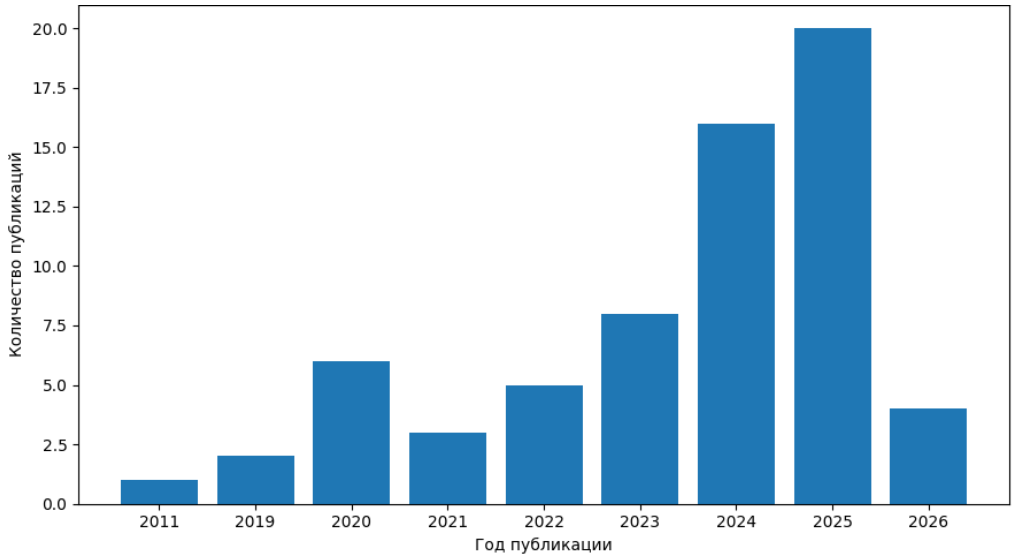

Рис. 1. Распределение включенных исследований по годам публикаций

Установлено, что модели развития готовности студентов к применению ИИ могут быть сгруппированы в пять типов (рис. 2): теоретические и концептуальные модели, модели развития, модели готовности, модели внедрения и модели оценки.

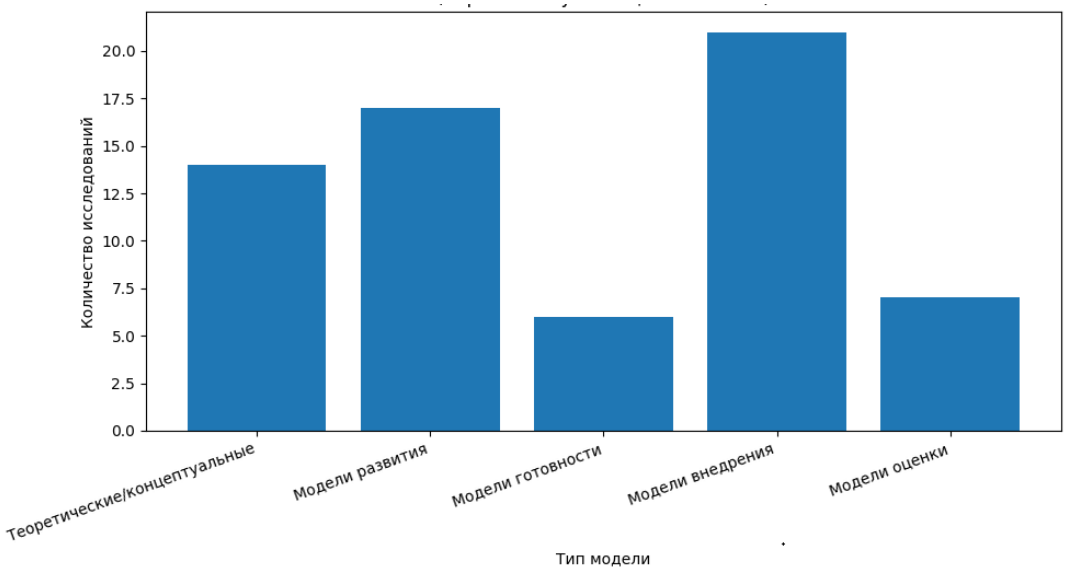

Рис. 2. Распределение исследований по типам моделей развития готовности студентов к применению ИИ

Теоретические модели задают общее понимание места ИИ в трансформации высшего образования и описывают университетскую среду как пространство интеграции технологических, педагогических, управленческих и

социокультурных компонентов. К числу таких работ относятся исследования [1; 2], в которых рассматриваются риски, трансформация высшего образования и концептуальные основания включения ИИ в университетскую среду. Модели развития ориентированы на формирование готовности в логике последовательного усложнения и чаще всего строятся как трехуровневые структуры – базовый, продвинутый и экспертный уровни; данное направление представлено, в частности, в работах [3; 4]. Модели готовности и оценки направлены на выявление когнитивных, мотивационных, поведенческих и этических параметров подготовки студентов; здесь следует отметить исследования [5–7]. Вопросы внедрения ИИ в подготовку специалистов в различных областях отражены также в работах [8; 9].

Сопоставление исследований показало, что наиболее устойчивыми структурными компонентами моделей являются когнитивный, аффективно-мотивационный, поведенческий и этико-рефлексивный блоки. Когнитивный компонент включает знание принципов работы ИИ, понимание его возможностей и ограничений, владение терминологией и базовыми представлениями о применении ИИ в профессиональной сфере. Такой подход прослеживается в статьях, где внимание уделяется готовности студентов-медиков к использованию ИИ, а также в исследованиях, связанных с развитием грамотности в области ИИ. Аффективно-мотивационный компонент отражает интерес к технологиям ИИ, отношение к ним, уверенность в собственных возможностях и готовность к освоению новых инструментов. Поведенческий компонент связан с практическими действиями: использованием ИИ в учебных и профессионально ориентированных задачах, формулированием запросов, интерпретацией результатов, сопоставлением ответов ИИ с предметным знанием. Этико-рефлексивный компонент включает понимание норм ответственного использования ИИ, оценку рисков, границ допустимого применения и способность к критическому осмыслению получаемых результатов.

Анализ эмпирических данных, представленных в рассмотренных исследованиях, показал, что включение ИИ в образовательные практики в ряде случаев сопровождается положительными изменениями учебных результатов и показателей готовности. В отдельных работах зафиксировано повышение эффективности обучения на 25–30 %, рост оценок на 0,73 балла по пятибалльной шкале, улучшение запоминания учебной программы на 27 %, а также повышение готовности к решению профессиональных задач на 42,3 %. Наиболее часто такие результаты описываются в исследованиях, посвященных профессиональной подготовке в технических, педагогических и медицинских направлениях [9–12]. Показано, что использование ИИ связано с ростом вовлеченности студентов и улучшением академических результатов. Вместе с тем анализ выявил устойчивый разрыв между осведомленностью и практической готовностью: при высоком признании значимости ИИ только часть студентов демонстрирует уверенное и регулярное использование таких систем в профессионально ориентированном контексте.

Сравнение результатов исследований показало, что эффективность моделей не является одинаковой для всех образовательных контекстов. Более высокие показатели обычно демонстрируются в технических и инженерных направлениях подготовки, тогда как в педагогическом и гуманитарном образовании готовность чаще проявляется на уровне отношения, интереса и общей осведомленности. Существенное значение имеют институциональные условия реализации моделей: наличие инфраструктуры, доступ к ИИ-инструментам, подготовка преподавателей, организационная поддержка, встроенность ИИ в учебные программы. В ряде работ, в том числе у Ю.П. Похолкова и Е.В. Исаевой [8], подчеркивается зависимость результатов от организационных и ресурсных условий внедрения.

Отдельным результатом исследования стало выявление основных барьеров развития готовности студентов к применению ИИ. К ним относятся недостаток знаний о принципах и границах использования ИИ, недостаточная

сформированность навыков критической оценки результатов, тревожность, связанная с возможной заменой человеческого труда, дефицит ресурсов образовательной организации, слабая подготовленность преподавателей, а также этические риски, связанные с академической честностью, надежностью данных и справедливостью использования цифровых инструментов. Эти проблемы наиболее отчетливо фиксируются в исследованиях, посвященных подготовке будущих педагогов и специалистов прикладных направлений. Полученные данные показывают, что развитие готовности студентов к применению ИИ не сводится к освоению отдельных сервисов и требует системной педагогической организации.

Прослеживается переход от моделей, ориентированных преимущественно на отдельные технические навыки, к более сложным многокомпонентным конструкциям, в которых готовность к применению ИИ рассматривается как сочетание знаний, установок, практических действий, критического мышления и этической ответственности. Одновременно установлено, что универсальной модели, одинаково эффективной для всех направлений подготовки и типов образовательных организаций, не выявлено. Наиболее обоснованным представляется контекстно зависимый подход, предполагающий адаптацию структуры модели к профессиональной сфере, ресурсным условиям и уровню подготовленности преподавателей и студентов. Модель (рис. 3) основана на сочетании инвариантных компонентов и контекстно-зависимых механизмов.

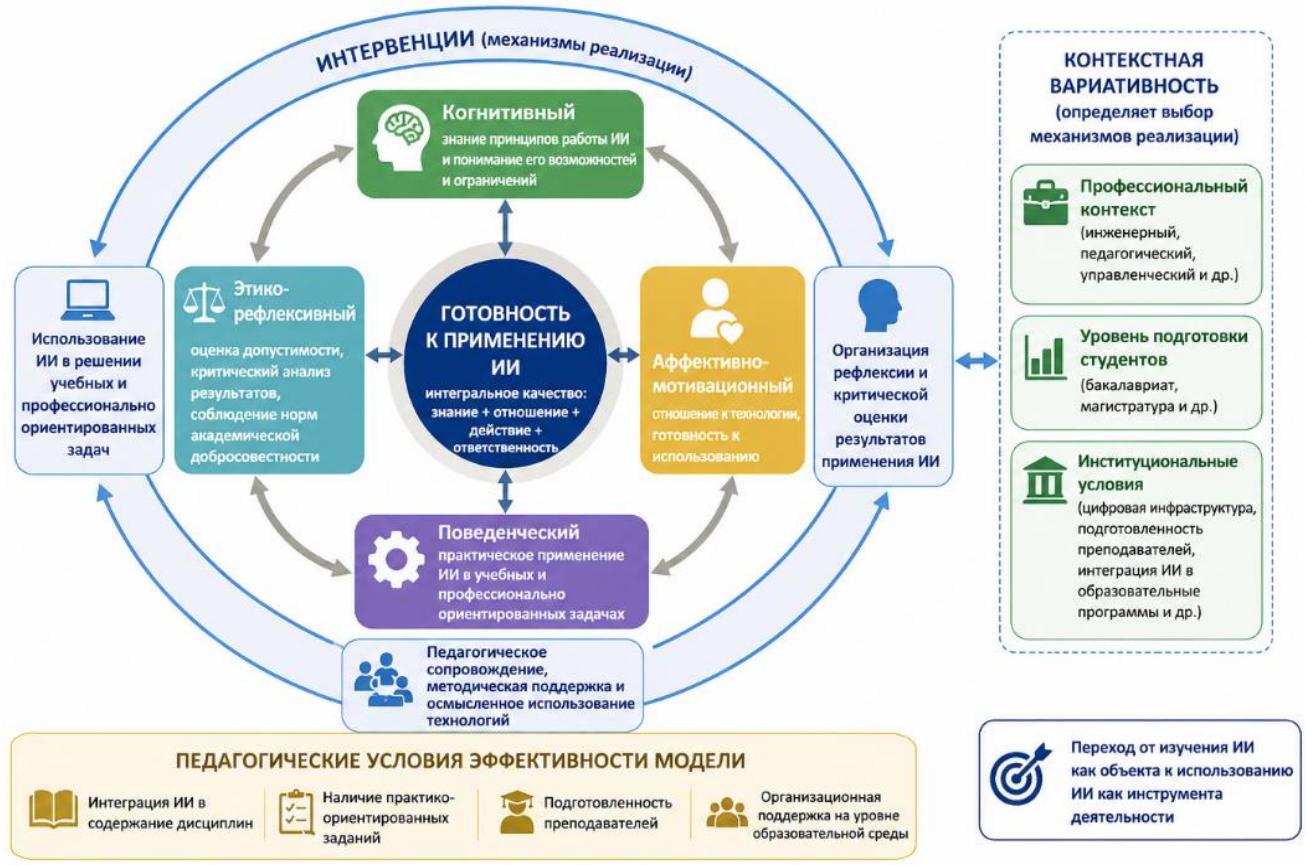

Рис. 3. Адаптивная модель формирования готовности студентов к применению искусственного интеллекта

Инвариантное ядро включает четыре взаимосвязанных компонента: когнитивный (знание принципов работы ИИ и понимание его возможностей и ограничений), аффективно-мотивационный (отношение к технологии, готовность к использованию), поведенческий (практическое применение ИИ в учебных и профессионально ориентированных задачах) и этико-рефлексивный (оценка допустимости, критический анализ результатов, соблюдение норм академической добросовестности). Все компоненты рассматриваются как обязательные для формирования готовности вне зависимости от направления подготовки. В отличие от существующих моделей, ориентированных на фиксированную структуру, предлагаемая модель предполагает вариативность механизмов реализации, определяемую профессиональным контекстом (например, инженерный, педагогический, управленческий и др.), уровнем подготовки студентов и институциональными условиями подготовки, такими

как наличие цифровой инфраструктуры, подготовленность преподавателей, интеграция ИИ в образовательные программы и т. д. Реализация модели осуществляется через три взаимосвязанных типа интервенций: включение ИИ в решение учебных и профессионально ориентированных задач, организацию рефлексии и критической оценки результатов его применения, педагогическое сопровождение, обеспечивающее методическую поддержку и осмысленное использование технологий. Принципиальным является переход от изучения ИИ как объекта к его использованию как инструмента деятельности. Эффективность модели определяется рядом педагогических условий, включающих интеграцию ИИ в содержание дисциплин, наличие практико-ориентированных заданий, подготовленность преподавателей и организационную поддержку на уровне образовательной среды. В этих условиях формируется готовность как интегральное качество, объединяющее знание, отношение, действие и ответственность в использовании ИИ в профессиональной деятельности.

Обсуждение

Анализ публикаций позволяет рассматривать готовность студентов к применению ИИ не как частный навык, а как предмет самостоятельного педагогического проектирования. Это означает, что в центре внимания исследователей находится уже не сам факт появления ИИ в высшем образовании, а способы включения его в профессиональную подготовку, критерии сформированности готовности и условия, при которых такая подготовка дает результат. В этом смысле рассмотренный массив источников отражает смещение исследовательского интереса от описания технологии к осмыслению образовательных последствий ее использования. Выделенные в исследовании типы моделей показывают, что научное поле развивается неоднородно. Теоретические и концептуальные работы задают рамку обсуждения и объясняют, каким образом ИИ меняет представления о функциях университета, содержании подготовки и роли преподавателя. Публикации,

посвященные развитию готовности, уже ориентированы на проектирование последовательности формирования нужных качеств и умений. Работы по диагностике и оценке, напротив, смещают акцент на измерение результатов, а исследования внедрения описывают организационные и методические решения. Такое распределение подтверждает, что речь идет не об одной модели, а о нескольких исследовательских линиях, каждая из которых освещает собственный аспект общей проблемы. Полученные данные позволяют уточнить содержание самой категории «готовность». В проанализированных работах она фактически раскрывается через сочетание нескольких взаимосвязанных плоскостей: понимание принципов и ограничений ИИ, способность применять его в учебных и профессионально ориентированных задачах, отношение к технологии, а также умение соотносить использование ИИ с нормами ответственности, достоверности и допустимости. Тем самым подтверждается, что профессиональная подготовка в этой сфере не может быть сведена к обучению работе с отдельными сервисами. Даже высокий уровень знакомства с ИИ не гарантирует его осмысленного применения, если у студентов не сформированы навыки отбора, проверки и интерпретации результатов. Сопоставление результатов с данными других исследований показывает, что продуктивность моделей существенно варьируется в зависимости от предметной области. В инженерных, информационно-технологических и близких к ним направлениях ИИ включается в образовательный процесс как инструмент решения прикладных задач, поэтому модели чаще связываются с развитием конкретных профессиональных действий. В педагогическом, гуманитарном и социальном образовании на первый план чаще выходят вопросы отношения к ИИ, его педагогической допустимости, рисков и границ применения. Следовательно, различия между моделями связаны не только с авторским замыслом, но и с тем, какую профессиональную деятельность они должны обслуживать. Именно этим объясняется подтверждение выдвинутых гипотез. Первая гипотеза находит подтверждение в том, что в публикациях

действительно прослеживается движение от инструментального понимания подготовки к более сложной конструкции, включающей познавательные, мотивационные, поведенческие и этические измерения. Вторая гипотеза также подтверждается: успешность модели зависит от внешних условий не меньше, чем от ее внутренней структуры. Если образовательная организация не располагает инфраструктурой, преподаватели не готовы использовать ИИ в учебных целях, а сами практики не встроены в содержание дисциплин, даже методически продуманная модель оказывается ограниченной в своих возможностях.

Особого внимания заслуживает соотношение между интересом к ИИ и реальной готовностью к его применению. В ряде рассмотренных источников положительное отношение студентов к технологии сочетается с недостаточной уверенностью, неполным пониманием границ использования и отсутствием устойчивых практик профессионального применения. Это позволяет сделать важный вывод: лояльность к ИИ и даже частое обращение к нему еще не означают сформированности готовности. Для перехода от интереса к профессиональному использованию необходима специально организованная образовательная среда, в которой ИИ выступает не заменой интеллектуальной деятельности студента, а средством ее усложнения и переосмысления. Результаты позволяют интерпретировать развитие готовности студентов к применению ИИ как процесс, зависящий от сочетания трех групп факторов: особенностей профессиональной области, педагогической организации подготовки и институциональных возможностей вуза. Обобщение литературы показывает, что наибольший потенциал имеют модели, в которых ИИ включается в реальные учебно-профессиональные задачи, сопровождается рефлексией и рассматривается в связи с вопросами качества решений, ответственности и академической добросовестности. Именно такой подход дает основание рассматривать готовность к применению ИИ как значимый

результат современной профессиональной подготовки, а не как дополнительную цифровую компетенцию.

Заключение

Проведенное исследование позволило не только систематизировать существующие подходы, но и подтвердить выдвинутые гипотезы: в литературе действительно прослеживается переход от инструментально ориентированных решений к более сложным моделям, а их продуктивность определяется сочетанием содержательных, организационных и ресурсных условий. Тем самым показано, что подготовка студентов к применению ИИ в профессиональной деятельности требует согласования целей обучения, способов педагогической поддержки и средств оценки, а не сводится к освоению отдельных технологий. Перспективы дальнейшей работы связаны с проверкой этих положений на эмпирическом материале разных направлений подготовки и с разработкой вариативных моделей, учитывающих специфику профессионального контекста. Анализ позволяет утверждать, что дальнейшее развитие моделей готовности студентов к применению ИИ должно осуществляться не в логике поиска универсальной модели, а в направлении разработки адаптивных педагогических конструкций. В этой связи предлагается рассматривать модель готовности как инвариантную структуру, включающую когнитивный, мотивационный, поведенческий и этико-рефлексивный компоненты, реализуемую через вариативные механизмы в зависимости от профессионального контекста. В отличие от существующих подходов, предлагаемый взгляд ориентирован не на фиксированную модель, а на принцип ее проектирования, предполагающий: интеграцию ИИ в реальные профессионально ориентированные задачи; сочетание практического использования с рефлексией и критической оценкой результатов; учет институциональных условий (ресурсы, подготовка преподавателей, цифровая среда); адаптацию структуры и содержания модели к специфике направления подготовки.

Список источников

1. Антонова Е. М. Цифровизация мирового здравоохранения как драйвер стратегии обучения студентов медицинских вузов // Казанский педагогический журнал. 2022. № 3(33). С. 141–151.
2. Использование средств искусственного интеллекта в ходе исследовательского и учебного процессов при подготовке специалистов по защите информации / Г. А. Остапенко, А. О. Калашников, А. Г. Остапенко, Е. А. Москалева, Д. О. Карпеев, О. В. Поздышева, Ю. В. Макаров // Информация и безопасность. 2024. Т. 27. № 3. С. 389–400.
3. Лапыгин Ю. Н., Лапыгин Д. Ю. Использование искусственного интеллекта в качестве виртуального участника учебной группы в процессе обучения принятию решений // Профессиональное образование и рынок труда. 2025. № 4. С. 202–213.
4. Лукичев П. М., Кузенкова С. А. Новое высшее образование в эпоху искусственного интеллекта // Вопросы инновационной экономики. 2025. Т. 15. № 4. С. 1387–1406.
5. Лукичев П. М., Чекмарев О. П. Риски применения искусственного интеллекта в системе высшего образования // Вопросы инновационной экономики. 2024. Т. 14. № 2. С. 463–482.
6. Патока С. С., Щелокова Ю. К. Интеграция искусственного интеллекта в образовательные процессы подготовки специалистов для цифровых нефтегазовых проектов // Управление образованием: теория и практика. 2024. Т. 14. № 9-1. С. 169–178.
7. Похолков Ю. П., Исаева Е. В. Искусственный интеллект в инженерном образовании: очередной вызов, плюсы и минусы, ответы, фантазии и решения // Вестник Торайгыров университета. Серия: Физика, математика и компьютерные науки. 2025. № 4. С. 259–270.
8. Рахимбекова А. Е., Курманов Н. А., Казыбаева А. М., Укубасова Г. С. Формирование ИИ-грамотности в условиях трансформации рынка труда // Вестник Казахского университета экономики, финансов и международной торговли. 2025. № 3(60). С. 87–94.
9. Смирнова Е. А., Исакова О. Н. Формирование цифровых компетенций будущих учителей для применения инструментов искусственного интеллекта // Человеческий капитал. 2026. № 2(206). С. 169–181.
10. Alalong F. J. A., Masicampo M. R. A., Nuer B. P. O., Cubillas T. E. Literacy and readiness of using artificial intelligence among pre-service teachers // 2025 11th International Conference on Education and Technology (ICET). Malang, Indonesia, 2025. P. 147–152.
11. Shardey E., Nabi F., Vortia W. Teacher readiness for AI and digital tools in K-12 classrooms: a review of professional development trends and gaps // International Journal of Future Multidisciplinary Research. 2025. Vol. 7. No. 5. P. 1–17.
12. Dong C., Gopez J. M. W. AI readiness in education: a review of conceptual foundations, pedagogical dimensions, and ethical considerations // International Journal of Education and Humanities. 2026. Vol. 22. No. 2. P. 18–20.

References

1. Antonova E.M. Cifrovizaciya mirovogo zdravoohraneniya kak drajver strategii obucheniya studentov medicinskih vuzov [Digitalization of global healthcare as a driver of learning strategies for medical students]. *Kazanskij pedagogicheskij zhurnal* [Kazan Pedagogical Journal]. 2022, no. 3(33), pp. 141–151. (In Russ.).
2. Ostapenko G.A., Kalashnikov A.O., Ostapenko A.G., Moskaleva E.A., Karpeev D.O., Pozdysheva O.V., Makarov Yu.V. Ispol'zovanie sredstv iskusstvennogo intellekta v hode issledovatel'skogo i uchebnogo processov pri podgotovke specialistov po zashchite informacii [Use of artificial intelligence tools in research and educational processes in training information security specialists]. *Informaciya i bezopasnost'* [Information and Security]. 2024, vol. 27, no. 3, pp. 389–400. (In Russ.).
3. Lapygin Yu.N., Lapygin D.Yu. Ispol'zovanie iskusstvennogo intellekta v kachestve virtual'nogo uchastnika uchebnoj gruppy v processe obucheniya prinyatiyu reshenij [Using artificial intelligence as a virtual participant in a learning group in decision-making training]. *Professional'noe*

obrazovanie i rynok truda [Professional Education and Labor Market]. 2025, no. 4, pp. 202–213. (In Russ.).
4. Lukichev P.M., Kuzenkova S.A. Novoe vysshee obrazovanie v epohu iskusstvennogo intellekta [New higher education in the era of artificial intelligence]. *Voprosy innovacionnoj ekonomiki* [Issues of Innovative Economics]. 2025, vol. 15, no. 4, pp. 1387–1406. (In Russ.).
5. Lukichev P.M., Chekmarev O.P. Riski primeneniya iskusstvennogo intellekta v sisteme vysshego obrazovaniya [Risks of artificial intelligence application in higher education]. *Voprosy innovacionnoj ekonomiki* [Issues of Innovative Economics]. 2024, vol. 14, no. 2, pp. 463–482. (In Russ.).
6. Patoka S.S., Shchelkova Yu.K. Integraciya iskusstvennogo intellekta v obrazovatel'nye processy podgotovki specialistov dlya cifrovyh neftegazovyh proektov [Integration of artificial intelligence into educational processes for training specialists in digital oil and gas projects]. *Upravlenie obrazovaniem: teoriya i praktika* [Education Management: Theory and Practice]. 2024, vol. 14, no. 9-1, pp. 169–178. (In Russ.).
7. Pokholkov Yu.P., Isaeva E.V. Iskusstvennyj intellekt v inzhenernom obrazovanii: ocherednoj vyzov, plyusy i minusy, otvety, fantazii i resheniya [Artificial intelligence in engineering education: challenges, pros and cons, responses, ideas and solutions]. *Vestnik Torajgyrov universiteta. Seriya: Fizika, matematika i komp'yuternye nauki* [Toraighyrov University Bulletin. Series: Physics, Mathematics and Computer Science]. 2025, no. 4, pp. 259–270. (In Russ.).
8. Rakhimbekova A.E., Kurmanov N.A., Kazybaeva A.M., Ukubasova G.S. Formirovanie II-gramotnosti v usloviyah transformacii rynka truda [Formation of AI literacy in the context of labor market transformation]. *Vestnik Kazahskogo universiteta ekonomiki, finansov i mezhdunarodnoj torgovli* [Bulletin of the Kazakh University of Economics, Finance and International Trade]. 2025, no. 3(60), pp. 87–94. (In Russ.).
9. Smirnova E.A., Isakova O.N. Formirovanie cifrovyh kompetencij budushchih uchitelej dlya primeneniya instrumentov iskusstvennogo intellekta [Formation of digital competencies of future teachers for using artificial intelligence tools]. *Chelovecheskij kapital* [Human Capital]. 2026, no. 2(206), pp. 169–181. (In Russ.).
10. Alalong F.J.A., Masicampo M.R.A., Nuer B.P.O., Cubillas T.E. Literacy and readiness of using artificial intelligence among pre-service teachers. *2025 11th International Conference on Education and Technology (ICET)*. Malang, Indonesia, 2025, pp. 147–152.
11. Shardey E., Nabi F., Vortia W. Teacher readiness for AI and digital tools in K-12 classrooms: a review of professional development trends and gaps. *International Journal of Future Multidisciplinary Research.* 2025, vol. 7, no. 5, pp. 1–17.
12. Dong C., Gopez J.M.W. AI readiness in education: a review of conceptual foundations, pedagogical dimensions, and ethical considerations. *International Journal of Education and Humanities.* 2026, vol. 22, no. 2, pp. 18–20.

УДК 159.9

САМООТНОШЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЕРВОГО КУРСА БЮИ МВД РОССИИ

Курсакова Елена Николаевна
Кандидат исторических наук, доцент, Барнаульский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, г. Барнаул, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0005-6202-8468, e-mail: en-kursakova@yandex.ru

Заярная Ангелина Александровна
Студент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный университет», г. Барнаул, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0007-0526-1313, e-mail: marri22@mail.ru

Аннотация
Введение: самоотношение играет важную роль в жизни человека, в частности, в формировании его личности. Поэтому актуальным является вопрос исследования влияния разных факторов на формирование самоотношения в возрастные периоды становления личностных особенностей, к которым относится и юношеский возраст. Существует ряд работ, где исследуются особенности самоотношения, которые рассматриваются в контексте отношения к своему телу и половой принадлежности. Целью данного исследования является изучение особенностей самоотношения обучающихся 1-го курса БЮИ МВД России в контексте их гендерной идентичности. **Материалы и методы:** в исследовании принимали участие обучающиеся 1 курса БЮИ МВД России, в возрасте от 17 до 19 лет. Общее количество составило 59 человек. Из них 25 девушек и 34 юношей. Были использованы следующие методики: «Тест-опросник самоотношения, ОСО» (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев); «Опросник образа собственного тела» (О.А. Скугаревским и С.В. Сивухой); «Маскулинность, феминность и гендерный тип» (О.Г. Лопухова). Для обработки полученных результатов проводились нормирование выборки и расчет коэффициентов корреляции Пирсона. **Результаты:** большинству обучающихся свойственны глобальное положительное самоотношение, самоуважениие, доверие к себе и позитивная самооценка, ожидание положительного отношения от других. Им присущи: самоинтерес, самоуверенность, самопринятие, самопонимание, удовлетворенность собственным телом. В то же время, как в группе юношей, так и в группе девушек, доминирует андрогинный тип гендерной идентичности. Со всеми показателями самоотношения, за исключением самоуважения, самообвинения и самопонимания, выявлены значимые связи с типом гендерной идентичности. При этом большинство связей шкал самоотношения с андрогинным типом прямые, а с маскулинным и феминным типами обратные. **Выводы:** взаимосвязь показателей самоотношения и гендерных типов носит разнонаправленный характер; выраженность гендорных типов существенно различается, при этом доминирует андрогинный тип.
Ключевые слова: самоотношение, гендерная идентичность, андрогинный тип, маскулинный тип, феминный тип, глобальное самоотношение, саморегуляция.

SELF-ATTITUDE IN THE CONTEXT OF GENDER IDENTITY OF FIRST-YEAR STUDENTS OF BUY

Kursakova Elena Nikolaevna
Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Barnaul Law Institute, Barnaul, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0005-6202-8468, e-mail: en-kursakova@yandex.ru

Zayarnaya Angelina Alexandrovna
Student, Altai State University, Barnaul, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0007-0526-1313, e-mail: marri22@mail.ru

Annotation
Introduction: self-perception plays a significant role in a person's life, particularly in the development of their personality. Therefore, it is important to study the influence of various factors on the development of self-perception during the developmental periods of personality traits, including adolescence. Several studies have examined self-perception in the context of attitudes toward one's body and gender. The aim of this study is to examine the self-perception of first-year students at the Belarusian Law Institute (BYI) in the context of their gender identity. **Materials and methods:** the study involved first-year students at the BYI, aged 17 to 19. A total of 59 participants, including 25 females and 34 males, participated in the study.The following methods were used: "Self-Attitude Test-Questionnaire, SATQ" (V.V. Stolin, S.R. Pantileev); "Body Image Questionnaire" (O.A. Skugarevsky and S.V. Sivukha); "Masculinity, Femininity, and Gender Type" (O.G. Lopukhova). To process the obtained results, the sample was normalized and the Pearson correlation coefficients were calculated. **Results:** most cadets are characterized by a global positive self-attitude, self-respect, self-trust and positive self-esteem, and the expectation of a positive attitude from others. They are characterized by self-interest, self-confidence, self-acceptance, self-understanding, and satisfaction with their own body. At the same time, both in the group of boys and in the group of girls the androgynous type of gender identity is dominant. All self-esteem indicators, with the exception of self-esteem, self-blame, and self-understanding, showed significant relationships with gender identity type. Most of the self-esteem scales' relationships with androgynous identity types were positive, while those with masculine and feminine identity types were negative. **Conclusions:** the relationship between self-esteem indicators and gender types is multidirectional; the severity of gender types varies significantly, with androgynous identity predominating.
Keywords: self-esteem, gender identity, androgynous type, masculine type, feminine type, global self-esteem, self-regulation.

Введение

Как объект психологического анализа самоотношение рассматривается в работах ряда ученых – отечественных и зарубежных [13; 14]. Наиболее известные исследователи самоотношения: С.Р. Пантилеев, В.В. Столин, И.И. Чеснокова, И.С. Кон, В.В. Мясищев, Н.И. Сарджвеладзе, Е.Т. Соколова, Р. Бернс, С. Куперсмит, М. Розенберг, Р. Вайли.

Сам термин «самоотношение» введен в 1974 г. Н.И. Сарджвеладзе, который рассматривает этот феномен как предрасположение к определенному взаимодействию личности с социумом и самим собой: «Самоотношение конституирует самость» [7, с. 192].

В психологической науке в настоящее время до сих пор не существует единого подхода и определения для понятия «самоотношение». С позиций одномерного подхода (М. Розенберг) утверждается, что самоотношение – это переживание человеком собственной ценности. Согласно структурному подходу (У. Джеймс), самоотношение – это система компонентов, которые отражают различные сферы проявления личности. В функциональном подходе (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев) выделяют компоненты самоотношения, выполняющие разные функции и имеющие разное происхождение. В «теории отношений» (А.Ф. Лазурский, В.Н. Мясищев) самоотношение – это мера осознания и качество эмоционально-ценностного отношения к себе.

Опираясь на работы В.В. Столина, в самоотношении выделяют три важных компонента: оценочный, ценностный, регуляторный [8, с. 40]. Согласно позиции Н.И. Сарджвеладзе, личность на основе самоотношения способна регулировать и контролировать свою деятельность [7, с. 192]. Поэтому актуальным является исследование самоотношения личности в разных сферах деятельности.

Анализ литературы показывает, что существует ряд факторов, которые влияют на особенности самоотношения личности. Так, в статье Н.И. Хохловой показана зависимость самоотношения от особенностей отношения к своей внешности у женщин [9]. В исследовании А.Г. Цаканян рассматриваются особенности самоотношения студентов с различным уровнем удовлетворенности жизнью, а также влияние этих личностных особенностей на психологическое благополучие студентов [10].

Самоотношение играет важную роль в жизни человека, в частности, в формировании его личности. В работе А.А. Чернова и О.В. Кожевникова

показана взаимосвязь компонентов самоотношения (самоуважение, аутосимпатия, ожидаемое отношение от других, самоинтерес, самопринятие, саморуководство и др.) и ряда личностных особенностей студентов [11]. Поэтому актуальным является исследование влияния разных факторов на формирование самоотношения в различные возрастные периоды становления личностных особенностей, к которым относится и юношеский возраст.

Ученые признают, что восприятие телесной внешности и отношение к ней оказывают значительное влияние на эмоциональную и межличностную сферы жизни человека и, в целом, задают динамику протекания объективных жизненных процессов [3; 7]. Существует ряд работ, где исследуются особенности самоотношения, которые рассматриваются в контексте отношения к своему телу и половой принадлежности [4; 5; 12].

Для молодежи особенно важно осознавать свою уникальность и независимость от общественных ожиданий. Каждый человек имеет право на свободу самовыражения и самореализации, вне зависимости от того, соответствует ли его внешность тем или иным стандартам. Гендерная идентичность также является личным выбором каждого человека. Важно помнить, что она может быть разнообразной и изменчивой и каждый имеет право на выбор собственного пути самоидентификации.

В современном обществе все больше говорят о важности признания и поддержки различных форм гендерной идентичности, включая андрогинную. Особенности гендерной идентичности важны прежде всего в профессиях, относящихся к типу «человек – человек», например, профессия юриста.

В связи с вышесказанным целью данной работы является исследование особенностей самоотношения обучающихся 1-го курса БЮИ МВД России в контексте их гендерной идентичности.

Материалы и методы

В исследовании на добровольной основе и анонимно принимали участие обучающиеся 1-го курса БЮИ МВД России, в возрасте от 17 до 19 лет. Общее количество составило 59 человек. Из них 25 девушек и 34 юношей.

Были использованы следующие методики: «Тест-опросник самоотношения, ОСО» (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев), «Опросник образа собственного тела» (О.А. Скугаревский и С.В. Сивуха); «Маскулинность, феминность и гендерный тип» (О.Г. Лопухова).

Для обработки полученных результатов проводились нормирование выборки и расчет коэффициентов корреляции Пирсона.

Результаты и их обсуждение

На первом этапе была проведена оценка самоотношения. В целом по группе обучающихся по шкалам самоотношения получены следующие результаты: в 90,67 % случаев данной группе свойственно глобальное положительное самоотношение, т. е. у большинства респондентов доминирует внутренне недифференцированное чувство «за» самого себя; в 80 % случаев курсантам свойственно самоуважениие, т. е. они верят в самооценку своих сил, способностей, самостоятельности, умения контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимают самих себя; в 86 % случаев данной группе свойственна аутосимпатия, т. е. одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивная самооценка; для 55 % курсантов свойственно ожидание положительного отношения от других; в 71,3 % случаев респондентам данной группы свойственен самоинтерес, а именно: интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других.

По шкалам самоотношения, направленным на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» респондента, были получены следующие результаты: у 81 % обучающихся выражена

самоуверенность; в 32 % случаев данной группе свойственно положительное отношение других; для 89 % респондентов характерно самопринятие; данной группе свойственно саморуководство в 60 % случаев; для 43 % курсантов свойственно самообвинение; самоинтерес присутствует в 80 % случаев; самопонимание свойственно 83,67 % опрошенным.

На следующем этапе работы было проведена оценка встречаемости гендерных типов в группах юношей и девушек.

В выборке курсантов наблюдается широкая представленность андрогинного типа личности (88 % – в группе девушек и в 97 % – в группе юношей). Это отражает общую тенденцию распространенности андрогинии в данной возрастной группе [2]. Андрогинный тип гендерной идентичности означает, что человек чувствует себя одновременно и мужчиной, и женщиной либо испытывает элементы обеих гендерных идентичностей.

В полученных результатах гендерная типизированность не превышает 20 % встречаемости в выборках. При этом среди юношей чаще отмечается феминный тип (3 %), а среди девушек – маскулинный (8 %). Данные тенденции указывают на низкую степень поляризованности гендерных представлений у большинства опрошенных лиц.

Согласно И.С. Кону, гендерная идентичность – это результат процесса, объединяющего онтогенез, половую социализацию и развитие самосознания [6]. Процесс осознания себя представителем определенного пола, начавшись в дошкольном возрасте, по мнению многих авторов, завершается в позднем юношеском возрасте [1]. Для девушек в этот период резко повышается значимость собственной внешности, усиливается потребность нравиться, а самооценка определяется успехами у противоположного пола. В этот же период у юношей возрастает значимость силы и мужественности, и на эти критерии они опираются, оценивая себя и других.

Полученные процентные распределения гендерных типов в выборке необходимо учитывать при работе с данной возрастной группой.

Далее, был проведен анализ удовлетворенности своей внешностью обучающихся с помощью методики «Опросник образа собственного тела» О.А. Скугаревского и С.В. Сивухи. Большинство респондентов (91 % юношей и 84 % девушек) удовлетворены своей внешностью, а 9 % юношей и 16 % девушек – не удовлетворены.

На следующем этапе работы была исследована взаимосвязь между значением гендерного статуса, неудовлетворенностью внешностью и шкалами опросника самоотношения на выборке курсантов (табл. 1).

Таблица 1

Коэффициенты корреляции между значением гендерного статуса, неудовлетворенностью внешностью и шкалами опросника самоотношения

№	Шкалы	Андрогинный	Маскулинный	Феминный
Шкалы, направленные на измерение особенностей самоотношения				
1	Неудовлетворенность внешностью	-0,41**	0,54**	0,04
2	Глобальное самоотношение	0,39**	-0,21	-0,34**
3	Самоуважение	0,19	-0,04	-0,24
4	Аутосимпатия	0,44**	-0,34**	-0,27*
5	Ожидаемое отношение от других	0,52**	-0,41**	-0,32*
6	Самоинтерес	0,40**	-0,28*	-0,28*
Шкалы, направленные на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» респондента				
7	Самоуверенность	0,28*	-0,08	-0,30*
8	Отношение других	0,40**	-0,28*	-0,28*
9	Самопринятие	0,16	-0,24*	0,01
10	Саморуководство	0,21	0,01	-0,30*
11	Самообвинение	-0,24	0,16	0,16
12	Самоинтерес	0,60**	-0,39**	-0,45**
13	Самопонимание	0,12	-0,08	-0,08

Примечание: * - уровень значимости p <= 0.05, **– уровень значимости p <= 0.01

Между оценкой степени неудовлетворенности внешностью как составного компонента образа тела и гендерными типами выявлены следующие значимые связи: с андрогинным статусом идентичности выявлена обратная значимая корреляция (r = -0,4); с маскулинным статусом идентичности существует положительная значимая корреляция (r = 0,54); с феминным статусом идентичности не обнаружено статистически значимой корреляции (r = 0,04).

Как можно видеть, чем более выражен андрогинный тип, тем менее удовлетворены респонденты своей внешностью, а чем более выражен маскулинный тип, тем более удовлетворены курсанты своим внешним видом.

Вначале были проанализированы связи шкал, характеризующих самоотношение, с типами гендерной идентичности. Получены следующие результаты.

Между глобальным самоотношением и гендерными типами выявлены следуюшие значимые связи: с андрогинным статусом идентичности существует положительная значимая корреляция (r = 0,39);с феминным статусом идентичности выявлена значимая обратная корреляция (r = -0,34); с маскулинным типом связь не значима (r = -0,21).

Таким образом, индивиды с андрогинным типом гендерной идентичности скорее склонны проявлять общее положительное отношение к себе, в то время как индивиды с феминным – склонны демонстрировать отрицательное общее отношение к себе.

Между самоуважением и особенностями гендерной идентичности не выявлено статистически значимых корреляций.

Между аутосимпатией и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с андрогинным статусом идентичности – прямая значимая корреляция (r = 0,44); с маскулинным статусом идентичности с – обратная значимая корреляция (r = -0,34); с феминным статусом идентичности существует слабая обратная корреляция (r = -0,27).

Таким образом, аутосимпатия, которая отражает доверие к себе и позитивную самооценку, характерна для курсантов с андрогинным статусом идентичности и не свойственна индивидам с маскулинным или феминным статусом идентичности.

Между ожидаемым отношением к себе от других и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи:с андрогинным статусом идентичности обнаружена прямаязначимая корреляция (r = 0,52); с маскулинным статусом идентичности выявлена значимая обратная корреляция (r = -0,41); с феминным статусом идентичности показана обратная значимая корреляция (r = -0,32).

Для индивидов андрогинного типа идентичности характерно ожидание положительной реакции окружающих на себя, а индивидам мускулинного и феминного типов идентичности свойственно ожидание негативной оценки себя со стороны окружающих.

Между шкалой самоинтересов и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с андрогинным статусом идентичности – значимая прямая корреляция (r = 0,4);с маскулинным статусом идентичности – обратная значимая, но слабая корреляция (r = -0,28); с феминным статусом идентичности – значимая, но слабая обратная корреляция (r = -0,28).

Для людей с андрогинным статусом идентичности характерна близость к самим себе, а именно: интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность вступать в равноправный диалог с собой, уверенность в том, что они представляют интерес для окружающих. В то же время данные характеристики не свойственны индивидам с маскулинным или феминным статусом идентичности.

На следующем этапе были проанализированы корреляции между шкалами, направленными на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» респондента, и типами гендерной идентичности. Получены следующие результаты.

Между установкой на самоуверенность и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с андрогинным статусом идентичности выявлена слабая, но значимая положительная корреляция (r = 0,28); с феминным статусом идентичности – значимая обратная корреляция (r = -0,3).

Андрогинные индивиды скорее характеризуются высоким самомнением, самоуверенностью, отсутствием внутренней напряженности, в то время как индивиды с выраженными маскулинными характеристиками склонны к неудовлетворенности собой и своими возможностями, к сомнениям в своей способности вызывать уважение.

Между установкой на действия, направленной на отношение других, и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с андрогинным статусом идентичности – значимая прямая корреляция (r = 0,4); с маскулинным статусом идентичности – слабая, но значимая обратная корреляция (r = -0,28); с феминным статусом идентичности – слабая, но значимая обратная корреляция (r = -0,28).

Курсанты с андрогинным статусом идентичности склонны полагать, что их личность, характер и деятельность способны вызывать у окружающих уважение, симпатию, одобрение и понимание. В то же время для индивидов с маскулинным и феминным статусами идентичности более характерно ожидание негативного отношения от других.

Между установкой на самопринятие и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с маскулинным типом идентичности выявлена слабая, но значимая обратная корреляция (r = -0,24).

Установка на саморуководство имеет значимую обратную связь лишь с феминным статусом идентичности (r = -0,3). С другими показателями гендерной идентичности статистически значимых корреляций не обнаружено.

Между шкалой «установка на самообвинение» и особенностями гендерной идентичности не выявлено статистически значимых корреляций.

Между установкой на самоинтерес и особенностями гендерной идентичности были обнаружены следующие связи: с андрогинным статусом идентичности – значимая прямая корреляция (r = 0,6); с маскулинным статусом идентичности – значимая обратная корреляция (r = -0,39); с феминным статусом идентичности – значимая обратная корреляция (r = -0,45).

Высокие показатели по шкале «установка на самоинтерес» очень характерны для обучающихся с андрогинным статусом идентичности. Они отражают выраженный интерес человека к собственному «Я», любовь к себе, ощущение ценности своей личности, а также предполагаемую ценность своего «Я» для окружающих.

В то же время для представителей маскулинного и феминного статусов идентичности свойственны низкие баллы по этой шкале, что говорит о недооценке такими респондентами своего духовного «Я», сомнениях в ценности собственной личности, отстраненности и безразличии к своему внутреннему миру, утрате интереса к нему.

Между установкой на самопонимание и особенностями гендерной идентичности выявлена лишь одна статистически значимая корреляция – с маскулинностью (r = 0,25).

Установка на самопонимание слабо связана лишь с маскулинностью, что соответствует позитивному отношению обучающихся этого гендерного типа к себе, согласию с самим собой, одобрению своих планов и желаний, эмоциональному, безусловному принятию себя таким, какой есть, даже с некоторыми недостатками.

Заключение

Анализ литературы показал актуальность исследования особенностей самоотношения в контексте гендерной идентичности в юношеском возрасте.

Полученные в данной работе результаты свидетельствуют, что большинству обучающихся 1-го курса свойственны глобальное положительное самоотношение, самоуважение, доверие к себе и позитивная самооценка,

ожидание положительного отношения от других. Им свойственны: самоинтерес, самоуверенность, самопринятие, самопонимание, удовлетворенность собственным телом. В то же время, как в группе юношей, так и в группе девушек, доминирует андрогинный тип гендерной идентичности.

Со всеми показателями самоотношения, за исключением самоуважения, самообвинения и самопонимания, выявлены значимые связи типов гендерной идентичности. При этом чем более выражен андрогинный тип, тем выше уровень глобального самоотношения, аутосимпатии (одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивная самооценка), тем более выражено ожидание позитивного отношения от других, самоинтерес (интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других), самоуверенность и менее выражена неудовлетворенность своей внешностью.

Чем более выражен маскулинный тип, тем выше уровень неудовлетворенности своей внешностью, тем ниже уровень аутосимпатии, ожидаемого отношения от других, самоинтереса и установки на отношение других. Чем более выражен феминный тип, тем ниже уровень глобального самоотношения, аутосимпатии, ожидаемого отношения других, самоинтереса, самоуверенности, установки на отношение других и установки на саморуководство.

Таким образом, в ходе исследования выявлено, что взаимосвязь показателей самоотношения и гендерных типов обучающихся 1-го курса БЮИ МВД России носит разнонаправленный характер; выраженность гендерных типов существенно различается, при этом доминирует андрогинный тип. Полученные результаты могут быть использованы практическими психологами образовательных организаций МВД России для работы с обучающимися, для повышения их самооценки и уверенности в себе, особенно в период первичной адаптации к условиям обучения в высшей школе.

Список источников

1. Гудименко О. В. Гендерная идентичность в раннем и позднем юношеском возрасте // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2023. № 3. С. 79–84. http://nauteh-journal.ru/files/ed81f0d0-f393-4fbd-b610-8227d44a2305
2. Добрынина М. А., Михайлик Е. В. Самоотношение как фактор влияния на жизненный выбор личности // Мир науки. Педагогика и психология. 2022. Т. 10. № 6. https://mir-nauki.com/PDF/05PSMN622.pdf
3. Дробышевская Н. Ю. Понятие самоотношения в современной психологии // Исследования молодых ученых : материалы XXV Междунар. науч. конф. (г. Казань, ноябрь 2021 г.). Казань : Молодой ученый, 2021. С. 12–16. https://moluch.ru/conf/stud/archive/404/16722
4. Елькина М. А. Структура, параметры и функции самоотношения // «CHRONOS»: мультидисциплинарные науки. 2021. Том 6. № 12(62). С. 40–42.
5. Карабина Ю. С. Эталон физической привлекательности как социокультурный фактор образа телесного я у женщин // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. 2010. Т. 16. С. 144–148.
6. Кон И. С. Человеческие сексуальности на рубеже XXI века // В поисках сексуальности: Сб. ст. / Под ред. Е. Здравомысловой и А. Темкиной. Санкт-Петербург : Изд-во Дмитрий Буланин, 2002. С. 24–46.
7. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси : Мецнисреба, 1989. 206 с.
8. Столин В. В., Пантилеев С. Р. Опросник самоотношения. Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. Москва, 1988. С. 123–130.
9. Хохлова Н. И. Самоотношение как маркер психологического благополучия у молодых женщин Югры // Северный регион : наука, образование, культура. 2025. Т. 26, № 1. С. 22–30. https://doi.org/10.35266/2949-3463-2025-1-2
10. Цаканян А. Г. Самоотношение студентов с разным уровнем удовлетворенности жизнью // Молодой ученый. 2024. № 42 (541). С. 234–235. https://moluch.ru/archive/541/118475.
11. Чернова А. А., Кожевникова О. В. Самоотношение студентов в связи с их личностными особенностями // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. 2018. Вып. 1 (2). С. 676–689. https://sciup.org/147228560
12. Шарай Т. П. Влияние отношения к своему телу и половой принадлежности на самоотношение личности // Психология телесности: теоретические и практические исследования. 2008. Пенза : ПГПУ им. В.Г. Белинского, 2008. С. 40–44. https://psyjournals.ru/nonserialpublications/psytelesnost/contents/30437
13. Bandini E., Fisher A. D., Castellini G., Sauro C. L., Lelli L., Meriggiola M. C., Casale H., Benni L., Ferruccio N., Faravelli C., et al. Gender identity disorder and eating disorders: Similarities and differences in terms of body uneasiness // International society for sexual medicine. 2013. 10(4):1012-23. DOI: 10.1111/jsm.12062.https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23347389/
14. Jones D. C, Vigfusdottir T. H., Lee Y. Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: an examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals // Journal of adolescent research. Vol. 19 No. 3. P. 323–339. DOI: 10.1177/0743558403258847. https://doi.org/10.1177/0743558403258847

References

1. Gudimenko O.V. Gendernaya identichnost' v ranem i pozdnem yunosheskom vozraste [Gender identity in early and late adolescence]. *Sovremennaya nauka: aktual'nye problem teorii i praktiki. Seriya: Poznanie* [Modern science: current issues of theory and practice]. 2023, no. 3, pp. 79–84. (In Russ.). http://nauteh-journal.ru/files/ed81f0d0-f393-4fbd-b610-8227d44a2305
2. Dobrynina M.A., Mihajlik E.V. Samootnoshenie kak factor vliyaniya na zhiznennyj vybor lichnosti [Self-attitude as a factor influencing an individual's life choices]. *Mir nauki. Pedagogika I*

psihologiya [The World of Science. Pedagogy and Psychology]. 2022, vol. 10, no. 6. (In Russ.). https://mir-nauki.com/PDF/05PSMN622.pdf
3. Drobyshevskaya N.YU. Ponyatie samootnosheniya v sovremennoj psihologii [The concept of self-attitude in modern psychology]. *Issledovaniya molodyh uchenyh : materialy XXV Mezhdunar. nauch. konf. (g. Kazan', noyabr' 2021 g.)* [Research of young scientists: Proc. of the XXV International scientific conf. (Kazan, November 2021)]. Kazan: Molodoj uchenyj, 2021, pp. 12–16. (In Russ.). https://moluch.ru/conf/stud/archive/404/16722
4. El'kina M.A. Struktura, parametry i funkcii samootnosheniya [Structure, parameters and functions of self-relationship]. "CHRONOS": mul'tidisciplinarnye nauki ["CHRONOS": Multidisciplinary sciences.]. 2021, vol. 6, no. 12(62), pp. 40–42. (In Russ.).
5. Karabina YU.S. Etalon fizicheskoj privlekatel'nosti kak sociokul'turnyj factor obraza telesnogo ya u zhenshchin [The standard of physical attractiveness as a sociocultural factor in women's body image]. *Vestnik KGU im. N.A. Nekrasova* [Bulletin of KSU named after N.A. Nekrasov]. 2010, vol. 16, pp. 144–148. (In Russ.).
6. Kon I.S. CHelovecheskie seksual'nosti na rubezhe XXI veka [Human Sexualities at the Turn of the 21st Century]. *V poiskah seksual'nosti: Sb. st. Pod red. E. Zdravomyslovoji A. Temkinoj* [In Search of Sexuality: Collection of Articles. Edited by E. Zdravomyslova and A. Temkina]. Saint Petersburg, 2002. pp. 24–46. (In Russ.).
7. Sardzhveladze N.I. *Lichnost' i ee vzaimodejstvie s social'noj sredoj* [Personality and its interaction with the social environment]. Tbilisi : Mecnisreba, 1989, 206 p. (In Russ.).
8. Stolin V.V., Pantileev S.R. *Praktikum po psihodiagnostike: Psihodiagnosticheskie materialy* [Workshop on Psychodiagnostics: Psychodiagnostic Materials]. Moscow, 1988. pp. 123–130. (In Russ.).
9. Hohlova N.I. Samootnoshenie kak marker psihologicheskogo blagopoluchiya u molodyh zhenshchin YUgry [Self-attitude as a marker of psychological well-being in young women of Yugra]. *Severnyj region: nauka, obrazovanie, kul'tura* [Northern region: science, education, culture]. 2025, vol. 26, no. 1, pp. 22–30. (In Russ.).https://doi.org/10.35266/2949-3463-2025-1-2
10. Cakanyan A.G. Samootnoshenie studentov s raznym urovnem udovletvorennosti zhizn'yu [Self-esteem of students with different levels of life satisfaction]. *Molodoj uchenyj* [Young scientist]. 2024, no. 42(541), pp. 234–235. (In Russ.). https://moluch.ru/archive/541/118475
11. CHernova A.A., Kozhevnikova O.V. Samootnoshenie studentov v svyazi s ih lichnostnymi osobennostyami [Students' self-attitude in relation to their personality traits]. *SNG* [CIS]. 2018. no. 1(2). pp. 676–689. (In Russ.). https://cyberleninka.ru/article/n/samootnoshenie-studentov-v-svyazi-s-ih-lichnostnymi-osobennostyami
12. SHaraj T.P. Vliyanie otnosheniya k svoemu telu i polovoj prinadlezhnosti na samootnoshenie lichnosti [The influence of attitude towards one's body and gender on self-esteem]. *Psihologiya telesnosti: teoreticheskie i prakticheskie issledovaniya* [The Psychology of Corporeality: Theoretical and Practical Research.]. Penza: PGPU im. V.G. Belinskogo. 2008, pp. 40–44. (In Russ.).https://psyjournals.ru/nonserialpublications/psytelesnost/contents/30437
13. Bandini E., Fisher A.D., Castellini G., Sauro C.L., Lelli L., Meriggiola M.C., Casale H., Benni L., Ferruccio N., Faravelli C., et al. Gender identity disorder and eating disorders: Similarities and differences in terms of body uneasiness. *International Society for Sexual Medicine*, 2013. 10(4):1012-23. DOI: 10.1111/jsm.12062.https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23347389/
14. Jones D.C, Vigfusdottir T.H., Lee Y. Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: an examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*. 2004, vol. 19 no. 3, pp. 323—339 DOI: 10.1177/0743558403258847. https://doi.org/10.1177/0743558403258847

УДК 159.942

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ КОМПОНЕНТОВ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ С ДЕПРЕССИВНЫМИ СИМПТОМАМИ В ГРУППАХ ПОДРОСТКОВ С ТЕНДЕНЦИЕЙ К АУТОАГРЕССИИ

Маджуга Анатолий Геннадьевич
Доктор психологических наук, доктор педагогических наук, профессор,
Институт развития образования Республики Башкортостан, Уфа, Россия,
ORCID: http://www.orcid.org/0000-0002-5482-9119,
e-mail: madzhuga1970@inbox.ru

Курчатова Оксана Валерьевна
Медицинский психолог, Уфа, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-2627-0487, e-mail: ov_kurchatova@mail.ru

Аннотация
Введение: статья посвящена теоретическому анализу проблемы взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами у подростков, проявляющих тенденции к аутоагрессивному поведению. Актуальность исследования обусловлена ростом распространенности депрессивных расстройств и самоповреждающего поведения в подростковой среде, а также недостаточной разработанностью экзистенциально-психологического подхода к анализу данных феноменов в контексте современных социокультурных вызовов. Цель работы – осуществить теоретический анализ особенностей взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами и аутоагрессивными тенденциями в подростковом возрасте. **Материалы и методы:** в ходе исследования применялись следующие методы: теоретический анализ и обобщение философской, психологической (как общей, так и клинической), педагогической и социологической литературы по проблемам экзистенциального сознания, подростковой депрессии и аутоагрессии; сравнительный анализ различных теоретических подходов к пониманию структуры экзистенциального сознания и механизмов его связи с деструктивными психологическими проявлениями; систематизация и классификация выявленных в научной литературе внутренних и внешних детерминант исследуемой взаимосвязи; теоретическое моделирование – построение интегративной схемы взаимосвязей между компонентами экзистенциального сознания, внешними факторами и симптомами депрессии и аутоагрессии. Использование полипарадигмального подхода позволило осуществить целостный, междисциплинарный анализ сложного и многогранного феномена.
Результаты: в статье раскрываются сущность и многокомпонентная структура экзистенциального сознания, рассматривается специфика его становления в подростковом возрасте. На основе интеграции положений экзистенциально-гуманистической психологии проводится реинтерпретация депрессии и аутоагрессии как симптомов экзистенциального кризиса. Выявляется и анализируется система внутренних (личностно-психологических) и внешних (социально-педагогических) детерминант, опосредующих связь между компонентами экзистенциального сознания (смысложизненный, ценностный, эмоционально-рефлексивный, волевой, темпоральный) и деструктивными психологическими проявлениями. **Выводы:** в заключении представлены теоретически обоснованные выводы,

позволяющие обозначить основные векторы психопрофилактической и коррекционной работы, направленной на развитие экзистенциальных ресурсов личности подростка как фактора противодействия депрессии и аутоагрессии.
Ключевые слова: экзистенциальное сознание, депрессивные симптомы, подростки, аутоагрессия, самоповреждающее поведение, смысл жизни, экзистенциальная тревога, экзистенциальное одиночество, ответственность, экзистенциально-гуманистический подход.

FEATURES OF INTERRELATIONS BETWEEN COMPONENTS OF EXISTENTIAL CONSCIOUSNESS AND DEPRESSIVE SYMPTOMS IN GROUPS OF ADOLESCENTS WITH A TENDENCY TO AUTOAGGRESSION

Madzhuga Anatoly Gennadievich
Doctor of Psychological Sciences, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Institute of Educational Development of the Republic of Bashkortostan, Ufa, Russia,
ORCID: http://www.orcid.org/0000-0002-5482-9119,
e-mail: madzhuga.anatolij@inbox.ru

Kurchatova Oksana Valerievna
Medical psychologist, Ufa, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-2627-0487, e-mail: ov_kurchatova@mail.ru

Annotation
Introduction: the article is devoted to the theoretical analysis of the problem of interrelations of the components of existential consciousness with depressive symptoms in adolescents who show tendencies to autoaggressive behavior. The relevance of the study is due to the growing prevalence of depressive disorders and self-destructive behavior in the adolescent environment, as well as the insufficient development of the existential-psychological approach to the analysis of these phenomena in the context of modern sociocultural challenges. The purpose of this work is to carry out a theoretical analysis of the features of the interconnections between the components of existential consciousness and depressive symptoms and auto-aggressive tendencies in adolescence. **Materials and Methods:** the following methods were used in the study: theoretical analysis and synthesis of philosophical, psychological (both general and clinical), pedagogical, and sociological literature on the problems of existential consciousness, adolescent depression, and autoaggression; comparative analysis of various theoretical approaches to understanding the structure of existential consciousness and the mechanisms of its connection with destructive psychological manifestations; systematization and classification of the internal and external determinants of the studied relationship identified in the scientific literature; theoretical modeling is the construction of an integrative scheme of relationships between the components of existential consciousness, external factors, and symptoms of depression and autoaggression. The use of a polyparadigm approach allowed for a holistic, interdisciplinary analysis of a complex and multifaceted phenomenon. **Results:** the article reveals the essence and multi-component structure of existential consciousness, and examines the specifics of its formation during adolescence. Based on the integration of the principles of existential-humanistic psychology, the article reinterprets depression and autoaggression as symptoms of an existential crisis. The article identifies and analyzes the system of internal (personal-psychological) and external (socio-pedagogical) determinants that mediate the relationship between the components of existential consciousness (life-meaning, value, emotional-reflexive, volitional, and temporal) and destructive psychological manifestations. **Conclusions:** in

conclusion, the article presents theoretically substantiated conclusions that outline the main vectors of psychoprophylactic and corrective work aimed at developing the existential resources of a teenager's personality as a factor in counteracting depression and autoaggression.
Keywords: existential consciousness, depressive symptoms, teenagers, autoaggression, self-destructive behavior, meaning of life, existential anxiety, existential loneliness, responsibility, existential-humanistic approach.

Введение

Современный этап развития общества, характеризующийся неопределенностью, трансформацией ценностных систем и цифровизацией, порождает вызовы для психического здоровья подрастающего поколения. Подростковый возраст, сензитивный для становления идентичности и мировоззрения, оказывается особенно уязвимым. Эпидемиологические данные констатируют рост депрессивных расстройств, суицидальных мыслей и несуицидального самоповреждающего поведения среди подростков [7; 8; 15]. Эти феномены все чаще интерпретируются не только в рамках клинической парадигмы, но и как маркеры глубинного кризиса смысла и идентичности.

В условиях, когда традиционные социальные институты зачастую не успевают адаптироваться, а виртуальная среда предлагает симулякры общения, перед подростком остро встают экзистенциальные вопросы: о смысле существования, свободе и ответственности, одиночестве и конечности жизни. Способность рефлексировать и конструктивно интегрировать эти вопросы составляет суть экзистенциального сознания (ЭС) – интегративного личностного образования [11; 18]. Дефицит его становления создает почву для экзистенциальной уязвимости, проявляющейся в депрессивной симптоматике и аутоагрессивном поведении [5; 19].

Преобладающее большинство исследований осуществляется в русле когнитивно-бихевиорального или нейробиологического подходов. Экзистенциально-психологический ракурс, позволяющий рассматривать эти феномены как симптоматику кризиса на уровне бытийных оснований личности,

остается периферийным. Это создает теоретический пробел и ограничивает возможности психологической практики.

Цель статьи – осуществить теоретический анализ особенностей взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами и аутоагрессивными тенденциями в подростковом возрасте.

Задачи теоретического исследования:

1. Раскрыть сущность, структуру и специфику формирования экзистенциального сознания в подростковом возрасте.
2. Провести экзистенциально-психологическую интерпретацию феноменов депрессии и аутоагрессии как форм экзистенциального кризиса.
3. Выявить и систематизировать ключевые внутренние детерминанты, провоцирующие кризис экзистенциального сознания.
4. Проанализировать внешние (социально-педагогические и культурные) детерминанты.
5. Сформулировать теоретически обоснованные выводы о значении развития экзистенциальных ресурсов личности для профилактики и коррекции депрессии и аутоагрессии у подростков.

Материалы и методы

Методологическую основу составил экзистенциально-гуманистический подход, интегрирующий идеи В. Франкла (логотерапия), Р. Мэя (экзистенциальная тревога), И. Ялома (данности существования), А. Маслоу и К. Роджерса (самоактуализация), Ф.Е. Василюка (понимающая психотерапия) [2; 12; 14; 16]. В данной парадигме личность рассматривается как проект, находящийся в процессе становления и ответственного выбора, а психологические проблемы – как следствие блокировки этого процесса.

Для решения поставленных задач был применен комплекс теоретических методов научного исследования:

– теоретический анализ и обобщение литературы по проблемам экзистенциального сознания, подростковой депрессии и аутоагрессии;

– сравнительный анализ теоретических подходов к пониманию структуры экзистенциального сознания и механизмов его связи с деструктивными психологическими проявлениями;

– систематизация и классификация внутренних, внешних детерминант;

– теоретическое моделирование – построение интегративной схемы взаимосвязей между компонентами экзистенциального сознания, внешними факторами и симптомами депрессии и аутоагрессии.

Использование полипарадигмального подхода позволило осуществить целостный междисциплинарный анализ экзистенциального сознания.

Результаты исследования и их обсуждение

Понятие «экзистенциальное сознание» (ЭС) не имеет однозначного определения, но в обобщенном виде оно может быть понято как высший уровень самосознания личности, характеризующийся способностью к рефлексии над бытийными основаниями собственного существования [1]. Это переживающее понимание себя как существа конечного, свободного, одинокого и ищущего смысл. Формирование экзистенциального сознания – центральная задача личностного развития в подростковом возрасте.

На основе интеграции идей отечественных (Д. А. Леонтьев, Ф.Е. Василюк, С.Л. Братченко) и зарубежных (И. Ялом, В. Франкл, Р. Мэй) авторов предложена структурно-динамическую модель экзистенциального сознания, состоящая из пяти взаимопроникающих компонентов:

1. Смысложизненный компонент является ядром экзистенциального сознания. Он включает: способность к целеполаганию; переживание осмысленности текущей жизни; ощущение продуктивности и удовлетворенности прожитым опытом; внутренний локус контроля над собственной жизнью [6]. В терминах Д.А. Леонтьева – это общая осмысленность жизни и ее конкретные измерения [5].

2. Ценностно-мировоззренческий компонент представляет собой систему экзистенциальных установок, выполняющих функцию «жизненной

философии». Он включает: иерархию высших ценностей; отношение к фундаментальным дихотомиям (добро/зло, свобода/детерминизм); толерантность к неопределенности и многозначности бытия.

3. Эмоционально-рефлексивный компонент выражается в способности осознавать, принимать и интегрировать экзистенциальные аффекты: тревогу, одиночество (переживание несоизмеримости собственного мира с миром Другого), вину (как осознание нереализованного потенциала).

4. Волево-деятельностный компонент (Ответственность и Свобода). Благодаря этому компоненту возможно практическое измерение экзистенциального сознания. Он включает: способность осуществлять свободный выбор и нести ответственность; осознание себя автором своей жизни; готовность к действию. Это антипод пассивности и беспомощности.

5. Темпоральный компонент акцентирует особое отношение ко времени. Он включает: осознание конечности как горизонта, придающего ценность жизни; способность к интеграции прошлого, настоящего и будущего в связную жизненную историю; развитую временную перспективу.

Важно подчеркнуть, что специфика становления ЭС в подростковом возрасте определяется главным противоречием: с одной стороны – «экзистенциальное пробуждение» (обострение чувствительности к вопросам смысла) [10]; с другой – недостаточная зрелость ресурсов для совладания с экзистенциальными переживаниями. Это создает почву для кризиса, который при отсутствии поддержки может принимать деструктивные формы [4].

С позиций экзистенциально-гуманистического подхода, депрессия и аутоагрессия – не просто коморбидные расстройства, а возможные симптомы глубинного кризиса ЭС [7]. Депрессия рассматривается как специфический способ бытия-в-мире, для которого характерны:

- сужение жизненного мира (эмоциональное обеднение);
- коллапс временной перспективы (будущее бессмысленно);
- разрыв значимых связей (глубокое одиночество);

– утрата свободы и ответственности (переживание беспомощности).

Таким образом, депрессия – это экзистенциальный ступор, паралич воли, смысла и «болезнь свободы», от которой человек пытается спастись.

Аутоагрессия (самоповреждающее поведение) в этом контексте получает новое, символическое прочтение как:

1. Попытка регуляции непереносимой экзистенциальной боли. Физическая боль становится контролируемым заместителем диффузной душевной муки, связанной с пустотой и тревогой. Это акт мгновенного, хоть и разрушительного, самоуспокоения.

2. Нонвербальный крик о помощи и подтверждение существования. Когда слова теряют силу или недоступны, тело становится «последним языком». Боль и вид крови становятся доказательством того, что «я еще чувствую, я еще существую», помогая преодолеть состояния дереализации и деперсонализации [17].

3. Акт псевдовыбора и восстановления контроля. В условиях переживания тотальной беспомощности и внешнего локуса контроля аутоагрессия становится областью, где подросток ощущает себя субъектом: «Я могу хотя бы это контролировать – свою боль» [19].

4. Самонаказание за экзистенциальную вину: не перед кем-то конкретным, а вину за нереализованную жизнь, за «предательство» собственных возможностей (по В. Франклу).

Следовательно, связь депрессии и аутоагрессии видится как закономерная и опосредованная общим экзистенциальным фундаментом – кризисом смысла, свободы, ответственности и связи.

Теоретический анализ позволил выявить систему внутренних, личностно-психологических детерминант, обуславливающих взаимосвязь дефицитов экзистенциального сознания с депрессивной и аутоагрессивной симптоматикой у подростков.

Рассмотрим ряд важных дефицитов, возникающих на уровне внутренних детерминант экзистенциального сознания подростка.

1. *Дефицит смысложизненного компонента – базовая детерминанта*

– Низкая общая осмысленность жизни напрямую коррелирует с выраженностью депрессивного аффекта. Экзистенциальный вакуум (В. Франкл) порождает скуку, апатию, ощущение «внутренней пустоты» – ядерные симптомы подростковой депрессии [6; 11].

– Отсутствие целей и будущей перспективы лишает жизнь направленности и энергии, способствует формированию безнадежности – ключевого когнитивного признака депрессии и фактора суицидального риска.

– Внешний локус контроля-жизнь напрямую ведет к выученной беспомощности и депрессивной пассивности. Аутоагрессия в этом случае может быть парадоксальной попыткой вернуть себе ощущение агентности, хоть и через саморазрушение.

2. *Дисфункция эмоционально-рефлексивного компонента*

– Неконструктивная экзистенциальная тревога. Нормативная тревога, связанная с осознанием свободы и смерти, при недостатке личностных ресурсов не интегрируется, а трансформируется в патологическую, всепоглощающую тревогу или в паническое избегание, «эмоциональное онемение», характерное для депрессии [18].

– Интенсивное, нерефлексируемое переживание экзистенциального одиночества. Чувство радикальной отъединенности от мира, непонятости даже близкими питает депрессивное мироощущение. Аутоагрессия может стать способом «коммуникации» этой боли, когда другие каналы связи кажутся разорванными [15].

– Низкая способность к рефлексии и символизации. Неумение выразить словами свои экзистенциальные переживания приводит к их соматизации или выходу в непосредственное действие (аутоагрессию).

3. Слабость волево-деятельностного компонента (кризис ответственности и свободы)

– Экзистенциальное избегание (Р. Мэй). Бегство от бремени свободы и ответственности в пассивность, конформизм или, наоборот, в бунт без позитивной программы. Депрессия – крайняя форма такого избегания, тотальный отказ от авторства своей жизни.

– Делегирование ответственности. Убеждение, что за мою жизнь, мое настроение, мой выбор отвечают другие (родители, общество, «судьба»). Это порождает хроническую обиду, пассивную агрессию, которая может оборачиваться против себя.

– Аутоагрессия как суррогат выбора: в условиях парализующей неспособности к созидательному действию акт самоповреждения становится простым и быстрым «действием», создающим иллюзию активности и контроля.

4. Нарушения темпорального компонента

– Искаженное отношение к конечности жизни приводит к тому, что страх смерти либо полностью вытесняется, либо, напротив, становится навязчивой идеей, окрашивающей все существование в мрачные тона, усиливая депрессию.

– Коллапсированная временная перспектива вызывает неспособность «удерживать» будущее, воспринимать жизнь как непрерывную историю. Жизнь дробится на отдельные, несвязанные болезненные моменты «здесь-и-сейчас», что характерно для клипового сознания Z-поколения и повышает тягу к импульсивной аутоагрессии как способу справиться с текущим страданием [7].

Следует отметить, что формирование экзистенциального сознания происходит не в вакууме, а в конкретном социокультурном и образовательном пространстве. В этой связи обозначим ряд важных характеристик современной среды, выступающих внешними детерминантами, усугубляющими внутренние дефициты и провоцирующими кризис экзистенциального сознания подростка.

1. Цифровая среда и культура постмодерна: амбивалентное влияние

– Симулятивность и клиповость затрудняют формирование связной жизненной истории, обедняют смысловой опыт подростка.

– «Цифровое одиночество» при гиперсвязности: парадокс, когда множество онлайн-контактов сочетается с обостренным чувством экзистенциального одиночества и поверхностности общения [3].

– Информационная перегруженность и эмоциональное онемение. Постоянный поток часто травматичных новостей может приводить к защитной эмоциональной тупости, девальвации переживаний другого, что блокирует развитие эмпатии и усугубляет аутоагрессию как единственный способ «почувствовать».

– Культура мгновенного удовлетворения противоречит природе смыслообразования, требующей усилий и отсрочки.

2. Особенности современной образовательной среды

– Утилитарно-прагматический уклон: ориентация на передачу знаний и компетенций (hard skills) в ущерб ценностному образованию. Нет пространства для обсуждения «вечных вопросов».

– «Авторитарная» или «попустительская» педагогика. Первая подавляет свободу, вторая – не дает опор, необходимых для безопасного освоения свободы личностью. И то, и другое препятствует становлению зрелого экзистенциального сознания.

– Жесткая конкурентность подрывает внутреннюю мотивацию и повышает тревожность и страх неудачи.

3. Семейная система и социальное окружение

– Гиперопека или эмоциональная депривация. Оба паттерна мешают подростку ощутить себя отдельным, ответственным субъектом. Гиперопека лишает опыта свободы, депривация – опыта безусловного принятия.

– Кризис транслируемых ценностей. Взрослые не могут предложить подростку целостную «картину мира», оставляя подростка один на один с экзистенциальными вопросами.

– Социальная разобщенность и утрата общих ритуалов лишают подростка чувства принадлежности и трансценденции (связи с чем-то большим) [13].

Таким образом, кризис экзистенциального сознания, проявляющийся в депрессии и аутоагрессии, является полидетерминированным. Он возникает на пересечении внутренней уязвимости личности и деструктивного влияния внешней среды, которая, вместо того, чтобы поддерживать становление экзистенциальной зрелости, часто его блокирует или искажает.

Заключение

Проведенный теоретический анализ позволил системно рассмотреть проблему взаимосвязей экзистенциального сознания, депрессивных симптомов и аутоагрессивных тенденций в подростковом возрасте. В результате были получены следующие научно обоснованные выводы:

1. Экзистенциальное сознание является сложным, многокомпонентным образованием, формирующимся в подростковом возрасте и включающим смысложизненный, ценностно-мировоззренческий, эмоционально-рефлексивный, волево-деятельностный и темпоральный компоненты. Его становление сопряжено с высоким риском кризиса из-за несоответствия между экзистенциальной чувствительностью и недостаточностью ресурсов.

2. Депрессия и аутоагрессия реинтерпретируются как различные, но связанные симптомокомплексы, выражающие кризис экзистенциального сознания. Депрессия представляет собой «экзистенциальный ступор» – утрату смысла и свободы. Аутоагрессия выступает как деструктивный, телесно-ориентированный копинг, направленный на регуляцию экзистенциальной боли, восстановление иллюзорного контроля и нонвербальную коммуникацию страдания.

3. Взаимосвязь между дефицитами экзистенциального сознания и деструктивной симптоматикой детерминирована системой внутренних и внешних факторов.

– К внутренним (психологическим) детерминантам относятся: низкая осмысленность жизни и размытость целей; неконструктивная, нерефлексируемая экзистенциальная тревога и одиночество; слабость волево-деятельностного компонента (избегание свободы и ответственности); искаженное отношение ко времени и конечности.

– К внешним (социально-педагогическим и культурным) детерминантам относятся: амбивалентное влияние цифровой среды (симулятивность, эмоциональное онемение); дисфункции образовательной системы (утилитаризм, авторитаризм/попустительство, гиперконкуренция); дисфункциональные паттерны семейного воспитания (гиперопека или депривация); ценностный релятивизм и социальная разобщенность.

4. Эффективная психопрофилактическая и коррекционная работа с депрессией и аутоагрессией подростков должна выходить за рамки симптомоцентрированного подхода и включать в себя стратегию развития экзистенциальных ресурсов личности, которая предполагает:

– создание в образовательных организациях «экзистенциально-поддерживающей среды», где есть пространство для обсуждения смысложизненных, философских, ценностных вопросов;

– внедрение программ социально-эмоционального и экзистенциального обучения, направленных на развитие рефлексии, эмоционального интеллекта, навыков принятия решений и ответственности;

– активное использование методов, обогащающих опыт осмысленного действия и трансценденции: волонтерство, социальное проектирование, творчество, приобщение к культурным и природным практикам;

– подготовку психологов и педагогов к работе с экзистенциальной проблематикой, обучение их навыкам логотерапевтического диалога, помощи в поиске личных смыслов и конструировании жизненной перспективы.

Таким образом, теоретический анализ подтверждает, что формирование зрелого экзистенциального сознания является основным фактором психологического благополучия подростка. Инвестируя в развитие этих ресурсов, общество может создать мощный буфер против нарастающей волны подростковой депрессии и аутоагрессии, способствуя становлению не просто «не-больного», а осмысленно живущего и ответственного поколения.

Список источников

1. Братченко С. Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. Москва : Смысл, 2020. 298 с.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Москва : Издательство Московского университета, 2021. 320 с.
3. Долгинова О. Б. Исследование одиночества как психологического феномена // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 4. С. 71–83.
4. Ениколопов С. Н., Садовская А. В. Аутоагрессивное поведение в подростковом возрасте: современное состояние проблемы // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1. С. 88–105.
5. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2021. 511 с.
6. Малкина-Пых И. Г. Экзистенциальная терапия. Москва : Эксмо, 2020. 768 с.
7. Осин Е. Н. Измерение экзистенциальной тревоги: апробация русскоязычной версии шкалы // Психологическая диагностика. 2019. № 1. С. 85–106.
8. Психология самоповреждающего поведения / Под ред. Л. И. Вассермана. Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2021. 412 с.
9. Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследования // Методология и история психологии. 2020. Т. 15. № 3. С. 123–137.
10. Сапогова Е. Е. Психология развития человека. Москва : Аспект Пресс, 2022. 460 с.
11. Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Мультифакторная модель депрессивных расстройств // Социальная и клиническая психиатрия. 2021. Т. 31. № 3. С. 73–82.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 2020. 368 с.
13. Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков. Москва : Академический проект, 2022. 336 с.
14. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. Москва : Класс, 2020. 576 с.
15. Klonsky E. D., Muehlenkamp J. J. Self-injury: A research review for the practitioner // Journal of clinical psychology. 2020. Vol. 63(11). P. 1045–1056.
16. May R. The Discovery of being: writings in existential psychology. New York : W.W. Norton & Company, 2021. 224 p.
17. Nock M. K. Why do people hurt themselves? new insights into the nature and functions of self-injury // Current directions in psychological science. 2019. Vol. 18(2). P. 78–83.

18. Rogers C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. Boston : Houghton mifflin harcourt, 2020. 420 p.
19. Vanhooren S., Leijssen M., Dezutter J. Meaning in life and depressive symptoms: a person-oriented approach in residential and community-dwelling older adults // Aging & Mental health. 2021. Vol. 25(5). P. 1–8.

References

1. Bratchenko S.L. *Ekzistencial'naya psihologiya glubinnogo obshcheniya* [Existential Psychology of Deep Communication]. Moscow: Smysl, 2020, 298 p. (In Russ.).
2. Vasilyuk F.E. *Psihologiya perezhivaniya* [The Psychology of Experience]. Moscow: Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta, 2021, 320 p. (In Russ.).
3. Dolginova O.B. Issledovanie odinochestva kak psihologicheskogo fenomena [Research on loneliness as a psychological phenomenon]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education]. 2020, vol. 25, no. 4, pp. 71–83. (In Russ.).
4. Enikolopov S.N., Sadovskaya A.V. Autoagressivnoe povedenie v podrostkovom vozraste: sovremennoe sostoyanie problemy [Auto-aggressive behavior in adolescence: the current state of the problem]. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya* [Counseling psychology and psychotherapy]. 2022, vol. 30, no. 1, pp. 88–105. (In Russ.).
5. Leont'ev D.A. *Psihologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti* [The Psychology of Meaning: Nature, Structure, and Dynamics of Meaningful Reality]. Moscow: Smysl, 2021, 511 p. (In Russ.).
6. Malkina-Pyh I.G. *Ekzistencial'naya terapiya* [Existential therapy]. Moscow: Eksmo, 2020, 768 p. (In Russ.).
7. Osin E.N. Izmerenie ekzistencial'noj trevogi: aprobaciya russkoyazychnoj versii shkaly [Measuring Existential Anxiety: Validation of the Russian Version of the Scale]. *Psihologicheskaya diagnostika* [Psychological diagnostics]. 2019, no. 1, pp. 85–106. (In Russ.).
8. *Psihologiya samopovrezhdayushchego povedeniya* [The psychology of self-harming behavior]: Monografiya. Pod red. L.I. Vassermana. Saint-Petersburg: Izd-vo SPbGU, 2021, 412 p. (In Russ.).
9. Rasskazova E.I., Leont'ev D.A. Koping-strategii v psihologii stressa: podhody, metody i perspektivy issledovaniya [Coping strategies in stress psychology: approaches, methods, and research prospects]. *Metodologiya i istoriya psihologii* [Methodology and history of psychology]. 2020, vol.15, no. 3, pp. 123–137. (In Russ.).
10. Sapogova E.E. *Psihologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. Moscow: Aspekt Press, 2022, 460 p. (In Russ.).
11. Holmogorova A.B., Garanyan N.G. Mul'tifaktornaya model' depressivnyh rasstrojstv [Multifactorial model of depressive disorders]. *Social'naya i klinicheskaya psihiatriya* [Social and clinical psychiatry]. 2021, vol. 31, no. 3, pp. 73–82. (In Russ.).
12. Frankl V. *Chelovek v poiskah smysla* [A man in search of meaning]. Moscow: Progress, 2020, 368 p. (In Russ.).
13. Shnejder L.B. *Deviantnoe povedenie detej i podrostkov* [Deviant behavior of children and adolescents]. Moscow: Akademicheskij proekt, 2022, 336 p. (In Russ.).
14. Yalom I. *Ekzistencial'naya psihoterapiya* [Existential psychotherapy]. Moscow: Klass, 2020, 576 p. (In Russ.).
15. Klonsky E.D., Muehlenkamp J.J. Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology*. 2020, vol. 63(11), pp. 1045–1056.
16. May R. *The Discovery of Being: Writings in Existential Psychology*. New York: W.W. Norton & Company, 2021, 224 p.
17. Nock M.K. Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*. 2019, vol. 18(2), pp. 78–83.
18. Rogers C.R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton mifflin harcourt, 2020, 420 p.

19. Vanhooren S., Leijssen M., Dezutter J. Meaning in life and depressive symptoms: a person-oriented approach in residential and community-dwelling older adults. *Aging & Mental Health*. 2021, vol. 25(5), pp. 1–8.

УДК 159.9.072

ГЕНДЕРНАЯ СПЕЦИФИКА КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В СИТУАЦИИ РАЗВОДА ВСЛЕДСТВИЕ СУПРУЖЕСКОЙ НЕВЕРНОСТИ

Макухин Денис Сергеевич
Доктор психологии (PsyD), Автономная некоммерческая организация «Центр социально-психологической поддержки «Сфера», г. Воронеж, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-7371-8764, e-mail: mackden@yandex.ru

Аннотация
Введение: супружеская неверность рассматривается как критическое событие, инициирующее острый кризис идентичности и требующее значительной перестройки механизмов личностной адаптации. Цифровой след бывшего партнера в условиях информационной прозрачности выступает специфическим фактором, способным блокировать нормативное завершение процесса сепарации. Целью исследования является выявление и сравнительный анализ гендерных различий в выборе копинг-стратегий и защитных механизмов психологической адаптации у мужчин и женщин при разводе вследствие супружеской неверности. **Материалы и методы:** в эмпирическом исследовании приняли участие 226 респондентов (113 мужчин и 113 женщин) в возрасте от 25 до 50 лет на стадии активной постразводной адаптации. Применялись опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолькман, методика оценки стратегий преодоления стрессовых ситуаций С. Хобфолла и авторская анкета феноменологической оценки цифрового поведения. Статистическая обработка проводилась с применением непараметрического U-критерия Манна-Уитни и коэффициента корреляции Спирмена. **Результаты:** установлено, что мужчины достоверно чаще прибегают к интрапсихической переработке стресса (дистанцирование, самоконтроль), стремясь к эмоциональному отчуждению, в том числе через полную цифровую блокировку бывшего партнера. Женский профиль совладания характеризуется выраженным поиском социальной поддержки и стратегиями избегания. Выявлена сильная прямая связь между частотой компульсивного цифрового мониторинга и уровнем избегающего поведения у женщин. У мужчин контакт с виртуальным следом партнера провоцирует агрессию с последующим усилением дистанцирования. **Выводы:** подтверждено наличие глубоких гендерных различий в способах личностной переработки разрыва значимых отношений. Цифровая прозрачность выступает фактором риска эмоциональной дестабилизации и пролонгирует состояние амбивалентной утраты, препятствуя сепарации, особенно у женщин. Психологическое консультирование в период адаптации требует дифференцированного подхода: преодоления эмоциональной ригидности у мужчин и внедрения строгих протоколов цифровой гигиены у женщин.
Ключевые слова: супружеская неверность, копинг-стратегии, гендерные различия, кризис привязанности, амбивалентная утрата, психологическая адаптация, кибер-сталкинг, психология личности, кризис идентичности.

GENDER SPECIFICITY OF COPING STRATEGIES AND MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION IN DIVORCE DUE TO MARITAL INFIDELITY

Makukhin Denis Sergeevich
Doctor of Psychology (PsyD), Autonomous Non-Profit Organization "Center for Socio-Psychological Support 'Sphere'", Voronezh, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-7371-8764, e-mail: mackden@yandex.ru

Abstract
Introduction: marital infidelity is viewed as a critical life event that triggers an acute identity crisis and necessitates a significant restructuring of personal adaptation mechanisms. In the context of informational transparency, an ex-partner's digital footprint serves as a specific factor capable of hindering the normative completion of the separation process. The objective of the study is to identify and comparatively analyze gender differences in the choice of coping strategies and psychological adaptation defense mechanisms among men and women experiencing divorce due to marital infidelity. **Materials and Methods :**the empirical study involved 226 respondents (113 men and 113 women) aged 25 to 50 years during the stage of active post-divorce adaptation (the period of 6 to 18 months). Psychodiagnostic tools included the Ways of Coping Questionnaire by R. Lazarus and S. Folkman, the Strategic Approach to Coping Scale by S. Hobfoll, and an original questionnaire for the phenomenological assessment of digital behavior. Statistical processing was performed using the non-parametric Mann-Whitney U-test and Spearman's rank correlation coefficient. **Results:** it was established that men significantly more often resort to intrapsychic stress processing (distancing, self-control), aiming for emotional alienation, including through complete digital blocking of the ex-partner. The female coping profile is characterized by a pronounced search for social support and avoidance strategies. A strong direct correlation was found between the frequency of compulsive digital monitoring and the level of avoidance behavior in women. In men, contact with the partner's virtual footprint provokes aggression followed by increased distancing. **Conclusion:** the presence of profound gender differences in the ways of personal processing of the dissolution of significant relationships was confirmed. Digital transparency acts as a risk factor for emotional destabilization and prolongs the state of ambiguous loss, hindering separation, particularly in women. Psychological counseling during the adaptation period requires a differentiated approach: overcoming emotional rigidity in men and implementing strict digital hygiene protocols in women.
Keywords: marital infidelity, coping strategies, gender differences, attachment crisis, ambiguous loss, psychological adaptation, cyberstalking, personality psychology, identity crisis.

Введение

Супружеская неверность выступает деструктивным фактором, инициирующим глубокий кризис идентичности и рассматриваемым не просто как реактивный стресс, но и как триггер смысловой трансформации Я-концепции пострадавшего партнера. Травма измены радикально разрушает базовые когнитивные схемы (доверие к миру, предсказуемость будущего) и

ведет к глубокой личностной дезадаптации [27]. Этот механизм детально объясняется концепцией травмы предательства (betrayaltrauma) Дж. Фрейд [21], согласно которой нарушение базовой привязанности провоцирует выраженный кризис доверия и дезорганизацию личностных структур.

Конструктивная проработка травматического опыта требует опоры на аутентичность личности и эффективного использования копинг-стратегий [9; 16; 22]. В отечественной психологии подчеркивается, что интенсивность проживания стресса во многом определяется субъективной оценкой доступных ресурсов устойчивости [1; 15]. В условиях затяжного развода, отягощенного предательством, пролонгированный стресс резко истощает адаптационный потенциал [12], а успешность восстановления напрямую зависит от прохождения стадий горевания [13] и сохранности индивидуальных и диадических механизмов совладания [6].

Особенно остро проблема дезадаптации проявляется в условиях информационной прозрачности: цифровой след бывшего партнера выступает катализатором ретравматизации, поддерживая нарушения эмоциональной регуляции, блокируя смысловое совладание и препятствуя нормативному завершению процесса сепарации [7; 8].

Несмотря на универсальность кризисного опыта, механизмы адаптации демонстрируют гендерную специфику, во многом детерминированную установками гендерного неравенства [11]. Женщины чаще опираются на паттерны романтической привязанности и поиск социальной поддержки [3; 10], в то время как мужчины склонны к паттернам эмоционального сдерживания, защитной автономии и изолированному (интрапсихическому) проживанию негативных эмоций.

Целью данной работы является выявление и сравнительный анализ гендерных различий в выборе копинг-стратегий и защитных механизмов психологической адаптации у мужчин и женщин при разводе вследствие супружеской неверности, в том числе с учетом их поведения в цифровом

пространстве. Исследовательские гипотезы: 1) существуют фундаментальные гендерные различия в иерархии совладания: для мужчин характерна интрапсихическая переработка (дистанцирование), для женщин – интерпсихическая (социальный поиск); 2) цифровой мониторинг активности партнера выступает предиктором дезадаптации, усиливая у женщин избегающее поведение, а у мужчин – риск агрессивных реакций.

Материалы и методы

В рамках работы проведено сравнительное эмпирическое исследование методом поперечного среза. Сбор данных осуществлялся очно (на базе психологического центра) и дистанционно (г. Воронеж) с соблюдением этических принципов Хельсинкской декларации и обязательным получением информированного согласия.

Общий объем выборки составил N = 226 человек (113 мужчин и 113 женщин) в возрасте от 25 до 50 лет (M = 36,4; SD = 4,2), имеющих высшее (78 %) или среднее специальное (22 %) образование.

Критерии включения: 1) официально зарегистрированный развод или прекращение длительного сожительства из-за супружеской неверности партнера; 2) причина разрыва, идентифицированная респондентом как супружеская неверность партнера; 3) давность кризисного события от 6 до 18 месяцев [13]. Выбор интервала обоснован тем, что он представляет собой стадию активной переработки травмы и кристаллизации копинг-стратегий, следующую за острой фазой шока [16].

Критерий исключения: наличие в анамнезе обращений за психиатрической помощью или клинически верифицированных диагнозов до момента инициации развода (для чистоты оценки реактивного, а не эндогенного стресса).

Для реализации поставленных задач применялся следующий психодиагностический комплекс:

1. Опросник «Способы совладания» (WCQ) Р. Лазаруса и С. Фолькман в адаптации Т.Л. Крюковой [5]. Инструмент позволяет выделить 8 базовых

копинг-стратегий, включающих когнитивные, эмоциональные и поведенческие усилия личности по преодолению травмы.

2. Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS) С. Хобфолла в адаптации Н.Е. Водопьяновой [2]. Методика ориентирована на оценку репертуара социального поведения личности в стрессогенной ситуации (просоциальные, асоциальные и пассивные модели).

3. Авторская анкета «Цифровое поведение», разработанная на основе феноменологического анализа опыта психологического консультирования и экспертных оценок специалистов в области психологии отношений. Анкета направлена на оценку интенсивности мониторинга социальных сетей бывшего партнера и фиксирует такие параметры, как частота просмотра профиля, использование фейковых аккаунтов и склонность к цифровой блокировке. На основе суммы баллов по ключевым шкалам рассчитывается интегральный индекс «Цифрового мониторинга». Надежность инструмента подтверждена высоким показателем внутренней согласованности (α Кронбаха = 0,84).

Анализ данных проводился с использованием пакета IBM SPSS Statistics 26.0. Проверка распределения на нормальность осуществлялась с применением критерия Колмогорова – Смирнова. В связи с выявленным отклонением эмпирического распределения от нормального, для межгруппового сравнения применялся непараметрический *U*-критерий Манна – Уитни.

Базовые параметры распределения описаны через медиану (Me) и интерквартильный размах (Q1; Q3). Различия частот проверяли (χ^2) Пирсона. Помимо расчета уровня статистической значимости (p),вычислялся размер эффекта (r) по формуле: $r = Z/\sqrt{N}$, где 0,1 – малый эффект, 0,3 – средний, 0,5 – большой. Связи между переменными искали через ранговую корреляцию Спирмена (r_s).

Результаты

Полученные эмпирические данные указывают на жесткую специфику профилей совладания в зависимости от пола. Сравнительные показатели по методике WCQ сведены в табл. 1.

Таблица 1

Средние показатели выраженности копинг-стратегий у мужчин и женщин (по Р. Лазарусу)

Копинг-стратегии	Мужчины (n = 113) Me (Q1; Q3)	Женщины (n = 113) Me (Q1; Q3)	U-критерий	Z-значение	Значимость (p)	Размер эффекта (r)
Конфронтационный копинг	12 (9; 14)	9 (7; 11)	5400,0	2,00	0,045*	0,13 (малый)
Дистанцирование	15 (12; 17)	10 (8; 12)	3284,0	6,31	< 0,001***	0,42 (средний)
Самоконтроль	15 (13; 17)	12 (9; 14)	3578,0	5,71	< 0,001***	0,38 (средний)
Поиск социальной поддержки	10 (7; 12)	17 (14; 19)	2615,0	7,67	< 0,001***	0,51 (большой)
Принятие ответственности	8 (6; 10)	8 (6; 10)	6015,0	0,75	0,453 (н.з.)	-
Бегство-избегание	12 (10; 15)	17 (15; 20)	3357,0	6,16	< 0,001***	0,41 (средний)
Планирование решения проблемы	14 (11; 16)	13 (11; 15)	6207,0	0,36	0,719 (н.з.)	-
Положительная переоценка	10 (8; 12)	11 (9; 14)	5667,0	1,46	0,144 (н.з.)	-

*Примечание: * – $p \leq 0,05$; *** – $p \leq 0,001$; н.з. – незначимо.*

Данные методики WCQ свидетельствуют о достоверном преобладании у мужчин стратегий «Дистанцирование» и «Самоконтроль» ($p \leq 0{,}001$). В женской выборке зафиксированы статистически значимо более высокие показатели по шкалам «Поиск социальной поддержки» и «Бегство-избегание» ($p \leq 0{,}001$).

Далее были оценены модели социального поведения в состоянии стресса (табл. 2).

Таблица 2

Сравнительный анализ стратегий преодоления стресса (по С. Хобфоллу)

Модели поведения	Мужчины (n = 113) Me (Q1; Q3)	Женщины (n = 113) Me (Q1; Q3)	U-критерий	Z-значение	Значимость (p)	Размер эффекта (r)
Просоциальные						
Вступление в социальный контакт	18 (16; 21)	25 (21; 28)	3800,0	5,26	< 0,001***	0,35
Поиск социальной поддержки	19 (17; 22)	26 (23; 29)	2836,0	7,22	< 0,001***	0,48
Асоциальные						
Агрессивные действия	23 (20; 27)	17 (14; 20)	3504,0	5,86	< 0,001***	0,39
Асоциальные действия	22 (18; 25)	15 (12; 18)	4758,0	3,31	0,001**	0,22
Пассивные						
Избегание	17 (15; 20)	22 (19; 25)	4094,0	4,66	< 0,001***	0,31
Остальные стратегии (без значимых различий)						

Ассертивные действия	21 (18; 24)	21 (18; 24)	6335,0	0,10	0,920 (н.з.)	-
Осторожные действия	20 (17; 23)	21 (18; 23)	6163,0	0,45	0,652 (н.з.)	-
Импульсивные действия	18 (15; 21)	17 (14; 21)	5967,0	0,85	0,395 (н.з.)	-
Непрямые действия	17 (14; 19)	17 (14; 20)	6286,0	0,20	0,841 (н.з.)	-

*Примечание: ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$;н.з. – незначимо.*

Анализ стратегий преодоления стресса (SACS) показал, что мужчины достоверно чаще прибегают к агрессивным действиям ($p \leq 0,001$). Для женщин характерно выраженное сочетание просоциальной активности (вступление в социальный контакт, поиск поддержки) с поведенческим избеганием ($p \leq 0,001$).

Таблица 3

Показатели мониторинга цифровой активности бывшего партнера

Параметры мониторинга	Мужчины (n = 113)	Женщины (n = 113)	Значение χ^2	Значимость (p)
Ежедневный просмотр соцсетей партнера	18,6 %	64,6 %	49,25	< 0,001***
Использование фейковых аккаунтов	11,5 %	33,6 %	15,83	< 0,001***
Анализ активности нового партнера бывшего супруга	15,0 %	57,5 %	44,10	< 0,001***
Выраженная негативная эмоциональная реакция на контент	33,6 %	72,6 %	34,40	< 0,001***
Полная цифровая блокировка партнера	46,0 %	16,8 %	22,36	< 0,001***

*Примечание: *** – $p \leq 0,001$.*

Специфика цифрового поведения респондентов по отношению к бывшему партнеру отражена в табл. 3.

Оценка цифрового поведения выявила, что женщины достоверно чаще ($p \leq 0{,}001$) осуществляют ежедневный мониторинг соцсетей экс-супруга (64,6 %), используют фейковые аккаунты (33,6 %) и анализируют активность новых партнерш (57,5 %), что в 72,6 % случаев сопровождается острыми негативными реакциями. Мужчины значительно реже вовлекаются в виртуальную жизнь бывших жен, предпочитая стратегию полной цифровой блокировки (46,0 %).

Корреляционный анализ позволил выявить структурные связи между поведением в сети и актуальным психологическим состоянием (табл. 4).

Таблица 4

Значимые корреляции между индексом «Цифрового мониторинга» и шкалами WCQ/SACS

Шкалы	Коэффициент корреляции (r_s) Группа: женщины	Коэффициент корреляции (r_s) Группа: мужчины
Бегство-избегание (WCQ)	0,68**	0,21 (н.з.)
Поиск соц. поддержки (WCQ)	0,54**	- 0,15 (н.з.)
Агрессивные действия (SACS)	0,25 (н.з.)	0,48*
Дистанцирование (WCQ)	- 0,42*	0,59**

*Примечание: * – $p \leq 0{,}05$; ** – $p \leq 0{,}01$; н.з. – незначимо.*

В женской выборке установлена сильная прямая связь между интенсивностью цифрового мониторинга и копингом избегания ($r_s = 0{,}68$; $p \leq 0{,}001$). В мужской группе контакт с цифровым следом прямо коррелирует с агрессивными действиями ($r_s = 0{,}48$; $p \leq 0{,}001$) и дистанцированием ($r_s = 0{,}59$; $p \leq 0{,}001$).

Обсуждение

Полученные результаты полностью подтверждают выдвинутые исследовательские гипотезы о наличии глубокой гендерной специфики в механизмах психологической адаптации к ситуации измены. Выявленное у мужчин доминирование стратегий «Дистанцирование» и «Самоконтроль» в сочетании с тенденцией к агрессивным действиям согласуется с эволюционными моделями преодоления стресса [18; 28]. Трансформация эмоционального напряжения во враждебность или холодность выступает не просто реактивным паттерном, но жесткой формой вынужденной саморегуляции, направленной на защиту целостности Я-концепции и социального статуса. Это подтверждается кросс-культурными исследованиями [30], а также данными о том, что возрастные кризисы взрослости требуют более строгого контроля над аффектом [14]. В этом контексте выявленная нами склонность мужчин к радикальному обрыву связей (полная цифровая блокировка экс-супруги) интерпретируется как осознанный защитный барьер, позволяющий своевременно купировать триггеры агрессии и сохранить социальную функциональность в условиях острейшего стресса.

Женский профиль совладания, напротив, демонстрирует парадоксальное пересечение экстернализации (поиск социальной поддержки) и ярко выраженного поведенческого избегания, что наиболее полно объясняется через феноменологию амбивалентной утраты [17; 19]. Эмпирически подтвержденная нами сильная прямая связь между интенсивностью компульсивного цифрового мониторинга и избегающим поведением ($r_s = 0,68$) указывает на формирование глубоко дезадаптивного паттерна. Виртуальная среда используется пострадавшей стороной как суррогатный канал связи, который пролонгирует состояние когнитивной неопределенности и полностью блокирует нормативную психологическую сепарацию. На фоне тревожной привязанности и кибер-сталкинга (в том числе за новыми партнершами бывшего мужа) происходит резкое падение личностной аутентичности [4; 9], отключение

механизмов смыслового совладания и эскалация общего дистресса [7; 24]. Без принятия волевого решения о полном прекращении виртуального контакта скрытое напряжение аккумулируется, закрепляя позицию жертвы и останавливая дальнейшее развитие личности [20; 25; 26].

Обобщая полученные данные, можно констатировать, что именно репертуар копинг-стратегий выступает главным предиктором успешности выхода из кризиса [23; 29]. Сроки восстановления у женщин объективно затягиваются вследствие синергетического деструктивного эффекта копинга избегания и постоянного информационного контроля. Мужской паттерн интрапсихической переработки (дистанцирование), подкрепленный цифровой изоляцией, на этапе активной постразводной адаптации оказывается более прагматичным инструментом, позволяющим оперативно снизить интенсивность негативного аффекта.

Заключение

Проведенное исследование достигло поставленной цели, подтвердив гипотезы о фундаментальных гендерных различиях в совладающем поведении при разводе вследствие измены. Мужской профиль адаптации опирается на интрапсихическую переработку (дистанцирование, самоконтроль) и склонность к радикальной цифровой изоляции как инструменту сохранения социальной функциональности. Женский профиль характеризуется интерпсихической направленностью (поиск поддержки), которая парадоксальным образом нивелируется компульсивным цифровым мониторингом. Слежка за бывшим супругом подкрепляет избегающее поведение и работает как механизм ретравматизации, пролонгируя состояние амбивалентной утраты.

Новизна и практическая значимость работы заключаются в обосновании необходимости дифференцированных мишеней в психологическом консультировании. При терапевтическом сопровождении мужчин приоритетом выступает преодоление эмоциональной ригидности и интеграция вытесненного аффекта, скрывающегося за отчужденностью или вспышками агрессии. Работа

с женщинами требует смещения фокуса на восстановление автономии и снижение информационной зависимости. Критическим условием для разрыва круга дезадаптации здесь является внедрение строгих протоколов цифровой гигиены – полный отказ от виртуального мониторинга рушит иллюзию присутствия партнера и дает почву для успешной реинтеграции личности.

Перспективы дальнейших исследований видятся в проведении лонгитюдных замеров для оценки процессуальной динамики копинг-стратегий на поздних этапах восстановления, а также в кросс-культурном анализе адаптивных реакций в рамках феномена «цифрового горевания».

Ограничения. Ограничениями работы выступают локальный характер выборки (N = 226), специфика метода поперечного среза, не позволяющего отследить динамику совладания в реальном времени, а также опора на данные самоотчетов в анкете цифрового поведения, что допускает влияние фактора социальной желательности.

Limitations. The limitations of the study include the local nature of the sample (N = 226), the specificity of the cross-sectional design, which does not allow tracking the dynamics of coping in real time, as well as reliance on self-report data in the digital behavior questionnaire, which allows for the possible impact of social desirability bias.

Список источников

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 2 // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 2. С. 113–123. EDN HULNBR.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 336 с.
3. Екимчик О. А., Опекина Т. П. Романтическая привязанность как предиктор диадического копинга в паре // Психология. Журнал ВШЭ. 2022. Т. 19. № 2. С. 223–240. EDN DUSZYG.
4. Каменская А. С., Сапоровская М. В. Разлука в близких отношениях: эмоциональные и психологические аспекты // Вестник КГУ. 2024. Т. 30. № 4. С. 33–40. https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-33-40. EDN HTRNUG.
5. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112. EDN YGCFYX.
6. Куфтяк Е. В. Семья перед лицом социальных вызовов: Стресс и диадический копинг // Человек. 2023. Т. 34. № 4. С. 97–111. https://doi.org/10.31857/S023620070027355-7. EDN KNRBEB.
7. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И., Тараненко О. А. Смысловое совладание как мишень психологической диагностики // Консультативная психология и психотерапия. 2025. Т. 33. №

2 (128). С. 171–190. https://doi.org/10.17759/cpp.2025330208. EDN QARKYC.
8. Макухин Д. С. Феноменология цифрового следа измены // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2025. № 4. С. 45–52. EDN AZSIMF.
9. Нартова-Бочавер С. К. Аутентичность личности как предиктор совладания со стрессом // Человек. 2023. Т. 34. № 4. С. 128–148. https://doi.org/10.31857/S023620070027357-9. EDN IIFKHR.
10. Олифирович Н. И., Чухрай П. И. Романтическая привязанность и удовлетворенность отношениями в парах // НТ РИВШ. 2022. № 22-3. С. 248–255. EDN UMHUPJ.
11. Опекина Т. П., Шипова Н. С., Крюкова Т. Л. Связь установок гендерного неравенства у партнеров и эмоциональных состояний женщин в близких отношениях // НПЖ. 2023. Т. 17. № 1. С. 55–65. https://doi.org/10.11621/npj.2023.0105. EDN WLEWNP.
12. Падун М. А. Комплексное ПТСР: особенности психотерапии последствий пролонгированной травматизации // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Т. 29. № 3(113). С. 69–87. https://doi.org/10.17759/cpp.2021290306. EDN MGMHRU.
13. Сирота Н. А., Видерман Н. С., Ялтонский В. М. Психологические аспекты горевания // Паллиативная медицина и реабилитация. 2022. № 1. С. 42–48. EDN EQUJPI.
14. Тихомирова Е. В., Самохвалова А. Г., Сапоровская М. В., Хазова С. А. Специфика близких отношений на разных этапах взрослости // Российский психологический журнал. 2023. Т. 20. № 2. С. 185–210. https://doi.org/10.21702/rpj.2023.2.12. EDN GUHVJQ.
15. Харламенкова Н. Е., Никитина Д. А. Стресс и антистресс в представлении ребенка и взрослого // Человек. 2023. Т. 34. № 4. С. 76–96. https://doi.org/10.31857/S023620070027354-6. EDN JMYWGY.
16. Baucom D. H., Snyder D. K., Gordon K. C. Helping couples get past the affair: a clinician's guide. New York: Guilford Press, 2009. 351 p.
17. Boss P. Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief. Cambridge, MA : Harvard university press, 1999. 176 p.
18. Buss D. M. Sexual Conflict in human mating // Current directions in psychological science. 2017. Vol. 26. № 4. P. 307–313. https://doi.org/10.1177/0963721417695559
19. Crabtree S. A., Harris S. M. The lived experience of ambiguous marital separation: a phenomenological study // Journal of marital and family therapy. 2020. Vol. 46. № 3. P. 385–398. https://doi.org/10.1111/jmft.12419
20. Fox J., Tokunaga R. S. Romantic partner monitoring after breakups: attachment, dependence, distress, and post-dissolution online surveillance via social networking sites // Cyberpsychology, behavior, and social networking. 2015. Vol. 18. № 9. P. 491–498. https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0123
21. Freyd J. J. Betrayal trauma: The logic of forgetting childhood abuse. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1996. 240 p.
22. Gordon K. C., Baucom D .H., Snyder D. K. An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs // Journal of marital and family therapy. 2004. Vol. 30. № 2. P. 213–231. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x
23. Khezrlou E., Aghayousefi A., EbrahimMoghadam H. Predicting attitudes toward marital infidelity in couples based on attachment styles and personality traits with the mediation of coping strategies (gender comparison) // Applied family therapy journal. 2024. Vol. 5. № 3. P. 256–269. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.5.3.27
24. Mancone S., Celia G., Bellizzi F., Zanon A., Diotaiuti P. Emotional and cognitive responses to romantic breakups in adolescents and young adults: the role of rumination and coping mechanisms in life impact // Frontiers in psychiatry. 2025. Vol. 16. Art. 1525913. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1525913
25. Marshall T. C. Facebook surveillance of former romantic partners: associations with postbreakup recovery and personal growth // Cyberpsychology, behavior, and social networking.

2012. Vol. 15. № 10. P. 521–526. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0125
26. McDaniel B. T., Drouin M., Dibble J., Galovan A. M., Merritt M. Are you going to delete me? Latent profiles of post-relationship breakup social media use and emotional distress // Cyberpsychology, behavior, and social networking. 2021. Vol. 24. № 7. P. 464–472. https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0714
27. Ortman D. C. Post-infidelity stress disorder // Journal of psychosocial nursing and mental health services. 2005. Vol. 43. № 10. P. 46–54. https://doi.org/10.3928/02793695-20051001-06
28. Rokach A., Chan S. H. Love and Infidelity: causes and consequences // International journal of environmental research and public health. 2023. Vol. 20. № 5. Art. 3904. https://doi.org/10.3390/ijerph20053904
29. Tauy J. J. M., Perez J. A. Mediating role of infidelity-related posttraumatic symptoms in the relationship between forgiveness and psychological health concerns // Psikoislamika: jurnal psikologidan psikologi Islam. 2023. Vol. 20. № 2. P. 579–598. https://doi.org/10.18860/psi.v17i2.23871
30. Wang H. C. Gender Perspective on the effects of husbands' post-infidelity behaviors on wives' forgiveness: a longitudinal study in taiwan // Social sciences. 2025. Vol. 14. № 6. Art. 369. https://doi.org/10.3390/socsci14060369

References

1. Bodrov V.A. Problema preodoleniya stressa. Chast' 2 [The problem of overcoming stress. Part 2]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal]. 2006, vol. 27, no. 2, pp. 113–123. (In Russ.).
2. Vodop'yanova N.E. *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of stress]. Saint Petersburg, PiterPubl., 2009, 336 p. (In Russ.).
3. Ekimchik O.A., Opekina T.P. Romanticheskaya privyazannost' kak predictor diadicheskogo kopinga v pare [Romantic attachment as a predictor of dyadic coping in a couple]. *Psikhologiya. ZhurnalVShE* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics]. 2022, vol. 19, no. 2, pp. 223–240. (In Russ.).
4. Kamenskaya A.S., Saporovskaya M.V. Razluka v blizkikh otnosheniyakh: emotsional'nye i psikhologicheskie aspekty [Separation in close relationships: emotional and psychological aspects]. *Vestnik KGU* [Bulletin of Kostroma State University]. 2024, vol. 30, no. 4, pp. 33–40. (In Russ.). https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-33-40
5. Kryukova T.L., Kuftyak E.V. Oprosnik sposobov sovladaniya (adaptatsiya metodiki WCQ) [Ways of coping questionnaire (adaptation of the WCQ technique)]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa* [Journal of Practical Psychologist]. 2007, no. 3, pp. 93–112. (In Russ.).
6. Kuftyak E.V. Sem'ya pered litsom sotsial'nykh vyzovov: Stress i diadicheskii koping [Family in the face of social challenges: Stress and dyadic coping]. *Chelovek* [Human]. 2023, vol. 34, no. 4, pp. 97–111. (In Russ.). https://doi.org/10.31857/S023620070027355-7
7. Leontiev D.A., Rasskazova E.I., Taranenko O.A. Smyslovoe sovladanie kak mishen' psikhologicheskoi diagnostiki [Meaning-based coping as a target of psychological diagnostics]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy]. 2025, vol. 33, no. 2 (128), pp. 171-190. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpp.2025330208
8. Makukhin D.S. Fenomenologiya tsifrovogo sleda izmeny [Phenomenology of the digital trace of infidelity]. *Voprosy psikhologii ekstremal'nykh situatsii* [Issues of Psychology of Extreme Situations]. 2025, no. 4, pp. 45–52. (In Russ.).
9. Nartova-Bochaver S.K. Autentichnost' lichnosti kak predictor sovladaniya so stressom [Authenticity of personality as a predictor of coping with stress]. *Chelovek* [Human]. 2023, vol. 34, no. 4, pp. 128–148. (In Russ.). https://doi.org/10.31857/S023620070027357-9
10. Olifirovich N.I., Chukhrai P.I. Romanticheskaya privyazannost' i udovletvorennost' otnosheniyami v parakh [Romantic attachment and relationship satisfaction in couples]. *NT RIVSh*. 2022, no. 22-3, pp. 248–255. (In Russ.).

11. Opekina T.P., Shipova N.S., Kryukova T.L. Svyaz' ustanovok gendernogo neravenstva i emotsional'nykh sostoyanii zhenshchin [The connection between gender inequality attitudes and women's emotional states]. *NPZh* [National Psychological Journal]. 2023, vol. 17, no. 1, pp. 55–65. (In Russ.). https://doi.org/10.11621/npj.2023.010
12. Padun M.A. Kompleksnoe PTSR: osobennosti psikhoterapii posledstvii prolongirovannoi travmatizatsii [Complex PTSD: features of psychotherapy for the consequences of prolonged traumatization]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy]. 2021, vol. 29, no. 3(113), pp. 69–87. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpp.2021290306
13. Sirota N.A., Viderman N.S., Yaltonskii V.M. Psikhologicheskie aspekty gorevaniya [Psychological aspects of grieving]. *Palliativnaya meditsina i reabilitatsiya* [Palliative Medicine and Rehabilitation]. 2022, no. 1, pp. 42–48. (In Russ.).
14. Tikhomirova E.V., Samokhvalova A.G., Saporovskaya M.V., Khazova S.A. Spetsifika blizkikh otnoshenii na raznykh etapakh vzroslosti [Specificity of close relationships at different stages of adulthood]. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal* [Russian Psychological Journal]. 2023, vol. 20, no. 2, pp. 185–210. (In Russ.). https://doi.org/10.21702/rpj.2023.2.12
15. Kharlamenkova N.E., Nikitina D.A. Stress iantistress v predstavlenii rebenka i взрослого [Stress and anti-stress in the representation of a child and an adult]. *Chelovek* [Human]. 2023, vol. 34, no. 4, pp. 76–96. (In Russ.). https://doi.org/10.31857/S023620070027354-6
16. Baucom D.H., Snyder D.K., Gordon K.C. *Helping couples get past the affair: a clinician's guide*. New York, Guilford Press, 2009, 351 p.
17. Boss P. *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief*. Cambridge, MA, Harvard university press, 1999, 176 p.
18. Buss D.M. Sexual conflict in human mating. *Current directions in psychological science*. 2017, vol. 26, no. 4, pp. 307–313. https://doi.org/10.1177/0963721417695559
19. Crabtree S.A., Harris S.M. The lived experience of ambiguous marital separation: a phenomenological study. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2020, vol. 46, no. 3, pp. 385–398. https://doi.org/10.1111/jmft.12419
20. Fox J., Tokunaga R.S. Romantic partner monitoring after breakups: attachment, dependence, distress, and post-dissolution online surveillance via social networking sites. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*. 2015, vol. 18, no. 9, pp. 491–498. https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0123
21. Freyd J.J. *Betrayal trauma: the logic of forgetting childhood abuse*. Cambridge, MA, Harvard university press, 1996, 240 p.
22. Gordon K.C., Baucom D.H., Snyder D.K. An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2004, vol. 30, no. 2, pp. 213–231. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x
23. Khezrlou E., Aghayousefi A., Ebrahim Moghadam H. Predicting attitudes toward marital infidelity in couples based on attachment styles and personality traits with the mediation of coping strategies (gender comparison). *Applied family therapy journal*. 2024, vol. 5, no. 3, pp. 256–269. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.5.3.27
24. Mancone S., Celia G., Bellizzi F., Zanon A., Diotaiuti P. Emotional and cognitive responses to romantic breakups in adolescents and young adults: the role of rumination and coping mechanisms in life impact. *Frontiers in Psychiatry*. 2025, vol. 16, art. 1525913. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1525913
25. Marshall T.C. Facebook surveillance of former romantic partners: associations with postbreakup recovery and personal growth. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*. 2012, vol. 15, no. 10, pp. 521–526. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0125
26. McDaniel B.T., Drouin M., Dibble J., Galovan A.M., Merritt M. Are you going to delete me? Latent profiles of post-relationship breakup social media use and emotional distress.

Cyberpsychology, behavior, and social networking. 2021, vol. 24, no. 7, pp. 464–472. https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0714
27. Ortman D.C. Post-infidelity stress disorder. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*. 2005, vol. 43, no. 10, pp. 46–54. https://doi.org/10.3928/02793695-20051001-06
28. Rokach A., Chan S.H. Love and infidelity: causes and consequences. *International journal of environmental research and public health*. 2023, vol. 20, no. 5, art. 3904. https://doi.org/10.3390/ijerph20053904
29. Tauy J.J.M., Perez J.A. Mediating role of infidelity-related posttraumatic symptoms in the relationship between forgiveness and psychological health concerns. *Psikoislamika: jurnal psikologidan psikologi islam*. 2023, vol. 20, no. 2, pp. 579–598. https://doi.org/10.18860/psi.v17i2.23871
30. Wang H.C. Gender perspective on the effects of husbands' post-infidelity behaviors on wives' forgiveness: a longitudinal study in taiwan. *Social sciences*. 2025, vol. 14, no. 6, art. 369. https://doi.org/10.3390/socsci14060369

УДК 159.9.07

ИССЛЕДОВАНИЕ ДОВЕРИЯ СТУДЕНТОВ ИСКУССТВЕННОМУ ИНТЕЛЛЕКТУ И ЕГО СВЯЗИ С ДОВЕРИЕМ ЛЮДЯМ, ИНСТИТУЦИЯМ И С ЧЕРТАМИ БОЛЬШОЙ ПЯТЕРКИ

Сабельникова Наталья Викторовна
Кандидат психологических наук, доцент, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный гуманитарный университет», г. Москва, Россия, ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3574-9671, e-mail: nsabelni@mail.ru

Васильева Ольга Ивановна
Кандидат педагогических наук, доцент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный педагогический университет», г. Барнаул, Россия, ORCID: https://orcid.org/0009-0001-8782-5210, e-mail: vasileva_oi@altspu.ru

Нефедова Алла Валерьевна
Старший преподаватель, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Владимирский государственный университет имени А.Г. и Н.Г. Столетовых», г. Владимир, Россия, ORCID: https://orcid.org/0009-0000-8062-9439, e-mail: a.nefyodova@yandex.ru

Аннотация
Введение: активное внедрение технологий искусственного интеллекта (ИИ) в разные сферы жизни человека ставит задачу изучения психологических факторов, определяющих доверие пользователей к различным технологиям ИИ. Особую актуальность эта задача приобретает в отношении студентов как наиболее активной группы пользователей цифровых технологий. В статье изучается связь доверия студентов к ИИ с чертами личности (модель «Большая пятерка»), доверием к людям и доверием институциям; исследуется специфика доверия к ИИ в разных сферах его применения (транспорт, медицина, общение, образование); доверие студентов искусственному интеллекту (ИИ) сравнивается с доверием людям и институциям; исследуется связь доверия к применению ИИ в различных сферах между собой. **Материалы и методы:** выборку составили 89 студентов младших курсов университетов разных профилей обучения в возрасте 18–25 лет. Исследование проводилось на платформе Google forms с использованием «Опросника доверия к искусственному интеллекту», «Шкалы доверия людям», «Опросника доверия институциям» и краткой версии теста «Большая пятерка». **Результаты:** отмечено более высокое доверие студентов к технологиям ИИ в сферах образования и общения в сравнении с их доверием ИИ в области медицины и транспорта. Выявлена связь личностных черт (нейротизма и экстраверсии) с доверием ИИ. **Заключение:** доверие студентов к ИИ представляет собой самостоятельный конструкт, не связанный с межличностным или институциональным доверием. Особенности личности пользователей связаны с их доверием ИИ. В статье обсуждаются ограничения и перспективы

дальнейших исследований доверия ИИ в студенческой среде. Рассматриваются направления использования полученных результатов в работе педагогов и психологов со студентами.
Ключевые слова: доверие ИИ, доверие людям, доверие институциям, черты Большой пятерки, студенты.

UNIVERSITY STUDENTS' TRUST IN ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND ITS RELATIONSHIP WITH TRUST IN PEOPLE AND INSTITUTIONS, AND THE BIG FIVE TRAITS

Sabelnikova Natalia Victorovna
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Russian State University of Humanities, Moscow, Russia, ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3574-9671, e-mail: nsabelni@mail.ru

Vasilyeva Olga Ivanovna
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Altai State Pedagogical University, Barnaul, Russia, ORCID: https://orcid.org/0009-0001-8782-5210, e-mail: vasileva_oi@altspu.ru

Nefedova Alla Valerievna
Senior Lecturer, Vladimir State University named after Alexander and Nikolay Stoletovs, Vladimir, Russia, ORCID: https://orcid.org/0009-0000-8062-9439, e-mail: a.nefyodova@yandex.ru

Abstract
Introduction: accelerated technological development and the digitalization of all spheres of human life have raised the issue of trust in artificial intelligence (AI) technologies. The study examines the personal prerequisites for trust in AI, as trust in AI determines acceptance and willingness to use new technologies. This article examines the relationship between students' trust in artificial intelligence (AI), compares it with trust in people and institutions, and examines the relationship between trust in AI in various fields and its relationship with the Big Five personality traits. **Materials and methods:** 89 undergraduate students aged 18-25 took part in the study via Internet using Google forms. The instruments were in People Scale by M. Rosenberg, Trust in AI by Gillath and colleagues modified measure., Institutional Trust Questionnaire by Nikishina and Pripuzova and BFI short form. **Results:** students' trust to education AI technologies and to communication AI technologies is higher than their trust in AI in medicine and transportation. A link has been found between neuroticism and extroversion and trust in AI. **Conclusions:** students' trust in AI represents an independent construct, not related to interpersonal and institutional trust. Users' personality traits are associated with their trust in AI. The application of the results in the work of teachers and psychologists with students is discussed.
Keywords: trust to AI, interpersonal trust, trust to institutions, Big Five traits, Russian students.

Согласно первому русскому толковому словарю по искусственному интеллекту (Аверкин и др., 1992), искусственный интеллект – это научное направление, в рамках которого ставятся и решаются задачи аппаратного или

программного моделирования тех видов человеческой деятельности, которые традиционно считаются интеллектуальными. Сегодня технологии, основанные на искусственном интеллекте, интенсивно развиваются и все чаще применяются в самых разнообразных сферах нашей жизни. То, что несколько десятков лет назад можно было прочитать об искусственном интеллекте в научно-фантастических книгах и увидеть в фильмах, в настоящее время становится частью нашей жизни. Примерами могут служить персональные помощники, такие как «Алиса», система «Умный дом», автопилотируемые устройства, компьютеризированная медицинская диагностика, «помощники» по подбору персонала в организациях, роботизированные системы обслуживания, чат-боты и т. п.

Несмотря на стремительное проникновение ИИ-технологий, в жизнь человека и общества, отношение к ним неоднозначное и часто настороженное. Так, например, в США 75 % опрошенных респондентов уверены в пользе для человека технологий с применением ИИ и почти такое же количество респондентов беспокоят риски, связанные с ними (72 %). Согласно результатам проведенного в 2021 году исследования, более чем с 5000 респондентов из разных стран (США, Канада, Германия, Великобритания и Австралия) только 37 % опрошенных доверяли ИИ, 28 – не доверяли, остальные не были уверены в своем отношении к ИИ [9; 10]. Согласно более позднему исследованию, проведенному в 2023 году с представителями 17 стран Европы и Азии, отношение в разных странах к ИИ не было однородным: больше всего доверяли ИИ в Индии (75 %) и Китае (67 %), в Германии – 35 %, Великобритании, Австралии и Израиле – по 34 %, меньше всего – в Эстонии (26 %), Японии – 23 % и Финляндии – 16 % [9].

Особого внимания заслуживает тот факт, что доверие к ИИ в последнее время падает в сравнении с предыдущими годами. Так, например, по результатам опроса общественного мнения американцев о доверии к к искусственному интеллекту, проведенному MITRE-Harris в 2023 году, только 39

% из них к этому времени были уверены в том, что современные технологии безопасны [15]. Среди россиян, согласно результатам исследования Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), опубликованным на сайте организации в декабре 2024 года, у 52 % отмечено высокое доверие к искусственному интеллекту. И, несмотря на то, что к концу 2025 года, около 48 % россиян использовали ИИ-технологии, их доверие оставалось избирательным [2].

При этом сегодня государство и бизнес разных стран активно инвестируют в развитие современных технологий в области искусственного интеллекта, и Россия не является исключением. В России искусственный интеллект активно разрабатывают и используют в различных отраслях. Поскольку доверие ИИ является важной предпосылкой успешного развития современных технологий**,** исследование детерминант доверия ИИ со стороны пользователей становится одной из актуальных задач науки. На разных платформах обсуждаются риски, связанные с распространением ИИ с точки зрения этики, культуры, законодательства, науки, а также готовность общества в целом к такому стремительному его внедрению в жизнь отдельного человека и общества в целом [2; 12; 13; 23].

Проблемам доверия ИИ посвящается все больше работ отечественных и зарубежных ученых-психологов и социологов, и среди них – исследования детерминант доверия ИИ. Исследования показали, что технологиям искусственного интеллекта чаще доверяет молодежь 18–24 лет, люди с высшим образованием, материально обеспеченные и более осведомленные россияне. Установлено, что уровень информированности влияет на степень доверия искусственному интеллекту: среди неосведомленных выше опасения, связанные с применением технологий ИИ [2]. В меньшей степени исследованы личностные детерминанты доверия ИИ [14]. К тому же б*о*льшая часть этих немногочисленных исследований проводилась в США, единичные исследования – в других странах, главным образом англоговорящих [18].

Целью нашего исследования стало изучение доверия студентов младших курсов искусственному интеллекту и его связи с чертами «Большой пятерки» у российских студентов. Были поставлены следующие исследовательские вопросы: Связано ли доверие ИИ с доверием к людям и с доверием к институциям? Какие черты «Большой пятерки» связаны с доверием ИИ? Есть ли различия в доверии технологиям, основанным на использовании ИИ, в зависимости от сферы их применения (транспорт, медицина, общение, образование)?

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 98 студента младших курсов университетов в возрасте от 18 до 26 лет (M = 19,34), из них 21 юноша и 77 девушек. Студентам было предложено на платформе Google Forms ответить на вопросы авторской социо-демографической анкеты, включающей сведения о возрасте, поле респондентов, и на вопросы психодиагностических методик. Комплект методик составили: адаптированный вариант методики «Доверие искусственному интеллекту» О. Гиллата с коллегами [8], включившей шкалы «Доверие автопилотируемому транспорту», «Доверие ИИ в сфере медицины», «Доверие ИИ в сфере общения» и дополнительную шкалу «Доверие ИИ в подготовке академических заданий»; Шкала доверия людям М. Розенберга в адаптации Ю.А. Менджерицкой [4]; Опросник доверия институциям [6] и краткая версия теста «Большая пятерка» в адаптации А.М. Мишкевич с коллегами [5].

Исследование было добровольным и информированным. Данные были подвергнуты статистической обработке в программе JASP 0.17.2.1. Использовались описательные статистики, однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA), корреляционный анализ Пирсона.

Результаты исследования

Чтобы ответить на первый исследовательский вопрос, мы изучили связь между показателями доверия респондентов ИИ и их доверия людям и

институциям. Сравнение средних показателей с помощью дисперсионного анализа (однофакторная ANOVA) выявило статистически достоверные различия между ними ($F = 52,79$; $p < 0,001$). Согласно рисунку 1, доверие студентов по отношению к ИИ существенно ниже их доверия к людям и институциям ($t = 8,989$; $d = 0,808$; $p_{bonf} < 0,001$ и $t = 9,613$; $d = 0\ ,878$; $p_{bonf} < 0,001$ соответственно).

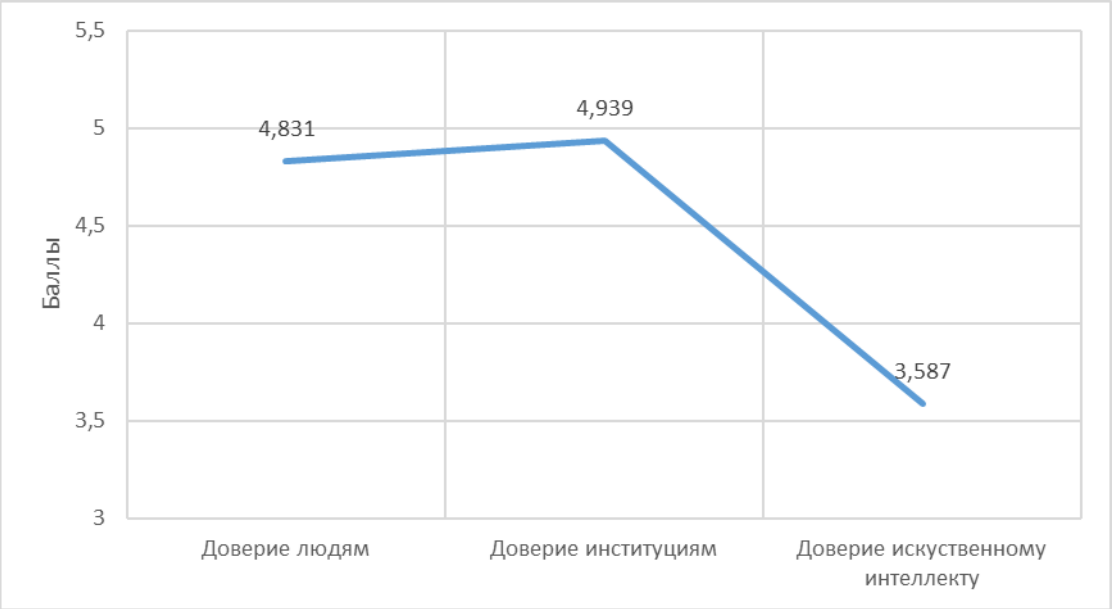

Рис. 1. Доверие студентов людям, институциям и ИИ.

На основании анализа связей доверия институциям с разными сферами доверия ИИ обнаружили следующую особенность: доверие автопилотируемому транспорту оказалось связанным с доверием институциям ($r = 0,199$; $p = 0,07$). Других статистически достоверных связей доверия ИИ с доверием институциям и людям выявлено не было.

Затем мы сравнили доверие студентов ИИ-технологиям в разных сферах: транспорт, медицина, межличностное общение и образование (рис. 2). С целью сравнения показателей доверия к ИИ в указанных четырех сферах мы провели дисперсионный анализ (однофакторная ANOVA). Результаты дисперсионного

анализа указывают на наличие статистически достоверных различий в доверии респондентов ИИ в разных сферах применения (F = 29,40; p < 0,001).

Рис. 2. Доверие к ИИ-технологиям в разных сферах.

Из графика, представленного на рис. 2, можно видеть, что больше всего студенты доверяют ИИ как помощнику в выборе партнера по общению и в качестве самого партнера. Также высоким оказалось их доверие ИИ в сфере получения информации в учебных целях и как помощнику в представлении результатов своих исследований. Несколько меньше респонденты доверяют транспорту, пилотируемому ИИ, наиболее низким оказалось доверие к ИИ в сфере медицинской помощи человеку.

Сравнение доверия к ИИ в различных сферах с помощью дисперсионного анализа показало следующее. Доверие к транспорту, управляемому ИИ, выше доверия к информации (t = 4,324; d = 0,351; p_{bonf} < 0,001) и ниже доверия по отношению к компетентности ИИ в сфере общения и обучения (t = -3,670; d = -0,355; p_{bonf} = 0,002 и t = -3,425; d =- 0,293: p_{bonf} = 0,004 соответственно). Доверие в ИИ в сфере медицинской помощи ниже, чем доверие к ИИ в сферах общения и образования (t = -8,436; d = -0,706; p_{bonf} < 0,001 и t = -8,586; d = -0,644; p_{bonf} = < 0,001соответственно). Доверие ИИ в сфере образования и доверие по

отношению к компетентности ИИ в сфере общения не имеют статистически достоверных различий ($t = 0,757$; $d = 0,062$; $p_{bonf} > 0,10$).

Затем для ответа на второй исследовательский вопрос о связи доверия ИИ с чертами личности «Большой пятерки» мы осуществили корреляционный анализ связей черт личности «Большой пятерки» с доверием ИИ, людям и институциям. Оказалось, что доверие ИИ статистически достоверно негативно связано с нейротизмом ($r = -0,243$; $p < 0,001$) – чем выше уровень нейротизма у респондентов, тем меньше они склонны доверять алгоритмам. Связи доверия ИИ с другими факторами «Большой пятерки» в нашем исследовании не выявлено. При этом доверие респондентов людям и институциям, напротив, статистически достоверно позитивно связано с нейротизмом ($r = 0,245$; $p < 0,001$ и $r = 0,260$, $p < 0,001$ соответственно), а также позитивно связано с добросовестностью ($r = 1,42$; $p < 0,042$ и $r = 1,42$; $p < 0,042$ соответственно).

Кроме того, выяснилось, что нейротизм негативно связан с показателями доверия к разнообразным ИИ-технологиям ($r = -0,245$, $p = 0,001$), также с готовностью воспользоваться этими технологиями ($r = -0,290$, $p = 0,001$) и с психологическим комфортом при их использовании ($r = -0,217$, $p = 0,001$). С доверием искусственному интеллекту в отношении технологий, связанных со сферой общения, в частности с подбором партнера для общения, позитивно связанной оказалась экстраверсия ($r = 0,112$, $p = 0,026$).

Обсуждение

Полученные результаты позволяют содержательно интерпретировать природу доверия к искусственному интеллекту в сравнении с межличностным и институциональным доверием.

Результаты корреляционного анализа выявили отсутствие связи между этими видами доверия, а дисперсионный анализ обнаружил статистически достоверные различия между ними, что указывает на различия в их природе. В отличие от доверия людям, основанного на эмпатии и общих ценностях, и доверия институциям, базирующегося на вере в соблюдение правил, доверие к

ИИ имеет преимущественно инструментальный характер и строится на ожидании точного, надежного и предсказуемого результата. Полученные нами данные согласуются с работами [1; 16], также не обнаружившими связи между доверием к людям и доверием к алгоритмам.

Нами также было установлено статистически достоверное различие между доверием респондентов институциям и доверием ИИ. Это согласуется с результатами исследования, проведенного недавно в Сеуле, Сингапуре и Токио, которое показало, что даже при высоком общем доверии к технологиям доверие к ИИ с высоким уровнем риска (например, в юриспруденции или медицине) остается независимым от общего технологического оптимизма [17], несмотря на то, что в целом доверие к институтам может выступать фундаментом для принятия ИИ в обществе [7; 13; 20].

Интересно, что на уровне тенденции доверие автопилотируемому транспорту оказалось связано с институциональным доверием. Это может указывать на то, что в сферах с высокими рисками доверие к технологии опосредовано доверием к системе, которая ее внедряет и контролирует [3; 6]. Однако для подтверждения этой гипотезы требуется увеличение объема выборки.

Сравнение сфер доверия ИИ выявило разную степень доверия студентов технологиям ИИ в транспорте, медицине, образовании и общении. Наиболее высоким оказалось доверие ИИ в сфере общения – как помощнику в выборе партнера по общению и в качестве самого партнера. Также высоким оказалось доверие ИИ в сфере образования – получения информации в учебных целях и как помощника в представлении результатов своих исследований. Наиболее настороженным оказалось отношение к ИИ в сфере медицинской помощи человеку. Полученные данные соответствуют выводам исследования, проведенного ВЦИОМ в 2024 году (на российской выборке из респондентов разных возрастных групп от 18 до 60 лет и старше) и установившего, что россияне больше доверяют ИИ в «нейтральных» задачах (быт, поиск

информации, перевод), но проявляют высокую настороженность в критических областях: медицина (постановка диагнозов), юриспруденция (судебные решения) и результаты эмпирических исследований, отмечающих высокий уровень доверия ИИ как эксперту в сфере общения и компаньону у российской молодежи [2]. Транспорт занял промежуточную позицию, что, вероятно, объясняется уже имеющимся у некоторых студентов и их знакомых опытом использования автопилотов и ассистентов вождения, сочетающимся с опасениями по поводу безопасности.

Согласно полученным данным, ключевой личностной предпосылкой недоверия к ИИ является такая личностная черта, как нейротизм. Чем выше эмоциональная нестабильность, тревожность, тем ниже общее доверие к технологиям, готовность их использовать и комфорт при взаимодействии с ними. Сходные результаты были получены в исследованиях, проведенных на зарубежных выборках, показавших, что пользователи с высоким нейротизмом чаще воспринимают технологии как угрозу безопасности или как источник потенциальных ошибок [21; 22]. Примечательно, что нейротизм оказался положительно связан с доверием к людям и институциям. Это может объясняться компенсаторным механизмом: тревожные индивиды в большей степени нуждаются во внешних гарантиях и опоре на социальные структуры, тогда как технология, лишенная «человеческого лица», такой опоры не дает.

Связь экстраверсии с доверием к ИИ только в коммуникативной сфере позволяет предположить, что это связано со склонностью экстравертов воспринимать ИИ (чат-ботов, виртуальных партнеров) как полноценных партнеров по коммуникации, приписывать им человеческие качества

Отсутствие связей с другими чертами (открытость опыту, добросовестность) может быть связано с относительной новизной технологии: личностные факторы могут играть меньшую роль на этапе первичного знакомства, уступая место ситуационным и информационным факторам.

Заключение

Проведенное исследование вносит вклад в понимание психологических механизмов взаимодействия человека с технологиями искусственного интеллекта. Полученные данные свидетельствуют о том, что доверие студентов к ИИ не является простым продолжением межличностного или институционального доверия, а представляет собой самостоятельный конструкт, детерминированный как ситуационно (сферой применения технологии), так и личностно (чертами «Большой пятерки»).

Результаты подтверждают дифференцированное отношение студентов к внедрению ИИ: высокий уровень доверия студентов в образовательной и коммуникативной сферах указывает на быструю дальнейшую интеграцию ИИ-инструментов в учебный процесс и повседневную жизнь молодежи. В связи с этим важно подчеркнуть необходимость формирования отношения студентов к ИИ, основанного на принципе разумного баланса: использование искусственного интеллекта как эффективного инструмента, но не как замены критическому мышлению. Высокий уровень доверия ИИ в сфере общения создает опасность замены живого общения суррогатным. Поэтому следует уделять особое внимание созданию условий для живого межличностного взаимодействия студентов в ходе учебного процесса и во внеурочное время, особенно для студентов с высокой экстраверсией, а также учитывать эту особенность при построении внеклассной и консультативной работы психолога со студентами.

Перспективы дальнейших исследований мы видим в расширении выборки, включении респондентов разных возрастных групп и профессий, а также в более глубоком изучении когнитивных искажений, возникающих при гипертрофированном доверии к ИИ (особенно в образовательной среде).

Ограничения. Следует отметить несбалансированность выборки по полу среди студентов гуманитарных специальностей (большинство – девушки), что ограничивает генерализацию результатов на юношей. Кроме того,

исследование было проведено на студентах младших курсов; возможно, у старшекурсников или работающей молодежи паттерны доверия отличаются. В дальнейшем целесообразно увеличить объем выборки и включить респондентов разных возрастных групп и профессиональной направленности.

Limitations. Firstly, the sample is unbalanced by gender, corresponding to the proportion of students majoring in humanities (the majority are female). Secondly, the study was conducted with the first-grage university students; it is possible that older students or working young people have different trust patterns. In the future, it would be advisable to increase the sample size and include respondents from different age groups and professional backgrounds, and in conducting a more in-depth study of the cognitive biases that arise from excessive trust in AI (especially in educational settings).

Список источников

1. Винокуров Ф. Н., Садовская Е. Д. Экспериментальное сравнение доверия искусственному интеллекту и человеку в экономических решениях // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16. № 2. С. 87–100. https://doi.org/10.17759/exppsy.2023160206
2. Доверие к ИИ: аналитический обзор / ВЦИОМ. 2024. 24 дек. URL: wciom.ru (дата обращения: 18.01.2026).
3. Журавлев А. Л., Нестик Т. А. Социально-психологическая детерминация готовности личности к использованию новых технологий // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 5. С. 5–14. https://doi.org/10.31857/S020595920000829-7
4. Менджерицкая Ю. А. Особенности эмпатии субъектов затрудненного и незатрудненного общения в ситуациях затрудненного взаимодействия // дис. … канд. психол. наук. Южный федеральный университет, 1998. 160 с.
5. Мишкевич А. М., Щебетенко С. А., Калугин А. Ю., Сото К., Джон О. Апробация краткой и сверхкраткой версий вопросника Big Five Inventory-2: BFI-2-S и BFI-2-XS [Электронный ресурс] // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 1. С. 95–108. https://doi.org/10.31857/S020595920017744-4
6. Никишина Е. Н., Припузова Н. А. Институциональное доверие как фактор отношения к новым технологиям // Journal of Institutional Studies. 2022. Т. 14. № 2. С. 22–35. https://doi.org/10.17835/2076-6297.2022.14.2.022-035
7. Петрунин Ю. Ю., Нуралиева Н. З. Доверие к технологиям генеративного искусственного интеллекта как зеркало доверия к институтам // Государственное управление. Электронный вестник. 2025. № 113. С. 22–30. https://doi.org/10.55959/MSU2070-1381-113-2025-22-3
8. Gillath O., Ai T., Branicky M. S., Keshmiri S., Davison R. B., Spaulding R. Attachment and trust in artificial intelligence // Computers in human behavior. 2021. Vol. 115. 106607. https://www.researchgate.net/publication/347833662_Attachment_and_trust_in_artificial_intelligence
9. Gillespie N., Lockey S., Curtis C., Pool J., Akbari A. Trust in artificial intelligence: a global study. Brisbane, Australia: The University of Queensland & KPMG Australia, 2023.

10. Gillespie N., Lockey S., Curtis C. Trust in artificial intelligence: a five-country study. The University of Queensland and KPMG Australia, 2021. 62 p. https://doi.org/10.14264/e34bfa3
11. Jacques P. H. et al. Personality and virtual reality team candidates: the roles of personality traits, technology anxiety and trust as predictors of perceptions of virtual reality teams // Journal of business and management. 2009. Vol. 15. No. 2. P. 143–157. https://doi.org/10.1504/JBM.2009.141174
12. Lehtiö A., Hartikainen M., Luovanranta S., Olsson T., Väänänen K. Understanding citizen perceptions of AI in the smart city // AI & society. 2022. Vol. 38. https://doi.org/10.1007/s00146-022-01589-7
13. Lyu X. Institutionalizing trust in AI governance: from ethical principles to legal design // AI Ethics. 2026. Vol. 6. 164. https://doi.org/10.1007/s43681-026-01009-2
14. Matthews G., Hancock P. A., Lin J., Panganiban A. R., Reinerman-Jones L. E., Szalma J. L., Wohleber R. W. Evolution and revolution: personality research for the coming world of robots, artificial intelligence, and autonomous systems // Personality and individual differences. 2021. Vol. 169. 109969. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920301586
15. MITRE-Harris poll survey on AI trends exploring public perceptions and trust of artificial intelligence [Электронный ресурс] : аналитический обзор / MITRE-Harris. 2023. URL: https://www.mitre.org/sites/default/files/2023-09/PR-23-2865-MITRE-Harris-Poll-Survey-on-AI-Trends.pdf (дата обращения: 18.01.2026).
16. Montag C., Klugah-Brown B., Zhou X., Wernicke J., Liu C., Kou J., Chen Y., Haas B. W., Becker B. Trust toward humans and trust toward artificial intelligence are not associated: initial insights from self-report and neurostructural brain imaging // Personality neuroscience. 2023. Vol. 6. e3. P. 1–8. https://doi.org/10.1017/pen.2022.5
17. Pande D., Khanal S., Taeihagh A. Conceptualising public trust in high-risk AI policymaking: a comparative analysis of three asian cities // Journal of comparative policy analysis: research and practice. 2025. Vol. 27. No. 5–6. P. 578-602. https://doi.org/10.1080/13876988.2025.2543546
18. Riedl R. Is trust in artificial intelligence systems related to user personality? Review of empirical evidence and future research directions // Electronic markets. 2022. Vol. 32. No. 4. P. 2021–2051. https://doi.org/10.1007/s12525-022-00594-4
19. Rosenberg M. Misanthropy and Political Ideology // American Sociological Review. 1956. Vol. 21. No. 6. C. 690–695.
20. Scharowski N., Benk M., Kühne S. J., Wettstein L., Brühlmann F. Certification labels for trustworthy ai: insights from an empirical mixed-method study // 2023 ACM conference on fairness, accountability, and transparency (FAccT '23). Chicago, IL, USA, 2023. New York : ACM, 2023. 13 p. https://doi.org/10.1145/3593013.3593994
21. Sharan N. N., Romano D. M. The effects of personality and locus of control on trust in humans versus artificial intelligence // Heliyon. 2020. Vol. 6. No. 8. e04572. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7475230/pdf/main.pdf
22. Stănescu D. F., Romașcanu M. C. The influence of AI anxiety and neuroticism in attitudes toward artificial intelligence // European journal of sustainable development. 2024. Vol. 13. No. 4. P. 191–191. https://doi.org/10.14207/ejsd.2024.v13n4p191
23. Zhang B., Dafoe A. US public opinion on the governance of artificial intelligence // Proceedings of the AAAI/ACM conference on AI, ethics, and society. 2020. C. 187–193. https://doi.org/10.1145/3375627.3375827

References

1. Vinokurov F.N., Sadovskaya E.D. Eksperimental'noe sravnenie doveriya iskusstvennomu intellektu i cheloveku v ekonomicheskikh resheniyakh [Experimental comparison of trust in artificial intelligence and humans in economic decisions]. *Eksperimental'naya psikhologiya*

[Experimental Psychology]. 2023, vol. 16, no. 2, pp. 87–100. (In Russ.) https://doi.org/10.17759/exppsy.2023160206
2. *Doverie k II* [Trust in AI] [Electronic resource] : analiticheskiy obzor / VTsIOM. 2024. 24 Dec. URL: wciom.ru (accessed 18.01.2026). (In Russ.).
3. Zhuravlev A.L., Nestik T.A. Sotsial'no-psikhologicheskaya determinatsiya gotovnosti lichnosti k ispol'zovaniyu novykh tekhnologiy [Socio-psychological determination of the personality's readiness to use new technologies]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological Journal]. 2018, vol. 39, no. 5, pp. 5–14. (In Russ.) https://doi.org/10.31857/S020595920000829-7
4. Mendzheritskaya Yu.A. *Osobennosti empatii sub"ektov zatrudnennogo i nezatrudnennogo obshcheniya v situaciyah zatrudnennogo vzaimodejstviya // dis. ... kand. psihol. nauk*. YUzhnyj federal'nyj universitet, [Features of empathy of subjects with difficult and unimpeded communication in situations of difficult interaction. PdD Thesis in Psychology]. Rostov-na-Donu, 1998, 160 p. (In Russ.).
5. Mishkevich A.M., Shchebetenko S.A., Kalugin AYu., Soto K., John O. Aprobatsiya kratkoy i sverkh-kratkoy versiy voprosnika Big Five Inventory-2: BFI-2-S i BFI-2-XS [Approbation of the short and ultra-short versions of the Big Five Inventory-2: BFI-2-S and BFI-2-XS] [Electronic resource]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological Journal]. 2022, vol. 43, no. 1, pp. 95–108. (In Russ.) https://doi.org/10.31857/S020595920017744-4
6. Nikishina E.N., Pripuzova N.A. Institutsional'noe doverie kak faktor otnosheniya k novym tekhnologiyam [Institutional trust as a factor in attitudes towards new technologies]. *Journal of Institutional Studies*. 2022, vol. 14, no. 2, pp. 22–35. (In Russ.) https://doi.org/10.17835/2076-6297.2022.14.2.022-035
7. Petrunin Yu.Yu., Nuralieva N.Z. Doverie k tekhnologiyam generativnogo iskusstvennogo intellekta kak zerkalo doveriya k institutam [Trust in generative artificial intelligence technologies as a mirror of trust in institutions]. *Gosudarstvennoe upravlenie. Elektronnyy vestnik* [Public Administration. E-journal]. 2025, no. 113, pp. 22–30. (In Russ.) https://doi.org/10.55959/MSU2070-1381-113-2025-22-3
8. Gillath O., AiT., Branicky M.S., Keshmiri S., Davison R.B., Spaulding R. Attachment and trust in artificial intelligence. *Computers in Human Behavior*. 2021, vol. 115, 106607. https://www.researchgate.net/publication/347833662_Attachment_and_trust_in_artificial_intelligence
9. Gillespie N., Lockey S., Curtis C., Pool J., Akbari A. *Trust in artificial intelligence: A global study*. Brisbane, Australia: The University of Queensland & KPMG Australia, 2023.
10. Gillespie N., Lockey S., Curtis C. *Trust in artificial intelligence: A five-country study*. The University of Queensland and KPMG Australia, 2021. 62 p. https://doi.org/10.14264/e34bfa3
11. Jacques P.H. et al. Personality and virtual reality team candidates: The roles of personality traits, technology anxiety and trust as predictors of perceptions of virtual reality teams. *Journal of business and management.* 2009, vol. 15, no. 2, pp. 143–157. https://doi.org/10.1504/JBM.2009.141174
12. Lehtiö A., Hartikainen M., Luovanranta S., Olsson T., Väänänen K. Understanding citizen perceptions of AI in the smart city. *AI & Society*. 2022, vol. 38. https://doi.org/10.1007/s00146-022-01589-7
13. Lyu X. Institutionalizing trust in AI governance: from ethical principles to legal design. *AI Ethics*. 2026, vol. 6, 164. https://doi.org/10.1007/s43681-026-01009-2
14. Matthews G., Hancock P.A., Lin J., Panganiban A.R., Reinerman-Jones LE., Szalma J.L., Wohleber R.W. Evolution and revolution: Personality research for the coming world of robots, artificial intelligence, and autonomous systems. *Personality and individual differences*. 2021, vol. 169, 109969. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920301586
15. MITRE-Harris poll survey on AI trends exploring public perceptions and trust of artificial intelligence [Electronic resource]: analiticheskiy obzor *MITRE-Harris.* 2023.

URL: https://www.mitre.org/sites/default/files/2023-09/PR-23-2865-MITRE-Harris-Poll-Survey-on-AI-Trends.pdf (accessed 18.01.2026).
16. Montag C., Klugah-Brown B., Zhou X., Wernicke J., Liu C., Kou J., Chen Y., Haas B.W., Becker B. Trust toward humans and trust toward artificial intelligence are not associated: Initial insights from self report and neurostructural brain imaging. *Personality neuroscience.* 2023, vol. 6, e3, pp. 1–8. https://doi.org/10.1017/pen.2022.5
17. Pande D., Khanal S., Taeihagh A. Conceptualising Public trust in high-risk AI policymaking: a comparative analysis of three asian cities. *Journal of comparative policy analysis: research and practice.* 2025, vol. 27, no. 5-6, pp. 578–602. https://doi.org/10.1080/13876988.2025.2543546
18. Riedl R. Is trust in artificial intelligence systems related to user personality? Review of empirical evidence and future research directions. *Electronic markets.* 2022, vol. 32, no. 4, pp. 2021–2051. https://doi.org/10.1007/s12525-022-00594-4
19. Rosenberg M. Misanthropy and political ideology. *American sociological review*. 1956, vol. 21, no. 6.
20. Scharowski N., Benk M., Kühne S.J., Wettstein L., Brühlmann F. Certification labels for trustworthy ai: insights from an empirical mixed-method study. *2023 ACM conference on fairness, accountability, and transparency (FAccT '23)*. Chicago, IL, USA, 2023. New York: ACM, 2023. 13 p. https://doi.org/10.1145/3593013.3593994
21. Sharan N.N., Romano D.M. The effects of personality and locus of control on trust in humans versus artificial intelligence. *Heliyon.* 2020, vol. 6, no. 8, e04572. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7475230/pdf/main.pdf
22. Stănescu D.F., Romașcanu M.C. The influence of AI anxiety and neuroticism in attitudes toward artificial intelligence. *European journal of sustainable development*. 2024, vol. 13, no. 4, pp. 191–191. https://doi.org/10.14207/ejsd.2024.v13n4p191
23. Zhang B., Dafoe A. US public opinion on the governance of artificial intelligence *Proceedings of the AAAI/ACM conference on AI, ethics, and society*. 2020. С. 187–193. https://doi.org/10.1145/3375627.3375827

УДК 378.147

ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Сапунов Алексей Сергеевич
Старший преподаватель, Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования «Уральский юридический институт МВД России», г. Екатеринбург, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7959-001X, e-mail: sapunov120@mail.ru

Муратшина Наталья Юрьевна
Заместитель начальника, Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования «Казанский юридический институт МВД России», г. Казань, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0005-3176-2256, e-mail: asheul@mail.ru

Бойко Александр Дмитриевич
Преподаватель, Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования «Уфимский юридический институт МВД России», г. Уфа, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-7881-9435, e-mail: sasha00@list.ru

Аннотация
Введение: актуальность данного исследования обусловлена методическим консерватизмом преподавателей по физической подготовке образовательных организаций МВД России, который проявляется в преобладании репродуктивных методов обучения, что снижает качество подготовки обучающихся к эффективному и правомерному применению физической силы в различных условиях оперативно-служебной деятельности. Научная проблема заключается в недостаточной эффективности традиционных подходов к обучению технике выполнения бросков, не обеспечивающих формирования условно-рефлекторных реакций, мгновенного переключения с одного технического действия на другое в зависимости от складывающихся условий. Цель исследования: выявить ключевые факторы трансформации педагогических компетенций преподавателей кафедр физической подготовки через интеграцию проблемного обучения и ситуационного моделирования с педагогической рефлексией и индивидуализацией. **Материалы и методы:** исследование проведено в образовательных организациях МВД России с участием преподавателей и обучающихся в три этапа: диагностический (анкетирование, интервью, наблюдение, контент-анализ), экспериментальный (обучение преподавателей проблемному обучению, ситуационному моделированию, биомеханическому анализу; поэтапное освоение обучающимися бросковой техники с наращиванием сопротивления и видеоанализом) и аналитико-коррекционный (повторные замеры, фокус-группы, разработка рекомендаций). **Результаты:** установлено, что после эксперимента преподаватели освоили проектирование реалистичных учебных сценариев, внедрили систему рефлексии и перешли к модели «педагога-технолога». У обучающихся существенно повысились точность выполнения

бросковой техники в динамических условиях, скорость принятия решений и результативность задержания в сложных сценариях. Значительно улучшились стрессоустойчивость, правовая грамотность и мотивация к обучению. **Выводы:** интеграция инновационных педагогических технологий обеспечивает двойной эффект – рост профессиональных компетенций преподавателей по физической подготовке образовательных организаций и служебной готовности обучающихся к выполнению комплексных действий в стрессовых условиях ограниченного пространства. Перспективными направлениями признаны апробация технологий виртуальной реальности и оценка долгосрочной эффективности подготовки выпускников в реальной служебной деятельности.
Ключевые слова: МВД России, физическая подготовка, педагогические технологии.

FACTORS OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF TEACHERS ON PHYSICAL TRAINING OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA

Sapunov Alexey Sergeevich
Senior Lecturer, Federal State Public Educational Institution of Higher Education "Ural Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia", Yekaterinburg, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7959-001X, e-mail: sapunov120@mail.ru

Muratshina Natalia Yurievna
Deputy Chief, Federal State State-Owned Educational Institution of Higher Education "Kazan Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia", Kazan, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0005-3176-2256, e-mail: asheul@mail.ru

Boyko Alexander Dmitrievich
Lecturer, Federal State State-Owned Educational Institution of Higher Education "Ufa Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia", Ufa, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-7881-9435, e-mail: sasha 00@list.ru

Abstract
Introduction: the relevance of this study is due to the methodological conservatism of physical training instructors at educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, which manifests itself in the predominance of reproductive teaching methods, which reduces the effectiveness of training students to effectively and lawfully use physical force in various conditions of operational and service activities. The scientific problem lies in the insufficient effectiveness of traditional approaches to teaching the technique of performing throws, which do not ensure the formation of conditioned reflex reactions and the instant switching from one technical action to another, depending on the prevailing conditions. The purpose of the study is to identify the key factors of the transformation of pedagogical competencies of physical training instructors through the integration of problem-based learning and situational modeling with pedagogical reflection and individualization. **Materials and methods:** the study was conducted at educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation with the

participation of instructors and students in three stages: diagnostic (questionnaires, interviews, observation, and content analysis), experimental (teaching instructors problem-based learning, situational modeling, and biomechanical analysis; gradual development of students' throwing techniques with increasing resistance and video analysis), and analytical and corrective (repeated measurements, focus groups, and the development of recommendations). **Results:** it was found that after the experiment, the instructors mastered the design of realistic training scenarios, implemented a reflection system, and transitioned to the "pedagogue-technologist" model. Students significantly improved their accuracy in performing throwing techniques in dynamic conditions, their decision-making speed, and the effectiveness of their arrests in complex scenarios. Their stress resistance, legal literacy, and motivation for learning also significantly improved. **Conclusions:** the integration of innovative pedagogical technologies has a dual effect: it enhances the professional competencies of physical training instructors at educational institutions and improves the service readiness of students to perform complex actions in stressful conditions of limited space. The testing of virtual reality technologies and the assessment of the long-term effectiveness of graduates' training in real service activities are recognized as promising areas.
Keywords: Russian Ministry of Internal Affairs, physical training, pedagogical technologies.

Введение

Современные требования к профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел предполагают высокий уровень физической готовности к решению оперативно-служебных задач, среди которых особое место занимает правомерное применение физической силы, включая технику выполнения бросков при динамическом сопротивлении правонарушителя. Однако методический консерватизм преподавателей по физической подготовке образовательных организаций МВД России – преобладание репродуктивных методов (фронтальные объяснения, отработка по команде) – существенно снижает эффективность обучения курсантов и слушателей адаптации к реальным сценариям (задержание в узких коридорах, вооруженный нарушитель, множественные противники).

Так, в исследовании И.В. Герасимова подразумевается, что именно доминирование репродуктивных методов выступает основным препятствием для внедрения инновационных подходов в систему прикладной подготовки [3]. Наше исследование конкретизирует эту проблему применительно к обучению бросковой технике: традиционные подходы не обеспечивают формирования условно-рефлекторных реакций, мгновенного переключения с одного

технического действия на другое и строгого соблюдения принципов законности, что подтверждается полученными эмпирическими данными.

Научная новизна исследования заключается в комплексном анализе факторов профессионального роста преподавателей по физической подготовке через интеграцию проблемного обучения (постановка задач с неопределенностью) и ситуационного моделирования (реалистичные сценарии) с педагогической рефлексией и индивидуализацией, через совершенствование бросковой техники у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России. Эффективность проблемного обучения в подготовке сотрудников полиции последовательно обосновывается в работе Р.В. Еремина [5]; наше исследование развивает эту идею применительно к бросковой технике. Метод ситуационного моделирования, по мнению В.А. Анисимова, выступает базовым методом подготовки кадров МВД России [1]; разработки А.А. Баландина и А.Н. Кулиничева подтверждают его эффективность [2; 6]. Наше исследование дополняет эти данные, фокусируясь на бросковой технике и педагогической рефлексии преподавателей. По мнению А.С. Гричанова педагогическая рефлексия и саморегуляция учебной деятельности являются необходимыми условиями эффективного освоения двигательных навыков [4]; мы сделали рефлексию ключевым компонентом подготовки преподавателей. Также в литературе обосновывается связь индивидуализации подготовки с формированием профессиональной надежности [8], что подтверждено нашим исследованием.

Цель исследования – выявить ключевые факторы трансформации педагогических компетенций преподавателей кафедр физической подготовки. Задачи: анализ текущего состояния методической работы, изучение опыта проблемного обучения и ситуационного моделирования при совершенствовании техники выполнения бросков, выявление условий трансформации дидактических приемов, разработка рекомендаций по индивидуализации и преодолению консерватизма. Гипотеза: указанная

интеграция превращает преподавателя в «педагога-технолога», эффективно обучающего курсантов и слушателей технически верному переводу правонарушителя в положение лежа и расширяющего собственные профессиональные компетенции.

Материалы и методы

Исследование проведено в образовательных организациях МВД России (3–5 курсы, n = 45 преподавателей, n = 180 курсантов) в три этапа: диагностический, экспериментальный и аналитико-коррекционный. Цель – проверка гипотезы об эффективности интеграции проблемного обучения и ситуационного моделирования для преодоления методического консерватизма и трансформации преподавателей в «педагогов-технологов».

Диагностический этап (2 месяца) включал анкетирование (n = 45), интервью (n = 25), наблюдение за 30 занятиями и контент-анализ учебных планов. Выявлено: преобладание репродуктивных методов (89 % занятий), минимальное использование сценаризации (менее 15 %), типичные барьеры (недостаток методической подготовки, отсутствие материальной базы). Исходная точность базовых бросков у курсантов – 62 % при статическом партнере, снижаясь до 45–50 % в динамике. Полученные данные согласуются с выводами И.В. Герасимова [3] о доминировании традиционных подходов и положены в основу корректировки программы.

Экспериментальный этап (4 месяца) включал обучение преподавателей (24 ч. семинаров, 36 ч. тренингов) по проблемному обучению (задачи неопределенности), ситуационному моделированию (12 сценариев: задержание в коридоре, при вооруженном нарушителе, множественном сопротивлении), биомеханическому анализу и видеоанализу техник. Опираясь на позицию авторов о значимости биомеханического анализа для осознанного выполнения приемов [6], мы включили этот компонент в учебную программу, что повысило качество методической работы преподавателей по физической подготовке.

Курсанты и слушатели поэтапно осваивали: изолированные элементы (2 недели), дозированное сопротивление (4 недели), динамические сценарии с меняющимися условиями (8 недель), включая комплексные действия «бросок, болевой прием, наручники» в нестандартных условиях с контролем правомерности силы. Параллельно внедрена система педагогической рефлексии для преподавателей по физической подготовке (дневники самоанализа, видео-разборы, экспертные обсуждения).

Аналитико-коррекционный этап (2 месяца) включал повторное анкетирование, фокус-группы, педагогические замеры и сравнение показателей до/после эксперимента (скорость освоения техник, точность, адаптация к сопротивлению, стрессоустойчивость). Это позволило оценить динамику компетенций преподавателей по физической подготовке, уточнить сценарии (добавлено 4 новых кейса), оптимизировать обратную связь и разработать пакет рекомендаций: типовые кейсы, инструкции по рефлексии, требования к материально-техническому обеспечению (видеоаппаратура, маты, ассистенты), что обеспечивает воспроизводимость методики.

Результаты исследования

В ходе экспериментальной работы проверена гипотеза об эффективности интеграции проблемного обучения, ситуационного моделирования, педагогической рефлексии и индивидуализации как фактора профессионального развития преподавателей и роста навыков курсантов в технике бросков при динамическом сопротивлении.

Большинство преподавателей по физической подготовке после тренингов освоили проектирование учебных сценариев на основе реальных оперативно-служебных ситуаций: задержание в узких коридорах, при множественных противниках, при вооруженном нарушителе. Значительная часть преподавателей приступили к научно-исследовательской работе по биомеханике бросков, включая анализ захватов и выведения из равновесия. Все участники внедрили систему рефлексии через дневники самоанализа,

еженедельные видеоразборы и экспертные обсуждения, что обеспечило переход к модели «педагога-технолога» – от транслятора знаний к конструктору индивидуализированных траекторий обучения.

У курсантов и слушателей исходные показатели техники бросков (задние/передние подножки, через бедро/спину, с захватом ног) при статическом партнере составляли 62 %, снижаясь до 45–50 % в динамических условиях. После эксперимента зафиксирована положительная динамика: точность выполнения бросков в динамических условиях возросла до 84 %; скорость принятия решений в стрессовых сценариях увеличилась в среднем на 37 %; результативность задержания повысилась в узком коридоре с 41% до 79 %, при вооруженном нарушителе – с 38 % до 76 %, при множественных противниках – с 29 % до 68 %; комплексные навыки «бросок, болевой прием, наручники» освоены на высоком уровне 78 % обучающихся.

Стрессоустойчивость по шкале Спилбергера – Ханина существенно улучшилась: ситуативная тревожность снизилась с 47,2 до 36,8 балла, личностная – с 48,5 до 41,3 балла. Условно-рефлекторные реакции при сопротивлении стали преобладающими у 82 % курсантов и слушателей, переключение между приемами – уверенным, среднее время реакции сократилось с 2,1 с до 0,9 с.

Правовая грамотность достигла высокого уровня: 91 % курсантов и слушателей правильно оценивали допустимую степень применения силы в смоделированных ситуациях.

Анкетирование показало снижение тревожности при имитации стресса на 31 %, рост интереса благодаря реалистичным сценариям (92 % положительных отзывов) и высокую оценку практической значимости для будущей службы (94 % респондентов).

Полученные эмпирические данные свидетельствуют о трансформации педагогической системы, где развитие преподавателей напрямую коррелирует с приростом профессиональных навыков курсантов и слушателей. Это

подтверждает гипотезу о педагогических технологиях как драйвере двойного эффекта – роста компетенций преподавателей по физической подготовке образовательных организаций МВД России и служебной готовности будущих сотрудников полиции.

Обсуждение

Полученные результаты подтверждают гипотезу: интеграция проблемного обучения, ситуационного моделирования, педагогической рефлексии и индивидуализации трансформирует преподавателей по физической подготовке в «педагогов-технологов», способных конструировать учебные процессы на основе реальных сценариев с учетом биомеханики бросков и динамического сопротивления. Это обеспечивает рост преподавательской компетенций (проектирование сценариев, анализ движений, методическая гибкость) и, как следствие, повышение качества подготовки курсантов и слушателей к выполнению комплексных действий «бросок, болевой прием, наручники» в условиях ограниченного пространства, стресса и множественных угроз.

Выявленные закономерности согласуются с исследованиями по ситуационному моделированию в вузах МВД России. В.А. Анисимова обосновывает ситуационное моделирование как базовый метод подготовки кадров МВД России [1]; разработки исследователей подтверждают эффективность контекстно-зависимого обучения [2; 6]. Зарубежный опыт [10] также демонстрирует, что моделирование ситуаций задержания снижает уровень насилия и повышает правомерность действий полицейских. Наше исследование дополняет эти данные эмпирическим подтверждением эффективности метода при обучении бросковой технике.

Междисциплинарный подход (интеграция педагогики, биомеханики, тактики и права) обеспечивает более высокие результаты по сравнению с традиционными методами за счет поэтапного наращивания сопротивления и видеоанализа с коррекцией ошибок. В работе А.Ю. Осипова обосновывается необходимость актуализации физической подготовки на основе комплексного

подхода [7]. Зарубежные исследования также подтверждают эффективность междисциплинарности: Y. Chen анализирует интеграцию физической подготовки и практических навыков [9]; J.J. Dawes исследует взаимосвязь антропометрических характеристик и работоспособности [11]; R.G. Lockie показывает связь физической подготовки с восприятием стресса [14]. Совокупность этих данных доказывает, что междисциплинарность формирует профессиональную надежность сотрудников.

Положительные сдвиги в стрессоустойчивости, правовой грамотности и мотивации курсантов и слушателей подтверждают концепцию профессионального мышления, формируемого в реалистичных условиях. По данным R.G. Lockie, стрессоустойчивость – ключевой индикатор готовности к реальным ситуациям; наше исследование подтверждает это (снижение тревожности на 22 % коррелирует с ростом результативности) [14]. W.B. Cotton подчеркивает, что моделирование задержаний способствует формированию навыков правомерного применения силы – наши наблюдения согласуются с этим (91 % курсантов правильно оценивают соразмерность силы) [10].

Фундаментальные работы в области моторного обучения также находят отражение в нашем исследовании. S. Koerner и M.S. Staller обосновывают эффективность подхода, основанного на ограничениях (constraints-led approach) [13]; P.M. Di Nota раскрывает нейрофизиологические механизмы формирования двигательных навыков в стрессовых условиях [12]. Наше исследование развивает эти идеи применительно к бросковой технике. Выводы J.E. Muñoz о возможностях виртуальной реальности открывают перспективы для дальнейших исследований [15].

Анализ выявил объективные барьеры масштабирования: ресурсоемкость создания сценариев, необходимость специальной подготовки преподавателей, психологическая нагрузка на обучающихся. Это требует разработки системы мер: регулярные тренинги, поэтапное внедрение с психологической поддержкой, типовые кейсы, обновление материально-технической базы,

мониторинг эффективности. Выявленные барьеры носят системный характер: в своем исследовании А.Ю. Осипова указывает на недостаточную материально-техническую базу и методическую готовность [7]; J.J. Dawes отмечает высокую ресурсоемкость качественной подготовки [11]. Преодоление этих барьеров требует системной программы, а не разрозненных усилий.

Заключение

Проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что интеграция проблемного обучения, ситуационного моделирования, педагогической рефлексии и индивидуализации подходов трансформирует преподавателей по физической подготовке образовательных организаций МВД России из носителей традиционных репродуктивных методов в полноценных «педагогов-технологов», способных преодолевать методический консерватизм через освоение проектирования реалистичных учебных сценариев (узкие коридоры, множественные противники, вооруженные нарушители), глубокий биомеханический анализ бросковых техник (захваты, выведение из равновесия, подножки через бедро/спину), систематическую рефлексию с использованием дневников самоанализа, еженедельных видео-разборов и экспертных обсуждений. Указанные изменения обеспечили кардинальный рост профессиональных компетенций преподавателей (методическая гибкость, аналитические способности, понимание оперативно-служебной специфики) и обеспечили существенное повышение служебной готовности курсантов и слушателей к технически верному переводу правонарушителя в положение лежа при динамическом сопротивлении с выполнением комплексных действий «бросок, болевой прием, наручники» в условиях ограниченного пространства и стресса.

Эмпирические данные о трансформации педагогической системы полностью согласуются с концепцией контекстно-зависимого обучения и междисциплинарным подходом, демонстрируя превосходство над традиционными методами за счет поэтапного наращивания сопротивления и

видеоанализа с коррекцией ошибок. Практическая значимость заключается в готовых к внедрению типовых учебных кейсах, алгоритмах обратной связи, рекомендациях по поэтапному внедрению с обязательными тренингами для преподавателей по физической подготовке, обновлением материально-технической базы (видеоаппаратура, ПО для анализа движений) и системой мониторинга эффективности.

Перспективные направления исследований включают оценку долгосрочной эффективности подготовки выпускников в реальных условиях (анализ служебной деятельности через 1–3 года после окончания вуза), изучение психологической резистентности преподавателей по физической подготовке к инновациям, способствующим устойчивому принятию новых методик, а также создание системы непрерывного совершенствования программ физической подготовки кадров МВД России.

Ограничения. Интерпретация полученных результатов должна учитывать ряд ограничений исследования. Во-первых, выборка ограничена курсантами и слушателями 3–5 курсов образовательных организаций МВД России (n = 180), что не позволяет в полной мере экстраполировать выводы на обучающихся младших курсов. Во-вторых, длительность экспериментального этапа (4 месяца) недостаточна для оценки долгосрочного сохранения сформированных навыков бросковой техники и стрессоустойчивости. В-третьих, исследование проводилось в условиях учебного заведения и смоделированные сценарии, несмотря на их реалистичность, не могут полностью воспроизвести все факторы реальной оперативно-служебной деятельности.

Limitations. The interpretation of the results should take into account a number of limitations of the study. Firstly, the sample is limited to cadets and students of the 3rd and 5th years of study at educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation (n = 180), which does not allow for full extrapolation of the findings to younger students. Secondly, the duration of the

experimental phase (4 months) is insufficient to assess the long-term retention of the developed skills in throwing techniques and stress resistance. Thirdly, the study was conducted in a university setting, and the simulated scenarios, although realistic, may not fully replicate all aspects of real-life operational activities.

Список источников

1. Анисимов В. А. Метод ситуационного моделирования в комплексной подготовке сотрудников полиции к применению мер административного принуждения // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2025. № 1(79). С. 168–174.
2. Баландин А. А. Обучение сотрудников охранно-конвойных подразделений полиции применению боевых приемов борьбы на основе использования метода ситуационного моделирования // Вестник Уфимского юридического института МВД России. 2022. № 4(98). С. 191–197.
3. Герасимов И. В. Использование современных образовательных технологий на занятиях по физической подготовке // Научный вестник Орловского юридического института МВД России имени В. В. Лукьянова. 2017. № 1(70). С. 107–110.
4. Гричанов А. С., Панов Е. В. Особенности влияния различных ситуаций образовательного процесса на эмоциональное состояние начинающих преподавателей физической и тактико-специальной подготовки образовательных организаций МВД России // Мир науки, культуры, образования. 2023. № 3(100). С. 18–20.
5. Еремин Р. В. Применение приемов задержания в служебной деятельности сотрудников ГИБДД // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник научных статей. Орел : Орловский юридический институт МВД России имени В. В. Лукьянова, 2023. С. 103–108.
6. Кулиничев А. Н., Третьяков А. А. К вопросу совершенствования обучения курсантов и слушателей боевым приемам борьбы // Актуальные вопросы совершенствования тактико-специальной, огневой и профессионально-прикладной физической подготовки в современном контексте практического обучения сотрудников органов внутренних дел : материалы Международной научно-практической конференции. Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский университет МВД России, 2021. С. 310–314.
7. Осипов А. Ю., Юрков А. С., Филиппович В. А., Фомин С. А. Актуализация процесса физической подготовки курсантов и сотрудников полиции // Бизнес. Образование. Право. 2024. № 4(69). С. 278–283.
8. Украинский С. В., Струганов С. М., Баркалов С. Н. Формирование у сотрудников органов внутренних дел профессиональных качеств, необходимых для выполнения оперативно-служебных задач в экстремальных ситуациях // Вестник Краснодарского университета МВД России. 2021. № 2(52). С. 139–142.
9. Chen Y. Research on the integration path of physical training and police practical skills in police academy // Quality in Sport. 2025. Vol. 37. P. 57561. https://doi.org/10.12775/QS.2025.37.57561
10. Cotton W. B. Police training and use of force: methods to reduce violent encounters // Understanding and preventing community violence / ed. J.F. Albrecht, G. den Heyer. Cham : Springer, 2022. P. 89–105. https://doi.org/10.1007/978-3-031-05075-6_3
11. Dawes J. J., Orr R. M., Siekaniec C. L., Vanderwoude A. A., Pope R. Associations between anthropometric characteristics and physical performance in male law enforcement officers: a retrospective cohort study // Annals of Occupational and Environmental Medicine. 2016. Vol. 28. Article 26. https://doi.org/10.1186/s40557-016-0112-5

12. Di Nota P. M., Huhta J.-M. Complex motor learning and police training: applied, cognitive, and clinical perspectives // Frontiers in psychology. 2019. Vol. 10. Article 1797. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01797
13. Koerner S., Staller M. S. Police training revisited: meeting the demands of conflict training with the constraints-led approach // Policing: a journal of policy and practice. 2021. Vol. 15. No. 2. P. 927–941. https://doi.org/10.1093/police/paab061
14. Lockie R. G., Dawes J. J., Moreno M. R., McGuire M. B., Ruvalcaba T. J., Bloodgood A. M., Orr R.M. Relationship between physical performance and perception of stress and recovery in law enforcement recruits across an academy // Work. 2025. Vol. 80. No. 3. P. 1125–1135. https://doi.org/10.3233/WOR-240104
15. Muñoz J. E., López J. C., Montoro C., et al. Enhancing police de-escalation skills through full-body VR training: a randomized controlled trial // Frontiers in psychology. 2024. Vol. 15. Article 1390677. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1390677

References

1. Anisimov V.A. Metod situatsionnogo modelirovaniya v kompleksnoy podgotovke sotrudnikov politsii k primeneniyu mer administrativnogo prinuzhdeniya [The method of situational modeling in the comprehensive training of police officers for the use of administrative coercion measures]. *Vestnik Kaliningradskogo filiala Sankt-Peterburgskogo universiteta MVD Rossii* [Bulletin of the Kaliningrad Branch of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. 2025, no. 1(79), pp. 168–174. (In Russ.).
2. Balandin A.A. Obuchenie sotrudnikov okhranno-konvoynykh podrazdeleniy politsii primeneniyu boevykh priemov bor'by na osnove ispol'zovaniya metoda situatsionnogo modelirovaniya [Training of employees of security and convoy units of the police in the use of fighting techniques based on the use of situational modeling method]. *Vestnik Ufimskogo yuridicheskogo instituta MVD Rossii* [Bulletin of the Ufa Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. 2022, no. 4(98), pp. 191–197. (In Russ.).
3. Gerasimov I.V. Ispol'zovanie sovremennykh obrazovatel'nykh tekhnologiy na zanyatiyakh po fizicheskoy podgotovke [The use of modern educational technologies in physical training classes]. *Nauchnyy vestnik Orlovskogo yuridicheskogo instituta MVD Rossii imeni V.V. Luk'yanova* [Scientific Bulletin of the Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.V. Lukyanov]. 2017, no. 1(70), pp. 107–110. (In Russ.).
4. Grichanov A.S., Panov E.V. Osobennosti vliyaniya razlichnykh situatsiy obrazovatel'nogo protsessa na emotsional'noe sostoyanie nachinayushchikh prepodavateley fizicheskoy i taktiko-spetsial'noy podgotovki obrazovatel'nykh organizatsiy MVD Rossii [Features of the influence of various situations of the educational process on the emotional state of novice teachers of physical and tactical-special training in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* [World of Science, Culture, Education]. 2023, no. 3(100), pp. 18–20. (In Russ.).
5. Eremin R.V. Primenenie priemov zaderganiya v sluzhebnoy deyatel'nosti sotrudnikov GIBDD [The use of detention techniques in the official activities of traffic police officers]. *Sovershenstvovanie fizicheskoy podgotovki sotrudnikov pravookhranitel'nykh organov: sbornik nauchnykh statey* [Improving physical training of law enforcement officers: collection of scientific articles]. Orel: Orlovskiy yuridicheskiy institut MVD Rossii imeni V.V. Luk'yanova, 2023, pp. 103–108. (In Russ.).
6. Kulinichev A.N., Tret'yakov A.A. K voprosu sovershenstvovaniya obucheniya kursantov i slushateley boevym priemam bor'by [On the issue of improving the training of cadets and students in fighting techniques]. *Aktual'nye voprosy sovershenstvovaniya taktiko-spetsial'noy, ognevoy i professional'no-prikladnoy fizicheskoy podgotovki v sovremennom kontekste prakticheskogo obucheniya sotrudnikov organov vnutrennikh del: materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Current issues of improving tactical-special, fire and professionally

applied physical training in the modern context of practical training of employees of internal affairs bodies: materials of the International scientific-practical conference]. Saint Petersburg: Sankt-Peterburgskiy universitet MVD Rossii, 2021, pp. 310–314. (In Russ.).
7. Osipov A.Y., Yurkov A.S., Filippovich V.A., Fomin S.A. Aktualizatsiya protsessa fizicheskoy podgotovki kursantov i sotrudnikov politsii [Actualization of the process of physical training of cadets and police officers]. *Biznes. Obrazovanie. Pravo* [Business. Education. Law]. 2024, no. 4(69), pp. 278–283. (In Russ.).
8. Ukrainskiy S.V., Struganov S.M., Barkalov S.N. Formirovanie u sotrudnikov organov vnutrennikh del professional'nykh kachestv, neobkhodimykh dlya vypolneniya operativno-sluzhebnykh zadach v ekstremal'nykh situatsiyakh [Formation of professional qualities in employees of internal affairs bodies necessary for performing operational and official tasks in extreme situations]. *Vestnik Krasnodarskogo universiteta MVD Rossii* [Bulletin of the Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia]. 2021, no. 2(52), pp. 139–142. (In Russ.).
9. Chen Y. Research on the integration path of physical training and police practical skills in police academy. *Quality in Sport*. 2025, vol. 37, p. 57561. https://doi.org/10.12775/QS.2025.37.57561
10. Cotton W.B. Police Training and use of force: methods to reduce violent encounters. *Understanding and preventing community violence*, ed. J.F. Albrecht, G. den Heyer. Cham: Springer, 2022, pp. 89–105. https://doi.org/10.1007/978-3-031-05075-6_3
11. Dawes J.J., Orr R.M., Siekaniec C.L., Vanderwoude A.A., Pope R. Associations between anthropometric characteristics and physical performance in male law enforcement officers: a retrospective cohort study. *Annals of occupational and environmental medicine*. 2016, vol. 28, Article 26. https://doi.org/10.1186/s40557-016-0112-5
12. Di Nota P.M., Huhta J.-M. Complex motor learning and police training: applied, cognitive, and clinical perspectives. *Frontiers in psychology*. 2019, vol. 10, Article 1797. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01797
13. Koerner S., Staller M.S. Police training revisited: meeting the demands of conflict training with the constraints-led approach. *Policing: a journal of policy and practice*. 2021, vol. 15, no. 2, pp. 927–941. https://doi.org/10.1093/police/paab061
14. Lockie R.G., Dawes J.J., Moreno M.R., McGuire M.B., Ruvalcaba T.J., Bloodgood A.M., Orr R.M. Relationship between physical performance and perception of stress and recovery in law enforcement recruits across an academy. *Work*. 2025, vol. 80, no. 3, pp. 1125–1135. https://doi.org/10.3233/WOR-240104
15. Muñoz J.E., López J.C., Montoro C., et al. Enhancing police de-escalation skills through full-body VR training: a randomized controlled trial. *Frontiers in psychology*. 2024, vol. 15, Article 1390677. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1390677

УДК 159.99

ОБРАЗ БУДУЩЕГО ОСУЖДЕННЫХ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПРИНЯТИЯ КРИМИНАЛЬНОЙ СУБКУЛЬТУРЫ

Степанова Полина Евгеньевна
Преподаватель, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный университет», г. Барнаул, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0002-7447-2353, e-mail: pvologdina@mail.ru

Ральникова Ирина Александровна
Доктор психологических наук, профессор, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный университет», г. Барнаул, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9411-8787, e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Аннотация
Введение: образ будущего выступает значимым фактором психологического благополучия, а также предиктором успешной ресоциализации осужденных, однако вопрос об особенностях данного конструкта у лиц, отбывающих наказание в исправительных учреждениях, с разной степенью криминальной включенности остается мало изучен. Цель исследования – выявить и описать особенности образа будущего у осужденных по ст. 228 УК РФ с разным уровнем принятия криминальной субкультуры. **Материалы и методы:** выборку составили 106 осужденных, отбывающих наказание в исправительных учреждениях Алтайского края. Применялись: методика «Семантический дифференциал времени» (СДВ) Л.И. Вассермана, процедура формирования списка событий каузометрического опроса А.А. Кроника, Е.И. Головахи, методика «Комплексное исследование личности осужденного» (КИЛО) Е.А. Чебаловой, на основании которой выделены три группы: с низким, средним, высоким уровнем принятия криминальной субкультуры. Статистический анализ включал непараметрический H-критерий Краскела – Уоллиса, коэффициент ранговой корреляции Спирмена. **Результаты исследования:** выявлены статистически значимые различия между группами по показателям насыщенности будущего и его семантических оценок. Корреляционный анализ обнаружил различные взаимосвязи: в группе с низким ПКС ключевым фактором планирования является необратимость времени, в группе со средним ПКС – активность времени, в группе с высоким уровнем ПКС – тотальная позитивность связей при концентрации образа будущего только вокруг сферы семьи. **Выводы:** осужденные, в разной степени вовлеченные в криминальную субкультуру, характеризуются своеобразием архитектуры образа будущего. Полученные результаты обосновывают необходимость дифференцированных программ психологического сопровождения с учетом уровня криминальной «зараженности» спецконтингента.

Ключевые слова: образ будущего осужденных, представления о будущем, принятие криминальной субкультуры, событийная насыщенность, статья 228 УК РФ, криминальная «зараженность».
Финансирование: исследование выполнено в рамках реализации Программы развития университета на 2021–2030 годы, Программы стратегического академического лидерства

«Приоритет 2030», проект «Ресурсы будущего: жизненные перспективы осужденных как фактор психологического здоровья и профилактики социально-деструктивного поведения».

THE FUTURE OF CONDEMNED PERSONS WITH DIFFERENT LEVELS OF ACCEPTANCE OF CRIMINAL SUBCULTURE

Stepanova Polina Evgenievna
Lecturer, Altai State University, Barnaul, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0002-7447-2353, e-mail: pvologdina@mail.ru

Ralnikova Irina Aleksandrovna
Doctor of Psychology, Professor, Altai State University, Barnaul, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9411-8787, e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Abstract
Introduction: the image of the future is a significant factor in psychological well-being and a predictor of successful resocialization among convicts; however, the specific characteristics of this construct among individuals serving sentences in correctional facilities with varying degrees of criminal involvement remain understudied. The aim of the study is to identify and describe the characteristics of the image of the future among convicts sentenced under Article 228 of the Criminal Code of the Russian Federation with varying levels of acceptance of the criminal subculture. **Materials and methods:** the sample consisted of 106 convicts serving sentences in correctional facilities in the Altai Krai. The following methods were applied: L. I. Vasserman's "Semantic Differential of Time" (SDT) technique, A. A. Kronik's procedure for forming a list of events for a causometric survey, E. I. Golovakha's procedure for compiling a list of events for a causometric survey, and E. A. Chebalova's "Comprehensive Study of the Convict's Personality" (CSCP) methodology, based on which three groups were identified: those with low, medium, and high levels of acceptance of the criminal subculture. The statistical analysis included the nonparametric Kruskal-Wallis H-test and Spearman's rank correlation coefficient. **Research results:** statistically significant differences were identified between the groups in terms of indicators of future saturation and its semantic evaluations. Correlation analysis revealed various interrelationships: in the group with low FCS, the key planning factor is the irreversibility of time; in the group with moderate FCS, it is the activity of time; and in the group with high FCS, it is the total positivity of connections when focusing. **Conclusions:** convicts, to varying degrees involved in the criminal subculture, are characterized by the peculiarity of the architecture of the image of the future. The results obtained justify the need for differentiated psychological support programs, taking into account the level of criminal "infection" of the special contingent.
Keywords: prisoners' vision of the future, perceptions of the future, acceptance of criminal subculture, event density, Article 228 of the Criminal Code of the Russian Federation, criminal «contamination».
Funding: this study was conducted as part of the University Development Program for 2021–2030, the "Priority 2030" strategic academic leadership program, under the project "Resources of the Future: Life Prospects of Inmates as a Factor in Mental Health and the Prevention of Socially Destructive Behavior."

Введение

Представления человека о будущем – событийная насыщенность и эмоциональное отношение к нему – выступают значимыми факторами психологического благополучия и социальной адаптации [1; 8; 9]. В условиях пенитенциарной изоляции данные характеристики приобретают специфические особенности, в том числе межполовые, обусловленные ограничением свободы, разрывом привычных социальных связей, воздействием криминальной среды [5; 7; 12; 14]. Интерес к изучению образа будущего осужденных как предиктора риска воспроизводства противоправного поведения не теряет своей актуальности, в связи с задачами Концепции развития уголовно-исполнительной системы Российской Федерации до 2030 года в части повышения гуманизации условий содержания, усиления мер по индивидуализации воспитательной и психокоррекционной работы с осужденными, повышения эффективности ресоциализации [4; 9; 10].

Особую значимость данный круг проблем приобретает применительно к осужденным за преступления, предусмотренные ст. 228 Уголовного кодекса Российской Федерации (далее – УК РФ) (незаконный оборот наркотиков). Деяния данной категории стабильно входят в тройку наиболее распространенных преступлений. «В январе – декабре 2025 года выявлено 214,8 тыс. преступлений,связанных с незаконным оборотом наркотиков, что на 8,4% больше, чем за аналогичный период прошлого года» [11]. Специфика данной категории спецконтингента отличается тем, что их криминализация часто носит вторичный характер – химическая зависимость, вовлечение в противоправную деятельность другими, социальная уязвимость и пр. [2; 7]. Поэтому изучение образа будущего данной категории осужденных имеет высокую значимость.

Дополнительным фактором, определяющим своевременность исследования, выступает усиливающаяся неопределенность внешней среды, в условиях которой представления о будущем становятся ресурсом устойчивости

личности. Сформированность реалистичного, структурированного, событийно насыщенного, позитивного образа будущего может выступать предиктором успешной ресоциализации и отказа от рецидивного противоправного поведения [5; 9; 12].

Несмотря на большой объем исследований, остается недостаточно изученным вопрос о том, как степень принятия криминальной субкультуры (криминальной «зараженности»: включенность в систему «жизнедеятельности лиц, объединившихся в криминальные группы и придерживающихся определенных законов и традиций» [15]) соотносится с особенностями образа будущего. Большинство работ сосредоточены на констатации различий между осужденными и законопослушными гражданами, межполовых особенностей данного конструкта, наличия рецидивного поведения, тогда как дифференциация по степени криминализации остается вне фокуса исследовательского внимания [2; 4; 5; 7].

В связи с этим целью настоящего исследования является выявить и описать особенности образа будущего (эмоционального отношения и событийной наполненности) осужденных, отбывающих наказание за совершенные преступления, предусмотренные ст. 228 УК РФ.

Предполагаем, что степень принятия криминальной субкультуры (далее ПКС) является фактором, перестраивающим эмоциональные и когнитивные представлениях будущем.

Материалы и методы

Для достижения поставленной цели использовался комплекс психодиагностических методов, включающий в себя: методику «Семантический дифференциал времени» (СДВ) Л.И. Вассермана [3], процедуру формирования списка событий каузометрического опроса А.А. Кроника, Е.И. Головахи [6], методику «Комплексное исследование личности осужденного» (КИЛО) Е.А. Чебаловой [14]. Выборку исследования составили 106 человек (58 женщин, 48 мужчин), отбывающих наказание за

совершенные преступления, предусмотренные ст. 228 УК РФ в исправительных учреждениях Алтайского края. На основании показателей шкалы «Принятие криминальной субкультуры» методики «КИЛО» выборка была разделена на три группы. Распределение осужденных по уровню ПКС оказалось следующим: 24 человека (4 мужчины, 20 женщин) с низким уровнем, 56 человек (24 мужчины, 32 женщины) со средним уровнем, 26 человек (20 мужчин, 6 женщин) с высоким уровнем криминальной зараженности. Математико-статистические методы анализа: описательные статистики, непараметрический H-критерий Краскела –Уоллиса для выявления различий образа будущего у групп с разным уровнем принятия криминальной субкультуры, коэффициент ранговой корреляции Спирмена для выявления наличия взаимосвязей показателей образа будущего. Анализ производился с помощью программы SPSS Statistics 23.0.0.0.

Результаты исследования

Для проверки гипотезы о различиях в показателях образа будущего между группами осужденных с разной степенью криминальной «зараженности» применялся непараметрический H-критерий Краскела – Уоллиса.

Результаты констатируют статистически значимые различия между группами по некоторым показателям событийной наполненности и семантических оценок будущего (табл. 1.), характеризующих когнитивный и эмоциональный компоненты.

Так, группа с высоким уровнем принятия криминальной субкультуры демонстрирует резкое обеднение событийного репертуара будущего, в том числе позитивных планов. Это может свидетельствовать о том, что высокая степень «зараженности» связана с истощением ресурса целеполагания.

Анализ различий дескрипторов, описывающих эмоциональное отношение к будущему, позволяет продемонстрировать снижение критичности по отношению к данному периоду. Представители группы с низким уровнем криминальной вовлеченности ощущают большую напряженность будущего,

что может отражать их более реалистичную оценку предстоящих трудностей адаптации в обществе после отбывания наказания. В то время как в группах со средним или высоким уровнем ПКС будущее оценивается ближе к нейтральному или как незначительно напряженное. Парадоксальным образом, группа с высоким уровнем ПКС, чье будущее наиболее бедно с точки зрения событийной насыщенности, одновременно демонстрирует менее позитивную оценку будущего.

Таблица 1

Различия (H-критерий Краскела – Уоллиса) в семантических оценках и показателях событийной насыщенности будущего

	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень		Уровень статистической значимости (p)
	M	SD	M	SD	M	SD	
Всего событий	2,65	3,39	3,10	3,39	1,50	2,78	0,045
Положительные события	2,60	3,35	3,00	3,31	1,42	2,64	0,046
Напряженное_расслабленное	-1,41	2,12	0,14	2,33	-0,30	2,18	0,010
Плотное_пустое	2,62	0,57	2,30	0,56	2,19	0,84	0,036
Яркое_тусклое	2,79	0,50	2,39	0,65	2,23	1,36	0,022
Спокойное_тревожное	2,12	1,82	1,39	1,95	1,92	1,49	0,019
Открытое_замкнутое	2,12	1,56	1,28	1,82	1,96	1,75	0,014

С целью выявления наличия взаимосвязей между аффективными оценками будущего и его событийным наполнением в каждой из групп был произведен корреляционный анализ Спирмена.

Представленные результаты анализа (табл. 2.) демонстрируют отрицательные двухсторонние корреляционные связи в группе с низким уровнем ПКС. Шкалы «Яркое_тусклое» и «Спокойное_тревожное» взаимосвязаны с событийной насыщенностью сферы «Общество», что демонстрирует отсутствие общественно значимых целей, планов в эмоционально комфортном будущем. Можем предположить, что «хорошее»

будущее для осужденных с низким уровнем криминальной зараженности – это будущее «для себя», а общественная активность вытесняется из позитивного образа предстоящего.

Таблица 2

Корреляционные связи семантических оценок будущего и его событийного наполнения в группе с низким уровнем принятия криминальной субкультуры

	Яркое_тусклое	Спокойное_тревожное	Большое_маленькое	Обратимое_необратимое	Ритмичное_неритмичное
Общество	-0,439*	-0,468*			
Досуг			-0,461*	-0,658**	
Работа				-0,478*	
Семья					-0,417*
Позитивные события				-0,545**	
Негативные события			-0,435*		
Всего событий будущего				-0,547**	

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

Сфера «Досуг» демонстрирует значимые отрицательные корреляционные связи со шкалой «Большое_маленькое» и «Обратимое_необратимое». Выявленные связи указывают на то, что ощущение масштабности и необратимости будущего у осужденных с низким ПКС сопряжено с редукцией сферы отдыха. Вероятно, будущее представляется им как время, из которого исключается легкомысленный досуг.

Шкала «Ритмичное_неритмичное» коррелирует с событийной насыщенностью в сфере «Работа». Чем более необратимым и фатальным

воспринимается будущее, тем меньше событий и планов, связанных с трудовой деятельностью, склонны планировать осужденные этой группы.

События сферы «Семья» взаимосвязаны со шкалой «Ритмичное_неритмичное». Можем предположить, что ритмичное, размеренное будущее воспринимается как уже «устроенное», не требующее активного планирования событий даже в семейной сфере. Напротив, непредсказуемое будущее может стимулировать планирование семьи как попытку внести смысл в неопределенное завтра.

Планируемые «позитивные события будущего» связаны с такой шкалой отношения к будущему, как «Обратимое_необратимое». Фаталистическое восприятие времени блокирует построение позитивных сценариев жизни, а «негативные события будущего» находят взаимосвязь со шкалой «Большое_маленькое». Вероятно, чем более масштабным видится будущее, тем меньше в нем негативных ожиданий.

Необратимость времени является ключевым предиктором обеднения всей событийной палитры будущего в данной подгруппе. Чем сильнее переживается невозможность повлиять на ход событий, тем более узкая и бедная общая событийная насыщенность будущего.

В группе со средним уровнем принятия криминальной субкультуры получены результаты корреляционного анализа, продемонстрированные в табл. 3.

Обнаружены отрицательные корреляционные связи между фактором «Активность времени» и представленностью сфер «Общество» и «Работа». Данные результаты свидетельствуют о том, что чем в большей степени время наделяется свойствами динамичности, интенсивности, тем в меньшей мере осужденные интегрируют общественные отношения и легальную трудовую занятость в структуру будущего. Аналогичным образом данный фактор коррелирует с событийным наполнением будущего: чем более активным представляется время, тем реже респонденты прогнозируют событийную насыщенность, в том числе позитивные события.

Таблица 3

Корреляционные связи семантических оценок будущего и его событийного наполнения в группе со средним уровнем принятия криминальной субкультуры

	Активность времени	Величина времени	Ощущаемость времени	Широкое_узкое	Ритмичное_неритмичное	Активное_пассивное	Понятное_непонятное	Обратимое_необратимое
Общество	-0,288*							
Работа	-0,300*							
Внутренний мир		0,271*						
Здоровье			0,271*	0,290*				
Всего событий будущего	-0,345**							
Позитивные события	-0,342**							
Нейтральные события					0,277*			
Негативные события				0,245*	0,277*	0,264*	0,283*	-0,303*

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

Фактор «Величина времени» положительно коррелирует со значимой сферой «Внутренний мир», что указывает на то, что самопознание, переживания и рефлексия взаимосвязаны с ощущением переживания будущего как продолжительного и емкого.

Сфера «Здоровье» демонстрирует комплекс связей с «Ощущаемостью времени» и его «Широтой_узостью». Чем более насыщенным, объемным ощущается время, тем больше места здоровье занимает в образе будущего.

Положительная корреляция нейтральных событий и «Ритмичности_неритмичности» будущего демонстрирует, что упорядоченное, размеренное предстоящее время сопряжено с включением в образ будущего рутинных, повседневных мероприятий.

Обнаружен комплекс значимых корреляций негативных событий с аффективной оценкой будущего: широкое, глобальное, выстроенное, активное и динамичное переживание будущего парадоксально связано с ростом числа негативных ожиданий. Отрицательная связь с «Обратимое_необратимое» указывает на то, что ощущение фатальной невозвратности времени снижает количество негативных событий.

В результате отличительными чертами взаимосвязей выступают ведущая роль «Активности времени» как фактора, подавляющего событийную насыщенность, в том числе отдельных жизненных сфер («Общество» и «Работа»), а также менее идеализированный образ будущего, который ассоциируется в группе осужденных со средним уровнем криминальной зараженности не только с позитивными, но и с негативными переживаниями.

В группе с высокой степенью вовлеченности в криминальную субкультуру получены результаты, продемонстрированные в табл. 4.

Так, сфера «Семья» обнаруживает положительные статистически значимые связи со всеми семантическими оценками будущего. Семья выступает как главный источник позитивных эмоциональных ожиданий; чем более спокойным, безопасным, умиротворенным видится будущее, тем больше семейных планов, а дробное, дискретное время блокирует семейное планирование. Субъективная близость будущего (вероятно, связанная с ожиданием освобождения) активизирует планирование в сфере семейных взаимоотношений. Чем более связным, континуальным воспринимается время, тем больше осужденные с высокой криминальной «зараженностью» имеют планов в упомянутой области жизни. Непрерывность времени – это субъективное переживание связанности прошлого, настоящего и будущего в

единую картину, а семья в представлениях данной группы спецконтингента является тем смысловым мостом, который соединяет жизнь «до осуждения», «в период отбывания наказания» и «после освобождения», придавая будущему осмысленность. Обнаружена наиболее парадоксальная взаимосвязь между планированием в сфере семьи и оценкой будущего как «Обратимого_необратимого». Чем более фатальным, невозвратным воспринимается время, тем интенсивнее планируются семейные события. Можно предположить действие реакции срочности: «Время уходит безвозвратно, значит, нужно успеть реализовать главное». И этим главным оказывается исключительно семья.

Таблица 4

Корреляционные связи семантических оценок будущего и его событийного наполнения в группе с высоким уровнем принятия криминальной субкультуры

	Радостное_печальное	Неделимое_делимое	Спокойное_тревожное	Широкое_узкое	Близкое_далекое	Прерывное_непрерывное	Обратимое_необратимое
Семья	0,488*	0,404*	0,391*	0,423*	0,403*	0,459*	0,449*
Работа				0,407*			
Досуг					0,422*		
Всего событий будущего					0,418*		
Позитивные события будущего					0,413*		

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

«Работа» положительно связана со шкалой «Близкое_далекое». Трудовая занятость начинает планироваться только тогда, когда будущее субъективно «приближается» – вероятно, на этапе подготовки к освобождению, когда работа воспринимается как инструментальная необходимость, условие выживания, а не как сфера самореализации.

Досуг, как и семья, требует ощущения временной связности: планировать отдых можно только в том случае, если будущее воспринимается как продолжение настоящего, а не как отдельный временной период.

«Всего событий будущего» и «Позитивные события будущего» демонстрируют положительные связи со шкалой «Прерывное_непрерывное». Это означает, что единственным генерализованным фактором, усиливающим событийную насыщенность будущего (а не только семейную сферу), выступает переживание непрерывности, континуальности времени.

Корреляционный анализ в группе с высоким уровнем принятия криминальной субкультуры позволил выявить некоторые особенности образа будущего: позитивные характеристики будущего связаны с ростом числа планов, однако наблюдается сужение жизненного пространства – до единственных семейных отношений. Отсутствие связей с негативными или нейтральными событиями позволяет предположить, что образ будущего в представлениях осужденных с высоким уровнем криминальной зараженности является скорее идеализированным, нежели реалистичным.

Обсуждение

Сравнительный анализ взаимосвязей семантических оценок будущего и его событийной наполненности подтверждает специфику построения образа будущего, закономерно изменяющегося по мере нарастания криминальной «зараженности» личности осужденных, отбывающих наказание за совершенные преступления, предусмотренные ст. 228 УК РФ.

У осужденных, в разной степени вовлеченных в криминальную субкультуру, отмечается своеобразная архитектура образа будущего. Наиболее

фундаментальное различие между группами касается того, какая именно семантическая оценка выполняет функцию ключевого предиктора событийной насыщенности – усиливающей или подавляющей планирование будущего. В группе с низким ПКС таким фактором является параметр «Обратимость_необратимость», в группе со средним ПКС – «Активность времени», в группе с высоким уровнем ПКС – «Близкое_далекое» будущее. По мере нарастания криминальной «зараженности» осужденных, отбывающих наказание, происходит смена – ощущение фатальности блокирует событийную насыщенность будущего, в то время как при средней степени включенности в криминальную субкультуру высокая динамичность времени «сворачивает» планирование, при высокой криминальной «зараженности» восприятие будущего, как приближенного и достижимого, напротив, усиливает событийную насыщенность.

Ключевой сравнительной характеристикой выступает обеднение репертуара планирования жизненных сфер при переходе от низкого к высокому уровню принятия криминальной субкультуры. Ключевым фактором, запускающим планирование, является переживание непрерывности времени [4; 6]. При этом образ будущего характеризуется идеализированностью, сверхпозитивностью, ориентированным на семью как единственную безопасную сферу самореализации.

Заключение

Проведенное эмпирическое исследование, направленное на выявление особенностей образа будущего у осужденных по ст. 228 УК РФ с разным уровнем принятия криминальной субкультуры, позволяет констатировать: выявленная динамика подтверждает гипотезу о перестройке эмоциональных и когнитивных представлений о будущем под влиянием углубляющейся криминальной «зараженности» личности. Полученные результаты обосновывают необходимость применения дифференцированных программ психологического сопровождения не только на разных этапах отбывания

наказания в исправительных учреждениях, но и для осужденных с разной степенью криминальной включенности: для группы никого ПКС – преодоление фатализма и активация планирования, для группы высокого ПКС – расширение репертуара жизненных сфер и интеграция реалистичных ожиданий в образ будущего для предотвращения риска дезадаптации после освобождения.

Список источников

1. Абульханова-Славская К. А., Березина Т. Н. Время личности и время жизни. Санкт-Петербург : Алетейя, 2001. 304 с.
2. Бякина С. И. О профилактической и воспитательной работе с осужденными за незаконный оборот наркотических средств и психотропных веществ, состоящими на учете уголовно-исполнительных инспекций // Вестник Саратовской государственной юридической академии. 2023. № 1(150). С. 198–209. https://doi.org/10.24412/2227-7315-2023-1-198-209
3. Вассерман Л. И., Трифонова Е. А., Червинская К. Р. Семантический дифференциал времени: экспертная психодиагностическая система в медицинской психологии: методическое пособие. Санкт-Петербург : Изд-во НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2019. 44 с.
4. Зауторова Э. В. Моделирование как метод формирования личного будущего осужденных женщин // Пенитенциарная наука. 2023. Т. 17. № 4(64). С. 451–458. https://doi.org/10.46741/2686-9764.2023.64.4.013
5. Ипполитова Е. А., Вологдина П. Е. Субъективная картина жизненного пути женщин, осужденных к лишению свободы // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 4(29). С. 324–327.
6. Кроник А. А., Ахмеров Р. А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. 3-е изд., испр. и доп. Москва : Смысл, 2022. 303 с.
7. Кулакова С. В., Новиков А. В., Слабкая Д. Н. Пенитенциарная ресоциализация. Часть 1. Гендерные особенности ресоциализации осужденных лиц женского пола. Москва : Русайнс, 2019. 248 с.
8. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. Москва : Смысл, 2004. 608 с.
9. Ральникова И. А., Гурова О. С., Ипполитова Е. А. Жизненные перспективы личности: риски воспроизводства девиантного поведения. Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2012. 286 с.
10. Распоряжение Правительства РФ от 29.04.2021 № 1138-р «Концепция развития уголовно-исполнительной системы Российской Федерации на период до 2030 года» // Собрание законодательства РФ. 2021. № 19. Ст. 3254.
11. Состояние преступности в Российской Федерации за январь – декабрь 2025 года: краткий аналитический обзор / Главный информационно-аналитический центр МВД России. Москва, 2026. 67 с.
12. Степанова П. Е., Ральникова И. А. Образ будущего осужденных женщин // Антропогогика. 2024. № 2(14). С. 48–54.
13. Филиппова О. В. Состояние рецидивной преступности в Сибирском федеральном округе // Сибирский юридический вестник. 2023. № 1(100). С. 72–79. https://doi.org/10.26516/2071-8136.2023.1.72
14. Чебалова Е. А. Комплексное исследование личности осужденного (КИЛО): методическое руководство. Москва : Изд-во ФКУ НИИ ФСИН России. 2018. 48 с.

References

1. Abul'hanova-Slavskaya K.A., Berezina T.N. *Vremya lichnosti i vremya zhizni* [Time of personality and time of life]. St. Petersburg: Aletejya, 2001, 304 p. (In Russ.).

2. Byakina S.I. O profilakticheskoj i vospitatel'noj rabote s osuzhdennymi za nezakonnyj oborot narkoticheskih sredstv i psihotropnyh veshchestv, sostoyashchimi na uchete ugolovno-ispolnitel'nyh inspekcij [On preventive and educational work with those convicted of illegal trafficking of narcotic drugs and psychotropic substances, registered with criminal-executive inspectorates] *Vestnik Saratovskoj gosudarstvennoj yuridicheskoj akademii* [Bulletin of the Saratov State Law Academy]. 2023, no. 1(150), pp. 198–209. (In Russ.) https://doi.org/10.24412/2227-7315-2023-1-198-209
3. Vasserman L.I., Trifonova E.A., CHervinskaya K.R. *Semanticheskij differencial vremeni: ekspertnaya psihodiagnosticheskaya sistema v medicinskoj psihologii: metodicheskoe posobie* [Semantic differential of time: expert psychodiagnostic system in medical psychology: a methodological manual]. St. Petersburg: Izd-vo NIPNI im. V.M. Bekhtereva, 2019, 44 p. (In Russ.).
4. Zautorova E.V. Modelirovanie kak metod formirovaniya lichnogo budushchego osuzhdennyh zhenshchin [Modeling as a method for shaping the personal future of convicted women]. *Penitenciarnaya nauka* [Penitentiary science]. 2023, vol. 17, no. 4(64), pp. 451–458. (In Russ.). https://doi.org/10.46741/2686-9764.2023.64.4.013
5. Ippolitova E.A., Vologdina P.E. Sub"ektivnaya kartina zhiznennogo puti zhenshchin, osuzhdennyh k lisheniyu svobody [A subjective picture of the life path of women sentenced to imprisonment]. *Azimut nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya* [Research focus: pedagogy and psychology]. 2019, vol. 8, no. 4(29), pp. 324–327. (In Russ.).
6. Kronik A.A., Ahmerov R.A. *Kauzometriya: Metody samopoznaniya, psihodiagnostiki i psihoterapii v psihologii zhiznennogo puti* [Causometry: Methods of self-knowledge, psychodiagnostics and psychotherapy in the psychology of life's journey]. 3-e izd., ispr. i dop. Moscow: Smysl, 2022, 303 p. (In Russ.).
7. Kulakova S.V., Novikov A.V., Slabkaya D. N. *Penitenciarnaya resocializaciya. CHast' 1. Gendernye osobennosti resocializacii osuzhdennyh lic zhenskogo pola* [Penitentiary resocialization. Part 1. Gender-specific features of resocialization of female convicts]. Moscow: Rusajns, 2019, 248 p. (In Russ.).
8. Nyutten Zh. *Motivaciya, dejstvie i perspektiva budushchego* [Motivation, action and future perspective]. Moscow: Smysl, 2004, 608 p. (In Russ.).
9. Ral'nikova I.A., Gurova O.S., Ippolitova E.A. *Zhiznennye perspektivy lichnosti: riski vosproizvodstva deviantnogo povedeniya: monografiya* [Life prospects of the individual: risks of reproducing deviant behavior: a monograph]. Barnaul: Izd-vo Alt. un-ta, 2012, 286 p. (In Russ.).
10. Rasporyazhenie Pravitel'stva RF ot 29.04.2021 № 1138-r «Koncepciya razvitiya ugolovno-ispolnitel'noj sistemy Rossijskoj Federacii na period do 2030 goda». Sobranie zakonodatel'stva RF, 2021, no 19, St. 3254. (In Russ.).
11. *Sostoyanie prestupnosti v Rossijskoj Federacii za yanvar' – dekabr' 2025 goda: kratkij analiticheskij obzor* [Crime in the Russian Federation for January – December 2025: A Brief Analytical Review]. Glavnyj informacionno-analiticheskij centr MVD Rossii. Moscow, 2026. 67 p. (In Russ.).
12. Stepanova P.E., Ral'nikova I.A. Obraz budushchego osuzhdennyh zhenshchin [The image of the future for convicted women]. *Antropogogika* [Anthropogogy]. 2024, no. 2(14), pp. 48–54. (In Russ.).
13. Filippova O.V. Sostoyanie recidivnoj prestupnosti v Sibirskom federal'nom okruge [The state of recidivism in the Siberian federal district]. *Sibirskij yuridicheskij vestnik* [Siberian legal bulletin]. 2023, no. 1(100), pp. 72–79. (In Russ.). https://doi.org/10.26516/2071-8136.2023.1.72
14. Chebalova E.A. *Kompleksnoe issledovanie lichnosti osuzhdennogo (KILO): metodicheskoe rukovodstvo* [Comprehensive study of the personality of a convict (KILO): A Methodological guide]. Moscow: Izd-vo FKU NII FSIN Rossii, 2018, 48 p. (In Russ.).

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК В КОНТЕКСТЕ ДЕЗАДАПТИВНЫХ РЕАКЦИЙ

Чернобельская Ольга Михайловна
Студент, Московский международный университет, г. Москва, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-5726-3043, e-mail: ochernobelskaya@mail.ru

Даренских Светлана Сергеевна
Кандидат психологических наук, доцент,
Московский международный университет, г. Москва, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6456-5831, e-mail: svetla-ss@yandex.ru

Аннотация
Введение: распространенность невротических расстройств затрагивает около 350 миллионов человек в мире, что актуализирует поиск их ранних предикторов, среди которых особое место занимают неадаптивные психологические защиты. Остается недостаточно изученным вопрос о специфике взаимосвязи отдельных защитных механизмов с конкретными синдромами в юношеском возрасте – сенситивном периоде становления личности. **Материалы и методы:** по результатам анкетирования была сформирована выборка, в которую вошли 74 человека (38 юношей, 36 девушек) 18–25 лет. Для диагностики использовались следующие методики: методика измерения психологической защиты (МИПЗ) (Пилюгина Е.Р., Сулейманов Р.Ф., 2020); опросник невротических расстройств ОНР-Си (Александрович Г.В., адаптация НИПНИ, 1998). Применены методы математико-статистической обработки данных: анализ средних значений, корреляционный анализ Спирмена. **Результаты:** в ходе исследования рассмотрена взаимосвязь психологических защит и синдромов невротических расстройств у юношей и девушек. Выявлены различия в структуре защитных механизмов: у девушек преобладают предвосхищение, диссоциация, регрессия, ипохондрия, компенсация, альтруизм и психотические защиты, у юношей – усредненный профиль. Уровень невротических расстройств в обеих группах низкий, однако наиболее выражены тревожно-фобические и соматические симптомы. Установлены специфические корреляции защитных механизмов с невротическими синдромами: у юношей – с соматизацией и коммуникативными трудностями, у девушек – с тревожно-фобическими и ипохондрическими реакциями. **Выводы:** психологические защиты и невротические синдромы образуют взаимосвязанную структуру, при этом характер связей различается у юношей и девушек. У девушек преобладают защитные механизмы, связанные с эмоциональной регуляцией и межличностным взаимодействием, что сопряжено с тревожно-фобическими и ипохондрическими реакциями. У юношей доминируют стратегии подавления эмоций, ассоциированные с соматизацией и коммуникативными трудностями.

Ключевые слова: психологическая защита, невротические расстройства, невроз, синдром, симптом, юношеский возраст.

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES IN YOUNG MEN AND WOMEN IN THE CONTEXT OF MALADAPTIVE RESPONSES

Chernobelskaya Olga Mikhailovna
Student, Moscow International University, Moscow, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-5726-3043, e-mail: ochernobelskaya@mail.ru

Darenskikh Svetlana Sergeevna
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Moscow International University, Moscow, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6456-5831, e-mail: svetla-ss@yandex.ru

Abstract
Introduction: the prevalence of neurotic disorders, affecting about 350 million people worldwide, highlights the importance of searching for their early predictors, among which maladaptive psychological defenses hold a special place. The question of the specificity of the relationship between individual defense mechanisms and particular syndromes in adolescence – a sensitive period of personality formation – remains insufficiently studied. **Materials and methods:** based on the results of a survey, a sample was formed that included 74 individuals (38 males, 36 females) aged 18–25. The following methods were used for diagnostics: the Method for Measuring Psychological Defense (MMPD) (Pilyugina E.R., Suleymanov R.F., 2020); the Neurotic Disorders Questionnaire ONR-Si (Aleksandrovich G.V., NIPNI adaptation, 1998). Mathematical and statistical data processing methods applied included: analysis of mean values, Spearman correlation analysis. **Results:** the study examined the relationship between psychological defenses and syndromes of neurotic disorders in boys and girls. Differences in the structure of defense mechanisms were identified: in girls, anticipation, dissociation, regression, hypochondria, compensation, altruism, and psychotic defenses predominate, while in boys there is an average profile. The level of neurotic disorders in both groups is low; however, the most pronounced are anxiety-phobic and somatic symptoms. Specific correlations of defense mechanisms with neurotic syndromes were established: in boys – with somatization and communication difficulties, in girls – with anxiety-phobic and hypochondriacal reactions. **Conclusions:** psychological defenses and neurotic syndromes form an interconnected structure, with the nature of the connections differing between boys and girls. In girls, defense mechanisms related to emotional regulation and interpersonal interaction predominate, which is associated with anxious-phobic and hypochondriacal reactions. In boys, strategies of emotion suppression dominate, associated with somatization and communication difficulties.
Keywords: psychological defense, neurotic disorders, neurosis, syndrome, symptom, adolescence.

Введение

Защитные механизмы психики, будучи бессознательными регуляторными процессами, обеспечивают редукцию тревоги и поддержание целостности «Я» в условиях внутреннего конфликта или внешнего стресса [1]. Однако при чрезмерной выраженности или ригидности они перестают выполнять

адаптивную функцию и могут выступать фактором уязвимости к развитию невротической симптоматики [7; 8; 12]. Невротические расстройства (рубрика F40–F48 МКБ–10) характеризуются психогенной обусловленностью и функциональной обратимостью [10]; их распространенность, по данным ВОЗ, достигает 350 млн. случаев в мире [4]. Юношеский возраст является сенситивным периодом, однако вопрос о том, какие защитные механизмы связаны с конкретными невротическими синдромами (а не только с общей тревожностью или депрессией), остается недостаточно изученным. Особого внимания требуют возможные различия в этих связях между юношами и девушками.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью дифференцированной диагностики невротических состояний и разработки психокоррекционных вмешательств. Понимание синдромально-специфических связей защит позволит повысить прогностическую ценность психодиагностики и оптимизировать терапевтические протоколы.

Цель исследования: изучить содержательные характеристики взаимосвязи психологических защит и синдромов невротических расстройств у юношей и девушек. Гипотезы исследования: 1) у девушек будут наблюдаться более высокие показатели по группе невротических защит (компенсация, реактивное образование, избегание, рационализация, всемогущий контроль), тогда как у юношей будут преобладать адаптивные механизмы (сублимация, альтруизм, юмор, предвосхищение). 2) предположительно, уровень выраженности невротических защит может отрицательно коррелировать с осознанием тревожных переживаний и положительно – с выраженностью ипохондрических и депрессивных синдромов.

Проблема психологических защит разрабатывалась как зарубежными, так и отечественными исследователями. О. Фенихель различал успешные (сублимация) и патогенные защитные механизмы (вытеснение, регрессия, проекция), подчеркивая, что неудача защиты ведет к невротической

симптоматике [11]. Дж. Вайллант предложил иерархическую модель зрелости защит, включающую психотический, инфантильный, невротический и адаптивный уровни [18]. Д. Калшед показал, что при психической травме защитные механизмы могут утрачивать адаптивную функцию и приобретать злокачественный характер [6]. В отечественной психологии Ф.В. Бассин обосновал правомерность использования понятия психологической защиты вне психоаналитической традиции [1]. Ф.Е. Василюк выделил две функции защитных механизмов: когнитивно-аффективную синхронизацию и поддержание автоматизма, чрезмерное выражение которого ведет к дезадаптации [2].

Невроз в классической психопатологии (К. Ясперс) понимается как реактивное психическое состояние, возникающее при длительной психотравме и регрессирующее после ее устранения [13]. О. Фенихель определял невроз как результат конфликта между инстинктивными побуждениями и защитными силами Эго [11]. Б.В. Зейгарник подчеркивала, что синдром есть не простая совокупность изолированных симптомов, а закономерно структурированное целое, объединенное общим патогенетическим механизмом [3].

Таким образом, невротическое расстройство представляет собой целостный синдромокомплекс, в котором психологические защиты и симптомы связаны общей детерминантой – особенностями внутриличностного конфликта.

Материалы и методы

Дизайн исследования. Исследование носило сравнительный корреляционный дизайн с двумя независимыми выборками (юноши, девушки). Проводилось в период август – декабрь 2025 года.

Методы сбора эмпирических данных: был задействован комплексный методологический подход к процессу сбора и анализа данных, учитывающий и в полной мере охватывающий специфику объекта исследования. Организовано анкетирование респондентов, сбор данных осуществлялся дистанционно с помощью онлайн-анкет (Яндекс.Форм). Респонденты заполняли анкету,

включавшую социально-демографические вопросы (пол, возраст) и две методики: Методика измерения психологической защиты (МИПЗ) (Е.Р. Пилюгина, Р.Ф. Сулейманов, 2020); Опросник невротических расстройств ОНР-Си (Дж. Александрович, адаптация Б.Д. Карвасарского, 1998).

Выборка. В исследовании приняли участие 74 человека: 38 юношей (m1) и 36 девушек (m2) в возрасте 18–25 лет. Выборка формировалась на базе АНО ВО «Московский международный университет», а также на базе Международной школы иностранных языков и интеграции «Языковед-И».

Статистические процедуры. Математическая обработка данных в рамках исследования была осуществлена с использованием U-критерий Манна – Уитни для сравнения независимых выборок и корреляционного анализа с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Оборудование. Компьютерная программа Jamovi 2.3 для статистического анализа; онлайн-платформа Яндекс Forms как средство сбора данных.

Результаты исследования

Результаты U-критерия Манна–Уитни показали статистически значимые различия между юношами и девушками по шести шкалам МИПЗ. У девушек по сравнению с юношами выше показатели по шкалам: диссоциация ($U = 431$; $p = 0{,}006$), регрессия ($U = 324$; $p < 0{,}001$), ипохондрия ($U = 336$; $p < 0{,}001$), компенсация ($U = 350$; $p < 0{,}001$), альтруизм ($U = 414$; $p = 0{,}003$), предвосхищение ($U = 428$; $p = 0{,}006$). По остальным 14 шкалам значимых различий не обнаружено ($p > 0{,}05$). Все показатели находятся в диапазоне средних значений (20–30 баллов). При анализе групп защит установлено, что у девушек значимо выше только показатель психотических защит ($U = 391$; $p = 0{,}001$). Инфантильные, невротические и адаптивные защиты значимо не различаются.

Анализ позволил установить средние баллы по отдельным шкалам защитных механизмов. Для диссоциации (m1 = 22), регрессии (m1 = 20,9), ипохондрических реакций (m1 = 24,9), компенсации (m1 = 22), альтруизм (m1 =

26,6) и предвосхищение (m1 = 30,2). Умеренная выраженность диссоциации и регрессии связана с эпизодическим дистанцированием от эмоционально насыщенных ситуаций, а также с периодическим возвращением к менее зрелым поведенческим реакциям в условиях повышенной нагрузки. Склонность к соматизации тревоги отражается в среднем уровне ипохондрии. Наличием компенсации обозначено стремление к выполнению субъективно воспринимаемых недостатков за счет успехов в других областях. Относительно высокий показатель предвосхищения указывает на хорошо развитое умение предвидеть проблемные ситуации как зрелый коппинг-механизм.

При дальнейшем анализе между шкалами методики измерения психологической защиты (МИПЗ) были выявлены достоверные различия между юношами и девушками. У девушек шкала предвосхищения достигает высокого уровня (m2 = 34,5), что может отражать более развитую способность к антиципации стрессовых событий и заблаговременной подготовке к ним, согласуясь с данными о большей эмоциональной чувствительности и прогностической ориентированности женщин. По остальным шкалам, где различия значимы, значения сохраняются в пределах среднего уровня. У девушек зафиксированы более высокие, чем у юношей, показатели диссоциации (m1 = 26,9; m2 = 22), регрессии (m1 = 28,5; m2 = 20,9), ипохондрии (m1 = 31,7; m2 = 24,9), компенсации (m1 = 28,5; m2 = 22,4), альтруизма (m1 = 31; m2 = 26,6). Преобладание диссоциации и регрессии у девушек интерпретируется как склонность к отстранению от эмоциональных нагрузок и обращение к более ранним моделям поведения для получения поддержки. Повышенная сосредоточенность на телесных ощущениях (ипохондрия) может быть обусловлена социокультурными нормами и повышенной сензитивностью. Более выраженная компенсация и альтруизм у девушек связаны с гендерными стереотипами, поощряющими заботу и самопожертвование.

Анализ групп защит показал, что показатели психотических (m1 = 26, m2 = 22,8), инфантильных (m1 = 25,3; m2 = 23,5), невротических (m1 = 23,7; m2 = 22,4) и адаптивных (m1 = 30,3; m2 = 28) защит находятся в пределах средних значений, что свидетельствует о достаточной адаптивности обеих групп. Большая выраженность адаптивных механизмов по сравнению с инфантильными, невротическими и психотическими говорит о зрелом и функциональном подходе к преодолению стресса. У девушек несколько выше показатели психотических защит, что может указывать на ситуативное использование примитивных форм (отрицание, диссоциация) без патологического характера. Выявленные половые различия отражают специфику социализации и адаптационных стратегий.

Общий показатель невротических расстройств низкий в обеих группах (юноши – 31%, девушки – 28%). Наиболее высокие значения – по шкалам «страх, фобии» (m1 = 22; m2 = 26), «беспокойство, напряжение» (m1 = 17; m2 = 19) и «соматические нарушения» (m1 = 23; m2 = 24). Значимые различия между группами выявлены только по шкале неврастенических расстройств (U = 447; p = 0,01): у девушек этот показатель выше (m1 = 15; m2 = 12). Остальные шкалы не различаются ($p > 0,05$).

Полученные данные свидетельствуют о том, что в исследуемой выборке преобладают субклинические проявления невротических расстройств, сосредоточенные преимущественно в сфере тревожно-фобических и соматических симптомов. Низкий общий показатель невротической симптоматики указывает на отсутствие клинически значимых нарушений у большинства респондентов, ситуативный характер выявленных симптомов и удовлетворительный уровень психологического благополучия.

Обе группы демонстрируют сбалансированный профиль, где примитивные и зрелые механизмы сосуществуют в пропорциях, обеспечивающих достаточную психологическую устойчивость. Выявленные закономерности подтверждают, что юноши и девушки используют сходные группы

психологических защит, но с разной интенсивностью, что отражает специфику половой социализации и стратегий адаптации к стрессу.

В группе юношей с помощью рангового коэффициента корреляции Спирмена проведен анализ связей между шкалами использованных методик. Самые тесные взаимосвязи зафиксированы для замещения: этот механизм положительно связан, во-первых, с сексуальными дисфункциями и нарушениями сна (оба значения $r = 0,59$ при $p < 0,001$), во-вторых, с общим уровнем невротизации ($r = 0,54$; $p < 0,001$). Подавленные аффекты (чаще гнев или тревога) находят выход через психофизиологические каналы, порождая соматические и сексуальные расстройства – так может интерпретироваться данная закономерность. Проекция у юношей коррелирует с беспокойством ($r = 0,54$; $p < 0,001$) и навязчивостями ($r = 0,51$; $p < 0,001$); это указывает на перенос собственных неприемлемых импульсов во внешний мир, который обостряет тревожные и обсессивные переживания. При изоляции аффекта выявлена связь с коммуникативными затруднениями ($r = 0,50$; $p = 0,001$), что отражает избегание эмоциональной близости и ведет к дезадаптации в общении. Реактивное образование, связанное с депрессией ($r = 0,52$; $p < 0,001$), позволяет предположить: демонстрируемое внешнее благополучие и подавление негативных чувств требуют значительных энергетических затрат, способствуя истощению ресурсов и латентной депрессивной симптоматике.

У девушек корреляционные связи выражены в значительно большей степени. Для проекции получены весьма тесные показатели: с аффективной симптоматикой (страхи, фобии, беспокойство) – $r = 0,71$ и $0,65$ ($p < 0,001$), а также с соматическими нарушениями ($r = 0,55$; $p < 0,001$). Данный механизм выступает ключевым патогенетическим звеном: девушки бессознательно приписывают окружающим враждебные намерения либо собственные страхи, что придает тревоге конкретные формы фобий и телесных проявлений. Пассивная агрессия обнаруживает положительные корреляции с ипохондрическими и неврастеническими расстройствами ($r = 0,54$; $p < 0,001$

для обоих случаев), что может указывать на опосредованное выражение гнева через жалобы на здоровье и перманентное утомление – как социально приемлемый способ получить поддержку и уклониться от конфликта. Всемогущий контроль связан со страхами ($r = 0,54$; $p < 0,001$) и соматизацией ($r = 0,46$; $p = 0,004$); парадоксальность этих связей, вероятно, объясняется тем, что попытка тотального контроля над пугающей ситуацией приводит к усилению тревоги и телесным признакам утраты контроля. Отрицание, напротив, демонстрирует обратные корреляции: с аффективными нарушениями (депрессия и беспокойство: $r = -0,51$ и $r = -0,47$ при $p < 0,001$ и $p = 0,004$ соответственно) и с неврастенией ($r = -0,54$; $p < 0,001$). Отрицание реализует защитную роль, понижая осознанность дистресса и создавая видимость психологического благополучия. В долгосрочной перспективе, однако, оно затрудняет обращение за профессиональной помощью и ведет к затяжному течению симптомов.

Обсуждение

Частичное подтверждение получила первая гипотеза, предполагавшая преобладание невротических защит у девушек и адаптивных – у юношей. Более высокие значения у девушек зафиксированы по компенсации (относится к невротическому уровню), а также по механизмам инфантильно-психотического спектра (регрессия и диссоциация). Значимого преобладания адаптивных защит (сублимация, юмор) у юношей выявлено не было. Полученные данные указывают на следующее: в стрессовых ситуациях девушки чаще обращаются к эмоционально-ориентированным стратегиям (включая регрессивные реакции и телесную фиксацию). Юноши же не проявляют явной предпочтительности в выборе какого-либо типа защит; данное обстоятельство, возможно, связано с социальными ограничениями, налагаемыми на демонстрацию уязвимости.

Вторая гипотеза (отрицательная корреляция невротических защит с осознанием тревоги и положительная – с ипохондрией/депрессией) подтвердилась в обеих группах, но с разными паттернами. У юношей

регрессия, замещение и избегание положительно связаны с соматическими, сексуальными и обсессивными симптомами, что указывает на соматизацию как основной способ переработки тревоги. У девушек проекция выступает центральным механизмом, ассоциированным с широким спектром синдромов – от фобий до истерических и соматоформных проявлений.

Полученные данные согласуются с результатами Е.Р. Пилюгиной [8], выявившей связь проекции с истерическими расстройствами, а также с исследованиями V. Bekes [14] и M. Di Giuseppe [15], показавшими, что незрелые и невротические защиты ассоциированы с усилением дистресса. Syed M. отметил, что развитие резильентности тесно связано с эффективным применением защит, снижая риск невротических расстройств [16].

Результаты показывают, что психологические защиты не являются статистически независимыми от невротических синдромов, а образуют с ними функциональные единства. У девушек ключевую роль играют проекция и всемогущий контроль, формируя тревожно-фобические и соматические реакции; у юношей – регрессия, изоляция и замещение, связанные с неврастенической, обсессивной и соматоформной симптоматикой.

Перспективным является продольное изучение трансформации защитных механизмов в процессе психотерапии, расширение выборки за еклинических групп с верифицированными неврозами (F40–F48), а также разработка стандартизированного алгоритма коррекции дезадаптивных защит с учетом пола. Дополнительно требуется исследование нейробиологических коррелятов защитных механизмов (связь с активностью миндалины и префронтальной коры).

Заключение

Проведенное исследование позволило установить, что психологические защиты и невротические синдромы у лиц юношеского возраста образуют взаимосвязанную структуру, причем характер связей различается у юношей и девушек. У девушек преобладают защитные механизмы, связанные с

эмоциональной регуляцией и межличностным взаимодействием (проекция, пассивная агрессия, всемогущий контроль), что сопряжено с тревожно-фобическими и ипохондрическими реакциями. У юношей доминируют стратегии подавления эмоций и изоляции аффекта (регрессия, замещение, избегание), ассоциированные с соматизацией, сексуальными дисфункциями и коммуникативными трудностями.

Ограничения. Самоотчетный характер методик может быть подвержен влиянию социальной желательности, особенно при оценке сексуальных расстройств. Отсутствие контрольной группы с клинически диагностированными неврозами не позволяет утверждать о каузальных связях.

Limitations. The self-report nature of the methods may be influenced by social desirability, especially when assessing sexual disorders. The absence of a control group with clinically diagnosed neuroses does not allow for conclusions about causal relationships.

Список источников

1. Бессознательное: природа, функции и методы исследования. Тбилиси, 1985. С. 89–99.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. Москва : МГУ, 1984. 202 с.
3. Зейгарник Б. В. Опосредствование саморегуляции в норме и патологии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1981. № 2. С. 9–15.
4. Информационный бюллетень ВОЗ № 369, апрель 2016. [Электронный ресурс]. URL: http://who.int/mediacentre/factsheets/ (дата обращения: 06.08.2025).
5. Калшед Д. Внутренний мир травмы / пер. с англ. Москва : Академический проект, 2001. 368 с.
6. Кидаева В. И. Связь защитных механизмов психики и внутренней картины болезни у пациентов с невротическими расстройствами // Вестник науки и творчества. 2019. № 8(44). С. 26–29.
7. Косых Г. В. Феномен невротического расстройства: развитие и направления лечения // Вестник Воронежского института экономики и социального управления. 2024. № 2. С. 115–122.
8. Пилюгина Е. Р. Двухмерная классификация механизмов психологической защиты // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2020. № 2. С. 270–280.
9. Телия К. К. Психогенные психические расстройства (невротические, связанные со стрессом). [Электронный ресурс]. URL: https://www.s-psy.ru/obucenie/kurs-psihiatrii/5-kurs-lecebnyj-fakultet/elektronnyj-ucebnik-po-psihiatrii/psihogennye-rasstrojstva (дата обращения: 17.10.2025).
10. Точилов В. А. МКБ-10 в России: конец классической психиатрии? // Социальная и клиническая психиатрия. 2010. № 4. С. 64–68

11. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов / пер. с англ. Москва : Академический проект, 2004. 848 с.
12. Шилова О. В. От метаанализа к персонификации: терапия невротических, связанных со стрессом, и соматоформных расстройств // Медицинский вестник. 2023. [Электронный ресурс]. URL: https://medvestnik.by/opinion/ot-metaanaliza-k-personifikatsii-terapiya-nevroticheskikh-svyazannykh-so-stressom-i-somatoformnykh-rasstrojstv (дата обращения: 18.10.2025).
13. Ясперс К. Общая психопатология / пер. с нем. Л. О. Акопяна. Москва : Колибри; Азбука-Аттикус, 2020. 1056 с.
14. Békés V., Krystal J. H., Westen D. Defense mechanisms and mental health symptomatology: adaptive processes in clinical treatment // Psychopathology. 2023. Vol. 56. No. 3. P. 210–222.
15. Di Giuseppe M., Perry J. C., Narciso I., et al. Defense mechanisms in individuals with depressive and anxiety disorders: a network analysis study // Frontiers in psychology. 2024. Vol. 15.
16. Syed M., Khalid S., Saeed N., Rizvi S. The role of defense mechanisms in psychological resilience and wellbeing // Journal of mental health. 2025. Vol. 34. No 2. P. 135–146.
17. Vaillant G. E. Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms // Archives of general psychiatry. 1971. Vol. 24. P. 107–118.

References

1. *Bessoznatel'noe: priroda, funkcii i metody issledovaniya* [On some modern trends in the development of the theory of the unconscious: installation and significance].Tbilisi, 1985. pp. 89–99. (In Russ.).
2. Vasilyuk F.E. *Psihologiya perezhivaniya: analiz preodoleniya kriticheskih situacij* [Psychology of Experience: Analysis of Overcoming Critical Situations.]. Moscow: MGU, 1984, 202 p. (In Russ.).
3. Zejgarnik B.V. Oposredstvovanie samoregulyacii v norme i patologii [Mediation of Self-Regulation in Norm and Pathology.]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psihologiya* [Bulletin of Moscow University. Series 14 Psychology]. 1981, no 2, pp. 9–15. (In Russ.).
4. *Informacionnyj byulleten' VOZ No 369, aprel' 2016* [WHO Information Bulletin No 369, April 2016]. URL: http://who.int/mediacentre/factsheets/ (accessed: 06.08.2025). (In Russ.).
5. Kalshed D. *Vnutrennij mir travmy* [The Inner World of Trauma]. Moscow: Akademicheskij proekt, 2001. 368 p. (In Russ.).
6. Kidaeva V.I. Svyaz zashchitnykh mekhanizmov psikhiki i vnutrennykh kartina bolezni u patients' s s neuroticheskikh rasstroistvami [Connection between protective mechanisms of the psyche and internal picture of the disease in patients with neurotic disorders]. *Vestnik nauki i tvorchestva* [Bulletin of Science and Creativity]. 2019, no 8(44), pp. 26–29. (In Russ.).
7. Kosykh G.V. Fenomen neuroticheskogo rasstroistva: razvitie i napravleniya lecheniya [The phenomenon of neurotic disorder: development and treatment directions]. *Vestnik Voronezhskogo instituta ekonomiki i social'nogo upravleniya* [Bulletin of the Voronezh Institute of Economics and Social Management]. 2024, no 2, pp. 115–122. (In Russ.).
8. Pilyugina E.R. Dvumernaya klassifikatsiya mekhanizm psikhologicheskoi zashchity [Two-dimensional classification of psychological protection mechanisms]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psihologiya. Sociologiya.* [Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology]. 2020, no 2, pp. 270–280. (In Russ.).
9. Teliya K.K. Psikhogennye psikhicheskie rasstroistva (nevroticheskie, svyazannye s stressom) [Psychogenic mental disorders (neurotic, related to stress)]. URL: https://www.s-psy.ru/obucenie/kurs-psihiatrii/5-kurs-lecebnyj-fakultet/elektronnyj-ucebnik-po-psihiatrii/psihogennye-rasstrojstva (accessed: 17.10.2025). (In Russ.).

10. Tochilov V.A. MKB-10 v Rossii: konec klassicheskoj psihiatrii? [ICD-10 in Russia: The End of Classical Psychiatry?]. *Social'naya i klinicheskaya psihiatriya* [Social and clinicalpsychiatry]. 2010, no 4, pp. 64–68. (In Russ.).
11. Fenikhel O. *Psikhoanaliticheskaya teoriya nevroza* [Psychoanalytic theory of neuroses]. Moscow: Akademicheskij proekt, 2004, 848 p. (In Russ.).
12. Shilova O.V. Ot metaanaliza k personifikacii: terapiya nevroticheskih, svyazannyh so stressom, i somatoformnyh rasstrojstv. [From metaanalysis to personification: therapy of neurotic, stress-related and somatoform disorders]. (In Russ.). URL: https://medvestnik.by/opinion/ot-metaanaliza-k-personifikatsii-terapiya-nevroticheskikh-svyazannykh-so-stressom-i-somatoformnykh-rasstrojstv(accessed: 18.10.2025).
13. Jaspers K. *Obshchaya psihopatologiya* [General Psychopathology]. Moscow: Kolibri; Azbuka-Atticus, 2020. 1056 p. (In Russ.).
14. Békés V., Krystal J.H., Westen D. Defense mechanisms and mental health symptomatology: adaptive processes in clinical treatment. *Psychopathology*. 2023, vol. 56, no. 3, pp. 210–222.
15. Di Giuseppe M., Perry J.C., Narciso I., et al. Defense mechanisms in individuals with depressive and anxiety disorders: a network analysis study. *Frontiers in Psychology*. 2024, vol. 15.
16. Syed M., Khalid S., Saeed N., Rizvi S. The role of defense mechanisms in psychological resilience and wellbeing. *Journal of Mental Health*. 2025, vol. 34, no 2, pp. 135–146.
17. Vaillant G.E. Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms. *Archives of General Psychiatry*. 1971, vol. 24, pp. 107–118.

УДК 159.99

САМОРЕГУЛЯЦИЯ В СИСТЕМЕ РЕСУРСОВ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Чижова Екатерина Александровна
Преподаватель, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный университет», г. Барнаул, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9289-5272, e-mail: Chizhova001@bk.ru

Стоянова Ирина Яковлевна
Доктор психологических наук, профессор, «Национальный исследовательский Томский государственный университет», ведущий научный сотрудник отделения аффективных состояний, Научно-исследовательский институт психического здоровья Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Томский национальный исследовательский медицинский центр Российской академии наук», г. Томск, Россия,
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2483-9604, e-mail: Ithka1948@mail.ru

Аннотация
Введение: статья посвящена изучению саморегуляции как ключевого компонента жизнеспособности профессиональных спортсменов и ее роли в адаптации к интенсивным нагрузкам и хроническому стрессу в условиях соревновательной деятельности. Жизнеспособность в настоящей работе представлена как интегративная характеристика адаптационного потенциала личности, объединяющая психофизиологические, когнитивные и личностные ресурсы, необходимые для сохранения эффективности и здоровья в экстремальных условиях спортивной деятельности. Саморегуляция, в свою очередь, выступает центральным осознанным механизмом, обеспечивающим мобилизацию, распределение и восстановление этих ресурсов, а также целенаправленное управление функциональными состояниями, эмоциональными реакциями и поведением спортсмена в ответ на меняющиеся требования среды. Целью данного исследования является изучение саморегуляции в системе ресурсов жизнеспособности профессиональных спортсменов с учетом половых различий. **Материалы и методы:** настоящее исследование проводилось среди профессиональных спортсменов мужского и женского пола, общее количество респондентов составило 105 человек (мужчины n = 64; женщины n = 41). Исследование проводилось с применением следующих методик: «Жизнеспособность личности» А.А. Нестеровой, «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой. В работе использованы методы математико-статистической обработки данных: U-критерий Манна – Уитни, корреляционный анализ Спирмена. Статистическая обработка данных проводилась с использованием статистического пакета «SPSS Statistics 27.0». **Результаты:** выявлены гендерные различия: у женщин выше эмоциональный контроль, у мужчин – самостоятельность и оценка результатов. Обнаружены значимые положительные связи между показателями саморегуляции и компонентами жизнеспособности. **Выводы:** подтверждена гендерная специфика саморегуляции и жизнеспособности. Саморегуляция выступает важным ресурсом, повышающим жизнеспособность и адаптационные возможности спортсменов.

Ключевые слова: жизнеспособность, саморегуляция, стресс, профессиональные спортсмены, адаптация, личностные ресурсы.

SELF-REGULATION IN THE SYSTEM OF PROFESSIONAL ATHLETES' RESILIENCE RESOURCES

Chizhova Ekaterina Aleksandrovna
Lecturer, Altai State University, Barnaul, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9289-5272, e-mail: Chizhova001@bk.ru

Stoyanova Irina Yakovlevna
Doctor of Psychological Sciences, Professor, National Research Tomsk State University, leading researcher of the Department of Affective States, Research Institute of Mental Health, Tomsk National Research Medical Center of the Russian Academy of Sciences, Legal address of the organization, Tomsk, Russia,
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2483-9604, e-mail: Ithka1948@mail.ru

Abstract
Introduction: this article is devoted to the study of self-regulation as a key component of the viability of professional athletes and its role in adaptation to intense loads and chronic stress in competitive environments. Viability is presented in this work as an integrative characteristic of an individual's adaptive potential, combining psychophysiological, cognitive, and personal resources necessary for maintaining effectiveness and health in the extreme conditions of sports activity. Self-regulation, in turn, acts as the central conscious mechanism ensuring the mobilization, distribution, and restoration of these resources, as well as the purposeful management of functional states, emotional reactions, and the athlete's behavior in response to changing environmental demands. The aim of this study is to examine self-regulation in the system of vitality resources of professional athletes, taking into account gender differences. **Materials and methods:** this study was conducted among professional male and female athletes, the total number of respondents was 105 people (men n = 64; women n = 41). The study was conducted using the following methods: "Personal Vitality" by A. A. Nesterova, "Style of Self-Regulation of Behavior" by V. I. Morosanova. The work used the methods of mathematical and statistical data processing: Mann Whitney U-test, Spearman correlation analysis. Statistical data processing was carried out using the statistical package "SPSS Statistics 27.0". **Results:** gender differences were identified: women demonstrated higher emotional control, while men demonstrated higher independence and performance evaluation. Significant positive correlations were found between self-regulation indicators and resilience components. **Conclusions:** gender-specific differences in self-regulation and resilience were confirmed. Self-regulation is an important resource that enhances the resilience and adaptability of athletes.
Keywords: resilience, self-regulation, stress, professional athletes, adaptation, personal resources.

Введение

В современных условиях профессионального спорта особую значимость приобретает изучение механизмов, позволяющих спортсменам эффективно адаптироваться к экстремальным требованиям спортивной деятельности и

сохранять высокую работоспособность на протяжении длительного времени [2; 4; 5]. Одним из ключевых факторов, определяющих устойчивость спортсмена к стрессовым воздействиям и его способность к достижению высоких результатов, выступает саморегуляция – сложный многоуровневый процесс управления собственным психическим состоянием (Д.М. Журавлев).

Саморегуляция является достаточно изученной областью психологической науки. Данный феномен рассматривался и рассматривается по сей день с точки зрения различных подходов и научных школ. Саморегуляция в бихевиоральном, полидетерминирующем, системном подходах представлена в работах Л.П. Басова, Л.Г. Дикой, В.А. Иванникова, Т. Куля, Т.И. Шульги. Помимо этого, изучением саморегуляции в межсистемном подходе занимались Ю.Я. Голикова, И.В. Завалишина, А.Н. Костина, в системно-деятельностном подходе – А.В. Брушлинский, в функциональном подходе – А.О. Прохоров, а в структурно-функциональном подходе – А.В. Зобков, А.В. Карпов, А.О. Конопкин и В.И. Моросанова. Саморегуляция также изучалась в рамках субъектно-деятельностного подхода такими учеными, как С.Л. Рубинштейн, Б.Ф. Ломов, К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, В.А. Иванников, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, Г.С. Прыгин и др. [1; 3; 6; 7].

В области профессиональной психологии исследованием саморегуляции занимались В.А. Бодров, Л.Г. Дикая, В.П. Зинченко, В.И. Лебедев, А.Б. Леонова, А.К. Осницкий, В.Д. Шадриков, Г.С. Никифоров, Ю.Я. Голиков, А.Н. Костин, А.А. Обознов и др.

В данной работе, описывая феномен саморегуляции, мы опираемся на концепцию В.И. Моросановой, где под саморегуляцией понимается целостный процесс организации человеком деятельности и поведения для достижения целей в условиях неопределенности и внешних помех. В данной концепции саморегуляция не сводится к отдельным волевым усилиям, а проявляется как устойчивая система взаимосвязанных регуляторных процессов, опосредуемая индивидуальными профилями стилевых характеристик. В свою очередь, эти

стилевые особенности определяют, насколько эффективно человек адаптируется к задачам разной сложности, сохраняя продуктивность даже в стрессовых ситуациях.

Таким образом, саморегуляция рассматривается как интегративное психологическое образование, обеспечивающее целенаправленность, устойчивость и адаптивность поведения за счет слаженной работы регуляторных механизмов [8; 10].

Помимо саморегуляции, не менее важным является изучение жизнеспособности профессиональных спортсменов. Данный феномен напрямую связан с их способностью преодолевать трудности, адаптироваться к экстремальным условиям, сохранять мотивацию и достигать высоких результатов. Изучением жизнеспособности занимались такие авторы, как Э.В. Зеер, Е.В. Куфтяк, А.В. Махнач, А.А. Нестерова, Е.А. Рыльская и др. [9; 11; 12; 16].

В нашей работе мы будем опираться на концепцию А.А. Нестеровой, где жизнеспособность определяется как устойчивая диспозиция личности и включает способность к активности и инициативе, самомотивации и достижениям, эмоциональному контролю и саморегуляции, позитивным когнитивным установкам и гибкости мышления, самоуважению, социальной компетентности, адаптивным защитно-совладающим стратегиям поведения, способности организовывать время и планировать будущее. Для профессиональных спортсменов это означает умение сохранять фокус на цели даже при неудачах, регулировать эмоции в стрессовых ситуациях и эффективно использовать свой опыт.

Саморегуляция, в контексте жизнеспособности профессиональных спортсменов, занимает центральное место в системе ресурсных механизмов, обеспечивающих не только успешное преодоление текущих трудностей, но и долгосрочную профессиональную устойчивость, предотвращение выгорания и сохранение здоровья (Е.В. Рыльская, 2023). Иначе говоря, саморегуляция в этой системе выполняет связующую функцию, обеспечивая осознанное

использование имеющихся ресурсов, гибкую адаптацию к меняющимся условиям и целенаправленное восстановление после интенсивных нагрузок [14].

При этом принципиально важно учитывать половую принадлежность спортсменов при изучении саморегуляции и жизнеспособности. Мужчины и женщины, будучи вовлеченными в профессиональный спорт, могут по-разному переживать стрессовые ситуации, использовать разные стратегии совладания с нагрузками и применять разные способы восстановления ресурсов (М.А. Сорокун, 2023). Игнорирование этих различий ведет к созданию унифицированных программ поддержки, которые не учитывают индивидуальных потребностей профессиональных спортсменов [13].

Таким образом, актуальность данного исследования обусловлена необходимостью научно обоснованного подхода к формированию устойчивых механизмов адаптации, что имеет прямое практическое значение для повышения эффективности тренировочного процесса, профилактики профессионального выгорания и продления спортивной карьеры. Понимание структуры и динамики саморегуляции как ресурсного компонента жизнеспособности, в том числе с учетом половых различий, открывает возможности для разработки специализированных психокоррекционных программ, направленных на развитие навыков осознанного управления психоэмоциональным состоянием, повышение стрессоустойчивости и формирование стратегий преодоления кризисных ситуаций в профессиональном спорте [15; 17; 18; 19; 20].

Цель исследования: изучить саморегуляцию в системе ресурсов жизнеспособности профессиональных спортсменов. На основании вышеизложенного нами выдвинуты гипотезы: вероятно, жизнеспособность у профессиональных спортсменов определяется гендерной спецификой; вероятно, саморегуляция у профессиональных спортсменов определяется гендерной спецификой; вероятно, существует взаимосвязь между саморегуляцией и жизнеспособностью у профессиональных спортсменов.

Материалы и методы

Данное исследование посвящено изучению саморегуляции в системе ресурсов жизнеспособности профессиональных спортсменов с учетом половых различий.

Эмпирическое исследование проводилось в индивидуальной форме с помощью Яндекс-форм, являлось анонимным и добровольным. Результаты проанализированы в обобщенной форме. В исследовании приняли участие 105 респондентов, профессионально занимающихся спортом и имеющих спортивные разряды (мужчины n = 64; женщины n = 41).

Исследование проводилось с использованием следующих методик:

1. Опросник «Жизнеспособность личности» А.А. Нестеровой, предназначенный для оценки уровня жизнеспособности личности, ее ресурсов, устойчивости к стрессу и способности к саморегуляции и адаптации.

2. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССП) В.И. Моросановой, предназначенный для изучения индивидуальных особенностей саморегуляции личности [4; 5]

Исследование также включало привлечение онлайн-ресурсов. В работе использованы методы математико-статистической обработки данных: U критерий Манна – Уитни для сравнительного анализа значений, а также корреляционный анализ Спирмена для выявления значимых взаимосвязей. Обработка данных проводилась с использованием статистического пакета «SPSS Statistics 27.0».

Результаты

На первом этапе исследования с помощью U критерия Манна – Уитни получены достоверные различия в двух группах испытуемых по показателю «Эмоциональный контроль и саморегуляция» (Z = -2,639; p = 0,008) (рис. 1).

Рис. 1. Результаты опроса профессиональных спортсменов (по опроснику «Жизнеспособность личности» А.А. Нестеровой), разделенных по половому признаку

Полученные данные свидетельствуют о том, что мужчины обладают более выраженной способностью к осознанному управлению своими эмоциональными состояниями и регуляции поведения в стрессовых условиях, что может рассматриваться как важный компонент жизнеспособности личности.

На втором этапе исследования проведен сравнительный анализ показателей саморегуляции у профессиональных спортсменов мужского и женского пола. С помощью U критерия Манна – Уитни получены достоверные различия в двух группах испытуемых по показателям: «Оценка результатов» (Z = -2,952; p = 0,003), «Самостоятельность» (Z = -2,989; p = 0,003) (рис. 2).

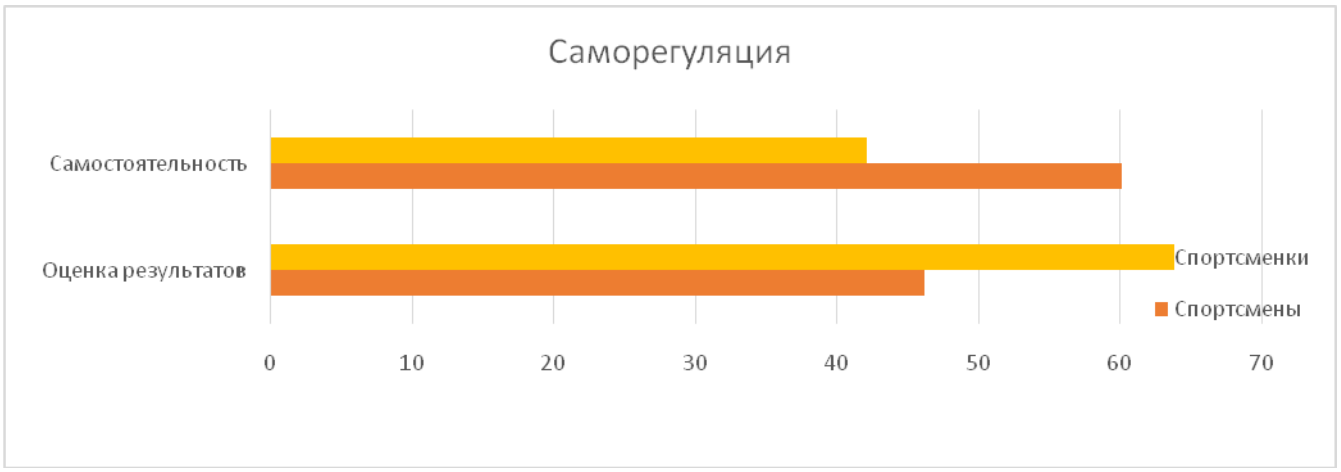

Рис. 2. Сравнительный анализ результатов опроса профессиональных спортсменов (по опроснику «Саморегуляция» В.И. Моросановой), разделенных по половому признаку

Данные результаты свидетельствуют о том, что мужчины демонстрируют более высокий уровень самостоятельности, что проявляется в их способности автономно выстраивать стратегии регуляции деятельности и принимать решения без опоры на внешние ориентиры. Женщины, в свою очередь, превосходят мужчин по показателю оценки результатов, что отражает их большую склонность к анализу достигнутых результатов, рефлексии собственных действий и своевременной коррекции поведения при рассогласовании с поставленными целями.

Результаты корреляционного анализа Спирмена на третьем этапе исследования показали, что существует положительная взаимосвязь показателя саморегуляции «Планирование» с показателями жизнеспособности, такими как: «Самомотивация» ($r = 0,279$; $p = 0,004$), «Активность и инициативность» ($r = 0,330$; $p = 0,001$), «Самоуважение» ($r = 0,429$; $p = 0,000$), «Социальная компетентность и социальная поддержка» ($r = 0,354$; $p = 0,000$), «Адаптивные стили поведения» ($r = 0,452$; $p = 0,000$), «Самоорганизация и планирование будущего» ($r = 0,461$; $p = 0,000$), «Жизнеспособность личности» ($r = 0,397$; $p = 0,000$).

Способность к планированию выступает важным регуляторным ресурсом, который способствует укреплению различных аспектов жизнеспособности у профессиональных спортсменов.

Положительная взаимосвязь также выявлена по показателям саморегуляции «Самостоятельность» с показателями жизнеспособности «Самоуважение» ($r = 0,227$; $p = 0,020$) и «Социальная компетентность и социальная поддержка» ($r = 0,218$; $p = 0,025$); «Общий уровень саморегуляции» с «Самоуважением» ($r = 0,213$; $p = 0,029$).

Полученные результаты указывают на то, что развитие регуляторных способностей (самостоятельности и общего уровня саморегуляции) сопряжено с позитивной самооценкой личности, а самостоятельность также влияет на

эффективность социального взаимодействия и получения поддержки от окружающих.

По результатам корреляционного анализа Спирмена выявлены также отрицательные взаимосвязи показателя жизнеспособность «Самоорганизация и планирование будущего» с показателями саморегуляции «Моделирование» ($r = -0,236$; $p = 0,015$), «Гибкость» ($r = -0,209$; $p = 0,032$).

Полученные отрицательные взаимосвязи указывают на то, что спортсмены с высокими показателями самоорганизации и планирования будущего склонны реже использовать моделирование, то есть менее детально прогнозируют развитие ситуаций и учитывают значимые условия деятельности. Также они демонстрируют меньшую гибкость в регуляции своего поведения. Иными словами, выраженная ориентация на долгосрочное планирование и структурирование собственной деятельности может сочетаться с некоторой ригидностью и недостаточной способностью перестраивать регуляторные стратегии при изменении внешних условий.

Обсуждение результатов

Выявленные гендерные различия согласуются с исследованиями М.А. Сорокуна (2023) и В.И. Моросановой (2021), показывающими, что мужчины в стрессовых условиях профессионального спорта чаще опираются на автономные стратегии регуляции и эмоциональный контроль, тогда как женщины более склонны к рефлексии и анализу достигнутых результатов. Это подтверждает предположение о том, что гендерная социализация и различия в когнитивных стилях накладывают отпечаток на регуляторные профили спортсменов.

Полученные положительные связи между планированием и большинством компонентов жизнеспособности созвучны с выводами Д.А. Леонтьева (2019) и А.В. Махнача (2022) о том, что способность к целеполаганию и временной организации деятельности выступает универсальным предиктором психологической устойчивости. При этом новизна

нашего исследования заключается в том, что на выборке профессиональных спортсменов показана особая роль планирования как системообразующего регуляторного ресурса.

Отрицательные корреляции между самоорганизацией и планированием будущего, с одной стороны, и моделированием и гибкостью – с другой, на первый взгляд кажутся парадоксальными. Однако они находят объяснение в логике компенсаторных стратегий: спортсмены с жесткой ориентацией на долгосрочные цели могут сознательно снижать детализацию прогнозирования текущих ситуаций и гибкость перестройки действий, чтобы избежать «паралича анализа». Подобный феномен ранее описывался А.К. Осницким как «сужение оперативного диапазона регуляции» при сверхвыраженной ориентации на конечную цель.

В целом результаты подтверждают, что саморегуляция выступает не просто одним из компонентов жизнеспособности, а ее механизмом, обеспечивающим осознанную мобилизацию, распределение и восстановление ресурсов. Это открывает перспективу для разработки дифференцированных психокоррекционных программ: для мужчин-спортсменов – с акцентом на развитие рефлексии и оценки результатов, для женщин – на поддержку автономности и самостоятельности в регуляции.

Заключение

Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы: гипотеза о гендерной специфике жизнеспособности подтверждается выявленными различиями в механизмах эмоциональной регуляции и самоконтроля между спортсменами разного пола, что обусловлено как биологическими, так и социально-психологическими факторами; гипотеза о гендерной специфике саморегуляции находит подтверждение в различиях по параметрам оценки результатов и самостоятельности, отражающих особенности психологической адаптации мужчин и женщин к требованиям спортивной деятельности; гипотеза о взаимосвязи между личностными

компонентами жизнеспособности и саморегуляцией подтверждается комплексом положительных корреляций, указывающих на то, что развитая система саморегуляции является важным ресурсом повышения жизнеспособности спортсменов.

Таким образом, проведенное исследование позволило углубить представления о саморегуляции как ключевом компоненте жизнеспособности профессиональных спортсменов. Полученные результаты подтвердили, что саморегуляция выступает системообразующим механизмом, обеспечивающим эффективное использование личностных ресурсов, адаптацию к высоким нагрузкам и устойчивость к стрессовым воздействиям в условиях спортивной деятельности.

Список литературы

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. Москва : Мысль, 1991. 299 с.
2. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва : ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
3. Дикая В. В. Саморегуляция в системе ресурсов жизнеспособности профессиональных спортсменов // Вестник спортивной науки. 2023. № 2. С. 45–52.
4. Журавлев Д. М. Адаптационные механизмы в спорте высших достижений. Москва : Спорт, 2022. 189 с.
5. Ильин Е. П. Психология спорта. Санкт-Петербург : Питер, 2023. 320 с.
6. Карпов А. В. Психология саморегуляции функциональных состояний. Москва : Институт психологии РАН, 2004. 288 с.
7. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. Москва : Наука, 1980. 256 с.
8. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2019. 511 с.
9. Махнач А. В. Жизнеспособность человека: индивидуальные и групповые различия // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 6. С. 56–64.
10. Моросанова В. И. Стиль саморегуляции поведения: методическое пособие. Москва : ИПАН, 2021. 67 с.
11. Нестерова А. А. Диагностика жизнеспособности личности: методическое руководство. Санкт-Петербург : Речь, 2022. 98 с.
12. Рыльская Е. В. Психологические ресурсы профессиональной жизнеспособности // Психология и психотехника. 2023. № 3. С. 23–31.
13. Сорокун М. А. Гендерные особенности саморегуляции в спорте // Теория и практика физической культуры. 2023. № 5. С. 15–19.
14. Bandura A. Self-efficacy: the exercise of control. New York : Freeman, 1997. 604 p.
15. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York : Plenum, 1985. 371 p.
16. Fletcher D., Sarkar M. Psychological resilience: a review and critique of definitions, concepts, and theory // European psychologist. 2013. Vol. 18. No. 1. P. 12–23. https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124

17. Galli N., Vealey R. S. "Bouncing back" from adversity: athletes' experiences of resilience // The sport psychologist. 2008. Vol. 22. No. 3. P. 316–335. https://doi.org/10.1123/tsp.22.3.316
18. Gross J. J. Emotion regulation: conceptual and empirical foundations // Handbook of emotion regulation. New York : Guilford press, 2014. P. 3–20.
19. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer, 1984. 445 p.
20. Sarkar M., Fletcher D. Ordinary magic, extraordinary performance: Psychological resilience and thriving in high achievers // Sport, exercise, and performance psychology. 2014. Vol. 3. No. 1. P. 46–60. https://doi.org/10.1037/spy0000003

References

1. Abul'khanova-Slavskaya K.A. *Strategiya zhizni* [Life strategy]. Moscow : Mysl', 1991, 299 p. (In Russ.).
2. Bodrov V.A. *Psikhologicheskiy stress: razvitie i preodolenie* [Psychological stress: development and coping]. Moscow : PER SE, 2006, 528 p. (In Russ.).
3. Dikaya V.V. Samoregulyatsiya v sisteme resursov zhiznesposobnosti professional'nykh sportsmenov [Self-regulation in the system of resilience resources of professional athletes]. *Vestnik sportivnoy nauki* [Bulletin of sports science]. 2023, no. 2, pp. 45–52. (In Russ.).
4. Zhuravlev D.M. *Adaptatsionnye mekhanizmy v sporte vysshikh dostizheniy* [Adaptation mechanisms in elite sport]. Moscow : Sport, 2022, 189 p. (In Russ.).
5. Il'in E.P. *Psikhologiya sporta* [Sport psychology]. Saint Petersburg : Piter, 2023, 320 p. (In Russ.).
6. Karpov A.V. *Psikhologiya samoregulyatsii funktsional'nykh sostoyaniy* [Psychology of self-regulation of functional states]. Moscow : Institute of psychology RAS, 2004, 288 p. (In Russ.).
7. Konopkin O.A. *Psikhologicheskie mekhanizmy regulyatsii deyatel'nosti* [Psychological mechanisms of activity regulation]. Moscow : Nauka, 1980, 256 p. (In Russ.).
8. Leont'ev D.A. *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoy real'nosti* [Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of meaning reality]. Moscow : Smysl, 2019, 511 p. (In Russ.).
9. Makhnach A.V. Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nye i gruppovye razlichiya [Human resilience: individual and group differences]. Psikhologicheskiy zhurnal [Psychological journal]. 2022, vol. 43, no. 6, pp. 56–64. (In Russ.).
10. Morosanova V.I. *Stil' samoregulyatsii povedeniya* [Style of behavioral self-regulation]. Moscow : IPAN, 2021, 67 p. (In Russ.).
11. Nesterova A.A. Diagnostika zhiznesposobnosti *lichnosti* [Diagnostics of personality resilience]. Saint Petersburg : Rech', 2022, 98 p. (In Russ.).
12. Ryl'skaya E.V. Psikhologicheskie resursy professional'noy zhiznesposobnosti [Psychological resources of professional resilience]. Psikhologiya i psikhotekhnika [Psychology and psychotechnics]. 2023, no. 3, pp. 23–31. (In Russ.).
13. Sorokun M.A. Gendernye osobennosti samoregulyatsii v sporte [Gender features of self-regulation in sport]. Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury [Theory and practice of physical education]. 2023, no. 5, pp. 15–19. (In Russ.).
14. Bandura A. *Self-efficacy: the exercise of control*. New York : Freeman, 1997. 604 p.
15. Deci E.L., Ryan R.M. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York : Plenum, 1985. 371 p.
16. Fletcher D., Sarkar M. Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*. 2013, vol. 18, no. 1, pp. 12–23. https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124
17. Galli N., Vealey R.S. "Bouncing back" from adversity: athletes' experiences of resilience. *The sport psychologist*. 2008, vol. 22, no. 3, pp. 316–335. https://doi.org/10.1123/tsp.22.3.316
18. Gross J.J. Emotion regulation: conceptual and empirical foundations. *Handbook of emotion regulation*. New York : Guilford press, 2014, pp. 3–20.

19. Lazarus R.S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer, 1984. 445 p.
20. Sarkar M., Fletcher D. Ordinary magic, extraordinary performance: psychological resilience and thriving in high achievers. *Sport, exercise, and performance psychology*. 2014, vol. 3, no. 1, pp. 46–60. https://doi.org/10.1037/spy0000003