

Когнитивные ресурсы психоэмоциональной устойчивости личности в затрудненных условиях жизнедеятельности

Бэла А. Ясько^{1,2} , Наталия В. Омельченко^{1*} , Екатерина С. Бабичкова³ 

¹ Кубанский государственный университет, Краснодар, Российская Федерация

² Кубанский государственный медицинский университет, Краснодар, Российская Федерация

³ Публичное акционерное общество «Аэрофлот – Российские авиалинии», Москва, Российская Федерация

*Почта ответственного автора: psinv@mail.ru

Аннотация

Введение. В статье исследуются когнитивные ресурсы психоэмоционального «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности периода пандемии Ковид–19 (ЗУЖ). ЗУЖ определены как отраженные в образе мира человека вызовы глобального экзистенциального кризиса, в котором непредсказуемо продолжительно личность переживает ограничения субъектной активности, самореализации в основных аспектах бытия: личностном, средовом и социально-психологическом. Когнитивные ресурсы в контексте ЗУЖ рассмотрены как совокупность определенных аспектов когнитивной сферы, мобилизация которых обуславливает формирование в сознании субъекта программ и стратегий, направленных на обеспечение личностной адаптации в затрудненных условиях жизнедеятельности. Цель исследования: с применением метода сравнительного анализа выделить когнитивные ресурсы психоэмоционального «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности. **Методы.** В исследовании приняли участие 112 респондентов – пилоты гражданской авиации и медицинские работники. Мы применяли опросник «Тревожность и депрессия» (Спилбергер), тест оценки мотивационной направленности личности (Kuhl), опросник «Оценка рефлексивности личности» (Карпов, Пономарева), методику «Многомерно-функциональная диагностика ответственности» (Прядеин).

Результаты. По критерию устойчивости психических состояний выделены две группы испытуемых: равновесные (85 чел.; n_1) и неравновесные (27 чел.; n_2). Установлен инвариантный компонент когнитивных ресурсов: рефлексия деятельности. Определены специфические ресурсы. В группе n_1 – пять факторов (77,34%): рефлексии деятельности (33,26%); когнитивной ответственности (13,34%); метакогнитивного контроля деятельности неуспеха (12,68%); ответственного метакогнитивного контроля деятельности планирования (9,72%); метакогнитивного контроля неуспеха ретроспективной и перспективной деятельности (8,33%). Недостаточность когнитивного ресурсного обеспечения в группе n_2 обуславливается тремя факторами (70,30%): контроля деятельности неуспеха и эгоцентрированной ответственности (32,33%); когнитивной осведомленности (23,15%); метакогнитивного контроля планирования деятельности и ее успеха с опорой на рефлексию ретроспективы деятельности и общения (14,82%). Выделены также специфические когнитивные ресурсы для пилотов гражданской авиации и медицинских работников. **Обсуждение результатов.** Исследование позволило определить факторы когнитивного ресурсного обеспечения устойчивых и неравновесных психоэмоциональных состояний, что вносит вклад в верификацию концепций смысловой регуляции психических состояний, метакогнитивного, ресурсного, субъектно-ресурсного подходов в современной.

Ключевые слова

затрудненные условия жизнедеятельности, психические состояния, рефлексия деятельности, метакогнитивный контроль, ответственность, когнитивные ресурсы

Финансирование

Исследование выполнено при финансовой поддержке Кубанского научного фонда в рамках научно-инновационного проекта № НИП-20.1/22.36.

Для цитирования

Ясько, Б. А., Омельченко, Н. В., Бабичкова, Е. С. (2024). Когнитивные ресурсы психоэмоциональной устойчивости личности в затрудненных условиях жизнедеятельности. Российский психологический журнал, 21(1), 225–253. <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.1.12>

Введение

Исследование, начатое нами в разгар пандемии новой коронавирусной инфекции Ковид-19, обозначило свою актуальность и в текущий период. Жизнедеятельность

человека все более ощутимо реализуется в кризисных условиях биогенных, техногенных, социогенных рисков. Стабильному образу мира «вчера» противостоит сложность мира «сегодня» и мира «завтра» – мира будущего.

В годы пандемии и в послепандемный период в разнообразных психологических исследованиях, в том числе с привлечением сложившихся оригинальных концепций и подходов (напр., Aspinwall, Taylor 1992; Ивашкина, Дорофеева, 2023), активно изучались ресурсы совладающего поведения (Куфтяк, Бехтер, 2020), жизнестойкости врачей «красных зон» (Ясько, Казарин и др., 2021); явления посттравматического стресса (Цзыхань, 2021), образы индивидуального и общественного сознания, формировавшиеся под давлением стресса пандемии (Юревич, 2021). Полученные разнообразные данные о феноменологии психологических аспектов жизнедеятельности человека в период тотальных биогенных угроз сегодня не утратили своей актуальности. Более того, имея статус закономерных, устойчивых явлений в пролонгированных условиях затрудненной жизнедеятельности, установленные психологические феномены требуют дальнейшего обобщения и дополнения.

Проблематика исследования

Переживание человеком жизненных периодов, в которых он сталкивается с совокупностью стрессогенных факторов, как правило, рассматриваются в современной литературе в контексте концепций трудных жизненных ситуаций (ТЖС). Несмотря на широкое употребление понятия «трудная жизненная ситуация», сложно говорить о его четкой операционализации. Так, еще в трудах В.С. Мерлина ТЖС рассматривалась как переживаемый личностью конфликт противоречий между «различными сторонами, свойствами, отношениями и действиями личности» (Мерлин, 2005, с. 103). С.А. Липатов предпринимает попытку выделить элементы трудной жизненной ситуации, определяя, что данная система представлена относительно стабильным набором потребностей, умений, ценностей, представлений и внешних условий жизнедеятельности (Липатов, 2004, с. 13). Е.Ю. Коржова особо фокусирует внимание на понятии «жизненная ситуация». Автор рассматривает жизненную ситуацию как систему объективных и субъективных элементов (внешних и внутренних условий), которые объединяются в жизнедеятельности человека в тот или иной момент его жизни (Коржова, 2000, с. 156).

Сегодня понятие «трудная жизненная ситуация» используется в качестве объединяющего для широкого круга явлений, описывающих различные жизненные трудности («экстремальная ситуация», «кризисная ситуация», «критическая ситуация», «травмирующая ситуация», «напряженная ситуация», «стрессовая ситуация», «конфликтная ситуация», «фрустрирующая ситуация» и т.д.). Каждое из этих понятий используется разными авторами для уточнения содержательной специфики изучаемых, описываемых явлений. Несмотря на различия в имеющихся подходах, очевидным является существенный компонент, объединяющий их: опора на

понятие «ситуация». Из всех определений не явствует весьма существенное качество ситуации: ограниченность во времени. Именно эта темпоральная концентрация ситуации стимулирует человека к быстрой, субъективной интерпретации ее содержания, смыслов, побуждает к безотлагательной активности (Психология личности ..., 2001, с. 116). В кризисные периоды жизни, когда адаптационные ресурсы человека не справляются с дистрессом, время преломляется через призму эмоций и чувств, рефлексии происходящего. Это стимулирует повышенную активность в поиске путей преодоления противоречий.

Как показали события 2020–2022 годов, когда мир людей погрузился в испытания на выживание атакой, связанной с новой коронавирусной инфекцией, анализ психологических явлений с позиций ситуативного подхода не является достаточно продуктивным. Проведенные исследования (Ясько, Бабичкова, Покуль, 2021) стали основанием введения понятия затрудненные условия жизнедеятельности (ЗУЖ).

ЗУЖ – это отраженные в образе мира человека вызовы, глобального экзистенциального кризиса, в котором непредсказуемо продолжительно личность переживает ограничения субъектной активности, самореализации в основных аспектах бытия: личностном, средовом и социально-психологическом. Установленное содержательное наполнение названных аспектов показывает выраженную экзистенциальность и надситуативный характер ЗУЖ. Центральным компонентом всех аспектов ЗУЖ является тревога перед лицом угроз здоровью и жизни.

Можно отметить два существенных отличия ЗУЖ от ТЖС.

- Во-первых. Темпоральная характеристика. Если трудная жизненная ситуация ограничена во времени и в зависимости от содержания вызвавшего ее кризиса может прогнозироваться во временном пространстве жизни, то продолжительность интенсивности как всего цикла, так и отдельных фаз угроз, обуславливающих затрудненные условия жизнедеятельности, трудно поддается объективному временному прогнозу.
- Во-вторых. Трудная жизненная ситуация – явление индивидуальное или групповое. Затрудненные условия жизнедеятельности охватывают широкие популяционные сегменты (расовые, национальные, демографические – пол, возраст и др.), подвергающиеся перманентной тревожности за собственную жизнь и жизнь близких, за перспективы профессионального пути, ограничение или кардинальное изменение социальной активности (Ясько, Бабичкова, Покуль, 2021).

В психологии стресса и в определении стратегий его преодоления, сохранения жизнеспособности получила развитие методология ресурсного, субъектно-ресурсного подходов (Водопьянова, 2009, 2016; Ларионова, 2017; Толочек, 2023; Masten, Reed, 2002; Taylor, 2018; Hobfoll 2002, 2003 и др.). Сегодня под ресурсами в общем виде понимаются возможности человека (физические и духовные), мобилизуя которые субъект реализует определенные программы и стратегии,

позволяющие предотвращать стресс или эффективно ему противодействовать (Бодров, 2006). С. Хобфолл определяет ресурсы как объекты, которые «либо очень ценны сами по себе, либо действуют как средство для достижения других важных ценностей» (Hobfoll, 2002, p. 307). Он выделяет четыре типа ресурсов: объективные, социальные, энергетические, личностные. Личностные ресурсы, считает С. Хобфолл, играют решающую, первостепенную роль в преодолении стресса, обеспечивают способность индивида к адаптации. Потеря ресурсов или угроза их утраты являются причиной возникновения стресса (Hobfoll, 2003).

Одним из аспектов поиска психологических ресурсов сохранения психоэмоциональной устойчивости в кризисные периоды жизни является анализ роли когнитивной сферы в формировании и реализации ресурсной базы индивида. В исследованиях анализируются рефлексивные механизмы, актуализируемые субъектом в процессах, обеспечивающих разные виды деятельности (Бодров, 2006; Карпов, Пономарева, 2000; Холодная, 2019); обосновывается структура и роль метакогнитивного контроля деятельности (Kuhl, 1981, 1983; Боковиков, 1999). Отмечается, что развитая рефлексия является предпосылкой для «оттормаживания» непосредственных, нередко импульсивных реакций на происходящее (Холодная, 2016, 2019), а стрессогенная ситуация создает условия для актуализации акционально-ориентированной мотивационной диспозиции, если таковая выражена в системе личностных качеств субъекта (Kuhl, 1981).

Кризисные явления, продуцируемые вызовами нестабильного мира, деструктивно влияют на самосознание личности, проектирование ею пространств самореализации, формирование психологических механизмов противостояния биогенным, техногенным, социогенным угрозам. В этой связи вопрос о когнитивных ресурсах сохранения субъектом психоэмоциональной устойчивости приобретает выраженную актуальность как в исследовательском, так и в практическом аспектах.

В проведенном исследовании мы опирались на теоретико-методологические основы ресурсного (Hobfoll, 2002, 2003), субъектно-ресурсного (Водопьянова, 2015) подходов, концепции рефлексии (Карпов, Пономарева, 2000) и метакогнитивного контроля деятельности (Kuhl, 1981, 1983), смысловой регуляции психических состояний (Прохоров, 2009). Обозначенная теоретико-методологическая ориентация позволяет в контексте проводимого нами исследования рассматривать когнитивные ресурсы как совокупность определенных аспектов когнитивной сферы, мобилизация которых обуславливает формирование в сознании субъекта программ и стратегий, направленных на обеспечение личностной адаптации в затрудненных условиях жизнедеятельности.

Цель исследования

Цель нашего исследования – выделить когнитивные ресурсы психоэмоционального «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности.

Мы проверяли следующую **гипотезу**: в затрудненных условиях жизнедеятельности когнитивные ресурсы влияют на показатели психоэмоциональной устойчивости как в инвариантном содержании, так и специфично для субъектов с устойчивыми и неравновесными состояниями, а также разных видов профессиональной деятельности.

Методы

Исследование проводилось в 2020–2021 гг. в период пандемии новой коронавирусной инфекции Covid-19.

Выборка

Совокупную выборку составили 112 респондентов, положительно ответивших в процессе исходного анкетирования на вопрос: «Является ли для вас текущий период жизни или его отдельные этапы затрудненным?». Для проведения сравнительного анализа в выборку были включены два профессиональных сегмента:

- 58 человек – пилоты гражданской авиации (в дальнейшем – пилоты ГА); все респонденты мужчины;
- 54 человека – медицинские работники поликлиник г. Москва и г. Краснодар (врачи, медицинские сестры; 35 чел. / 64,8% – женщины; 19 чел. / 35,2% – мужчины).

Методики

Анализ психических состояний в затрудненных условиях жизнедеятельности

- Опросник «Тревожность и депрессия» (Ч. Спилбергер).

Методика позволяет определить уровень нервно-психической реакции на стрессогенность затрудненных условий жизнедеятельности (Водопьянова, 2009, 137–138).

- Исследование когнитивных ресурсов
- Тест для оценки мотивационной направленности личности (J. Kuhl; адаптация А. Боковой).

Опросник Дж. Куля основан на концепции метакогнитивного контроля и предназначен для оценки соотношения акционального (АО) и ситуационного (СО) модусов контроля в ситуациях успеха (КДУ), неуспеха (КДН) и планирования (КДУ) деятельности. Сумма баллов по каждой шкале (макс. значение 20 баллов) является числовым выражением АО- и СО-диспозиций. Показатель меньше десяти

интерпретируется как проявление СО модуса; больше десяти – АО модуса контроля (Боковиков, 1999).

- Опросник «Оценка рефлексивности личности» (А. Карпов. В Пономарева, 2000).

Методика позволяет установить особенности критического оценивания деятельности респондентами. Анализируются четыре вида рефлексии деятельности: общения и взаимодействия с другими людьми (РО); ретроспективная (РПД); перспективная / будущая (РБД); актуальная / настоящая (РНД), а также общий / интегральный уровень рефлексии (ИР) как сумма показателей по всем утверждениям опросника. Каждый вид рефлексии диагностируется по восьми утверждениям, оцениваемых по 7-балльной шкале (от «абсолютно неверно» / 1 балл), до «совершенно верно» / 7 баллов). При интерпретации результатов тестирования мы опирались на данные стандартизации, приводимые авторами методики (Таблица 1).

Таблица 1

Диапазоны диагностических показателей для определения уровней рефлексии

Виды рефлексии	Уровни		
	низкий	средний	высокий
Общая рефлексия (РИ)	$\geq 80 - 122$	123 – 147	148 – 189
парциальная рефлексия	≥ 35	36 – 44	45 – 56

- Методика «Многомерно-функциональная диагностика ответственности» (В. Прядеин, 2014).

Согласно концепции В. П. Прядеина, ответственность следует рассматривать как личностное качество, в котором интегрируются операциональная (природно-заданная) и содержательная (прижизненно-приобретенная) ответственность. В проведенном исследовании анализировалась содержательная сфера, которая по замыслу В. Прядеина включает три компонента: мотивационный; когнитивный и результативный. Каждый компонент включает по две шкалы, позволяющие видеть, насколько социо- или эго-центрированный анализируемый компонент ответственности. В представленных результатах рассматривается когнитивный компонент, который содержит два полюса: «когнитивная осмысленность» – «когнитивная осведомленность». Когнитивная осмысленность (КО) представляет социо-центрированную сторону ответственности. Личность с выраженной когнитивной осмысленностью обладает способностью целостного осмысления ответственности, умением схватывать ее стержневую основу; рассматривает

ответственность с позиций долга, совести. Когнитивная осведомленность (КОСВ) относится к эго-центрированной стороне ответственности. Она характеризуется недостаточным пониманием ответственности, акцентированием внимания на какой-то одной, иногда неспецифической стороне дела. С точки зрения В. Прядеина, под ответственность здесь может маскироваться исполнительность как личностная черта (Прядеин, 2014). Шкалы КО и КОСВ включают по пять утверждений из 30-ти, представляющих в опроснике диагностику содержательной сферы ответственности. Оценивание основано на применении 7-бальной шкалы, соответственно, максимальный показатель по каждой шкале опросника составляет 35 баллов. Преобладание социо- или эго-центрированной когнитивной ответственности определяется сравнением результатов расчета диагностических показателей.

В обработке данных использованы методы параметрической (M; SD; t-критерий Стьюдента; r-критерий Пирсона), непараметрической (φ^* -критерий Фишера), многомерной математической статистики (Варимакс-вращение; оценка однородности дисперсии в данных по анализируемым группам испытуемых осуществлялась с помощью F-критерия Ливиня). Для статистической обработки данных применен стандартный пакет SPSS-26.

Результаты

Описательная статистика

Анализ состояний тревожности и депрессии

Из полученных данных можем констатировать, что, несмотря на положительные средние показатели коэффициентов, индексирующих уровни тревожности и депрессии в целом по выборке, отмечается значительная дисперсия индивидуальных значений ($M_{кт} = 4,47 \pm 3,71$; $M_{кд} = 3,78 \pm 3,24$). Сортировка показала, что 75,9% испытуемых (85 чел.) реагируют на затрудненные условия жизнедеятельности устойчивыми (равновесными) состояниями, не испытывают повышенной тревожности или депрессивности ($M_{кт} = 6,1 \pm 2,00$; $M_{кд} = 5,30 \pm 1,69$). Однако 24,1% опрошенных (27 чел.) обнаружили неравновесные состояния, что отражено в средних значениях коэффициентов: $M_{кт} = 0,92 \pm 2,56$; $M_{кд} = -1,10 \pm 1,77$). Сравнение показывает, что на высоком уровне значимости ($p < 0,001$) индексы, определяющие степень устойчивости эмоциональных состояний, в подгруппе n_1 выше, чем в подгруппе n_2 (по состоянию «тревожность» $t = 13,01$; по состоянию «депрессия» $t = 16,65$).

Полученный результат дает основание для проведения дальнейшего анализа дифференцировать выборку по уровням устойчивости психических состояний на две подгруппы: n_1 (85 чел.) и n_2 (27 чел.) – Таблица 2.

Таблица 2

Результаты анализа данных диагностики состояний тревожности и депрессии

Выборки	Тревожность (Мкт)	Депрессия (Мкд)
N (112 чел.)	4,47 ± 3,71	3,78 ± 3,24
n ₁ (85 чел.)	6,10 ± 2,00	5,30 ± 1,69
n ₂ (27 чел.)	0,92 ± 2,56	-1,10 ± 1,77
t (n ₁ ↔ n ₂)	13,01**	16,65**
n ₁ (85 чел.)		
пилоты ГА (49 чел.)	6,38 ± 2,46	5,42 ± 2,26
мед. работники (36 чел.)	5,80 ± 1,54	5,28 ± 1,12
t (пилоты ↔ м/р)	1,52	0,16
мужчины (68 чел.)	6,92 ± 1,64	5,90 ± 2,06
женщины (17 чел.)	5,18 ± 2,36	4,70 ± 1,32
t (м ↔ ж)	2,87*	2,96*
n ₂ (27 чел.)		
пилоты ГА (9 чел.)	0,98 ± 2,68	0,86 ± 1,14
мед. работники (18 чел.)	0,86 ± 2,44	-2,90 ± 2,38
t (пилоты ↔ м/р)	0,11	5,65**
мужчины (9 чел.)	0,98 ± 2,68	0,86 ± 1,14
женщины (18 чел.)	0,86 ± 2,44	-2,90 ± 2,38
t (м ↔ ж)	0,11	5,65**

Примечания. Уровень значимости различий: * $p < 0,01$; ** $p < 0,001$. оценка по критерию *t*-Стьюдента

Если рассмотреть состав выделенных подгрупп по ведущей деятельности и по полу, то отмечаем, что из 85 человек, включенных в подгруппу n₁, 57,6% (49 чел.) составляют пилоты ГА, а остальные 42,4% (36 чел.) – медицинские работники. По полу в подвыборку n₁ вошли 80,0% (68 чел.) мужчин и 20,0% (17 чел.) женщин. Из 27 человек, включенных в подгруппу n₂, 33,3% (9 чел.) – респонденты, представляющие пилотов ГА, остальные 66,7% (18 чел.) – медицинские работники. 33,3% (9 чел.) – мужчины; 66,7% (18 чел.) – женщины.

Анализ результатов по данным подвыборки n_1 (устойчивые, равновесные состояния)

В индексах, определяющих уровень выраженности состояния тревожности, в сравнении «пилоты ↔ мед. работники» значимых различий нет (при $t = 1,52$, $p > 0,05$). При этом оба показателя превышают порог границы неопределенных значений и устойчивого уровня (5,36): Мкт у пилотов равен $6,38 \pm 2,46$, а у медицинских работников $5,80 \pm 1,54$.

Сравнение показателей индекса тревожности в женской и мужской частях подвыборки n_1 показывает, что для женщин свойственно проявление ситуативной тревожности, поскольку Мкт женщин находится ниже порога границы неопределенных значений и устойчивого уровня (Мкт = $5,18 \pm 2,36$). Из 17 женщин, составивших подвыборку n_1 , показатели в диапазоне пограничных значений (от $-1,28$ до $5,36$) обнаружили 8 человек (47,1%). В среде мужчин Мкт = $6,92 \pm 1,64$, а пограничные значения отмечены в 12 индивидуальных показателях (10,5%). Этими данными обусловлена и достоверность различий индексов, определяющих уровень выраженности состояния тревожности, в сравнении «мужчины ↔ женщины»: при $t = 2,87$, $p < 0,05$.

В индексах депрессии в сравнении «пилоты ГА ↔ мед. работники» значимых различий тоже нет ($t = 0,16$). Однако показатель в группе медицинских работников находится на пороге границы неопределенных значений и устойчивого уровня: Мкт = $5,28 \pm 1,12$. Ситуативное проявление состояния психологической депрессии показали 8 работников поликлиник (22,2%), но все индексы имеют положительное значение (от $3,18$ до $5,04$).

Сравнение индекса депрессии в женской и мужской частях подвыборки n_1 показывает не только более выраженную устойчивость у мужчин (Мкд = $5,90 \pm 2,06$ против $4,70 \pm 1,32$; $t = 2,96$, $p < 0,05$), но и различия в диапазонах напряженности депрессии. У женщин показатель находится в зоне неопределенных значений, то есть депрессивность может проявляться ситуативно. Сравнение долей представленности показателей неопределенных значений показывает, что у женщин достоверно преобладает склонность к ситуативному проявлению психологической депрессии (при $\varphi^* = 2,58$, $p \leq 0,003$).

Анализ результатов по данным подвыборки n_2 (неустойчивые, неравновесные состояния).

Подвыборка с неустойчивыми психическими состояниями (n_2) представляет менее четверти состава совокупной выборки (27 чел.; 24,1%). В нее вошли 9 пилотов ГА (мужчины) и 18 медицинских работников (женщины).

Уровень тревожности как в целом, так и в подгруппах «пилоты ГА», «медицинские работники» представлен среднегрупповыми показателями, входящими в диапазон промежуточных значений (от $-1,28$ до $+1,28$): пилоты ГА: Мкт = $0,98 \pm 2,68$;

медицинские работники: $M_{кт} = 0,86 \pm 2,44$. При этом статистически значимых различий в показателях не отмечается ($t = 0,11$). Отметки «часто» или «почти всегда» преобладают при ответах на вопросы о чувстве тревоги и беспокойства за кого-нибудь или за что-нибудь; о нарушении сна; о появлении нервозности при ожидании.

Сравнение по профессиональным подгруппам показывает, что депрессивность более свойственна медицинским работникам ($M_{кд} = -2,90 \pm 2,38$). Пилоты ГА, включенные в подвыборку n_2 , также обнаружили склонность к психологической депрессии ($M_{кд} = 0,86 \pm 1,14$), но при этом 6 человек имеют показатели индекса, близкие к границе ситуативности ($1,16 = k_d \leq 1,22$). Статистический анализ подтверждает более высокую выраженность состояния депрессии среди работников поликлиник (при $t = 5,65$, $p < 0,001$).

Анализ когнитивной сферы личности при разных показателях психоэмоциональной устойчивости.

Результаты диагностики специфики метакогнитивного контроля деятельности при разных показателях психоэмоциональной устойчивости. В средних показателях метакогнитивного контроля в обеих сравниваемых подгруппах фиксируется преобладание акционально ориентированного модуса (АО-модус), однако качественный анализ обнаруживает ряд специфических характеристик этой стороны когнитивных процессов при разных уровнях психоэмоциональной устойчивости (Таблица 3).

В группе лиц с устойчивыми состояниями (n_1) наиболее выражен акцент на акционально ориентированном метакогнитивном контроле деятельности неуспеха (КДН: $M = 15,70 \pm 2,99$). Этот вид контроля преобладает у более, чем 90,0% респондентов; только 6 человек (7,10%) из данной выборки в индивидуальных показателях обнаружили СО-модус КДН.

Таблица 3

Результаты диагностики мотивационной направленности личности (тест Куля)

Выборки	$M \pm SD$	t; p	Модусы контроля (чел./ %)		φ^* ; p
			АО-модус	СО-модус	
Контроль деятельности неуспеха (КДН)					
n_1 (85 чел.)	$15,70 \pm 2,99$		79 / 92,90	6 / 7,10	
n_2 (27 чел.)	$10,0 \pm 2,56$	$t = 9,54;$ $p < 0,001$	15 / 55,60	12 / 44,40	$\varphi^* = 4,16;$ $p \leq 0,001$

Выборки	M ± SD	t; p	Модусы контроля (чел./ %)		φ*; p
			АО-модус	СО-модус	
Контроль деятельности успеха (КДУ)					
n ₁ (85 чел.)	11,10 ± 2,42	t = 2,53; p < 0,01	61 / 71,80	24 / 28,20	φ* = 0,45; p > 0,05
n ₂ (27 чел.)	12,70 ± 3,07		18 / 66,70	9 / 33,30	
Контроль деятельности планирования (КДП)					
n ₁ (85 чел.)	13,10 ± 3,36	t = 2,74; p < 0,01	68 / 80,0	17 / 20,0	φ* = 1,72; p ≤ 0,04
n ₂ (27 чел.)	11,40 ± 2,61		17 / 63,0	10 / 37,0	

Примечания. Жирным шрифтом выделены показатели, значимо преобладающие в сравнении.

В подвыборке лиц с неустойчивыми состояниями (n₂) преимущество имеет АО-модус в ситуациях контроля успешной деятельности (КДУ: = 12,70 ± 3,07). Однако в индивидуальных показателях АО-ориентация метакогнитивной директивы при контроле деятельности успеха преобладает только у 66,7% респондентов (18 чел.); остальные же 33,3% (9 чел.) ориентированы на ситуационный контроль, не формируя поле когнитивных усилий для поиска путей преодоления расхождений между тем, что есть, и тем, что должно быть. как следует из содержания соответствующих утверждений опросника.

В целом по данным тестирования мотивационная активность АО-модуса по всем видам когнитивного контроля преобладает в среде лиц с устойчивой психоэмоциональной сферой, при этом доли лиц с выраженной АО-мотивацией по КДН и КДП достоверно более высоки, чем в подвыборке с неравновесными состояниями. В средних значениях по всем шкалам в подвыборке n₁ только 8,2% опрошенных (7 чел.) обнаружили преобладание ситуационно ориентированного метакогнитивного контроля, а в подвыборке n₂ такая доля респондентов составила 37,0% (10 чел.): при φ* = 3,29, p ≤ 0,001 (Таблица 3).

Сравнения в группах, дифференцированных по видам деятельности («пилоты ГА ↔ мед. работники») в обеих выборках (n₁; n₂), значимых различий не обнаруживают.

Корреляционный анализ указывает на взаимосвязь показателей состояний тревоги и депрессии с АО-модусом когнитивного контроля (Таблица 4).

Высоким значениям в измерениях психических состояний как индикаторам их устойчивости соответствуют высокие значения в измерениях метакогнитивного контроля, соответствующих АО-директиве мотивации деятельности. При этом отмечается, что преобладание СО-модуса КДН у 44,4% респондентов подгруппы n_2 отразилось и в отрицательном коэффициенте корреляции ($r = -0,277$).

Таблица 4

Корреляционная матрица (r) взаимосвязей показателей компонентов метакогнитивного контроля и психоэмоциональных состояний

Выборки	Контроль деятельности неуспеха (КДН)	Контроль деятельности успеха (КДН)	Контроль деятельности планирования (КДП)
n_1 (85 чел.)	0,479***	0,482***	0,627***
n_2 (27 чел.)	-0,277*	0,493**	0,327*

Примечания:

*Уровень значимости различий: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$. Оценка по r - критерию Пирсона; для проведения корреляционного анализа рассчитывался средний показатель индексов тревоги и депрессии: $M(km+kд)$*

Результаты диагностики специфики рефлексии деятельности при разных показателях психоэмоциональной устойчивости. Показатели общего уровня рефлексии (ИР) в сравниваемых выборках значимо различаются (Таблица 5). Если в группе респондентов, обладающих психоэмоциональной устойчивостью, среднегрупповые данные находятся в диапазоне среднего уровня ($M = 123,40 \pm 14,00$), то у респондентов с неравновесными состояниями они соответствуют диапазону низкого уровня: $M = 111,30 \pm 12,80$ (при $t = 4,18$, $p < 0,001$).

В выборке n_1 преобладает акцент на двух видах рефлексии: общения (РО: $M = 37,40 \pm 5,85$) и будущей деятельности (РБД: $M = 37,20 \pm 5,78$), при этом общие данные по рефлексии актуальной (настоящей) деятельности, также как по РО и РБД соответствуют показателям среднего уровня. Данные по рефлексии прошлой деятельности снижены ($M = 33,40 \pm 5,25$).

В выборке n_2 преобладает рефлексия общения (РО: $M = 34,70 \pm 5,15$). Это единственный показатель, значение которого находится на верхней границе низкого уровня. Остальные же интерпретируются как показатели низкого уровня рефлексии (Таблица 5).

Очевидным феноменом является фактическое отсутствие показателей высокого уровня рефлексии по всем анализируемым видам в группе n_2 и незначительная их представленность в группе n_1 . Сравнительный анализ показывает достоверное преобладание долей выраженности среднего уровня рефлексии в среде лиц с устойчивыми состояниями, а низкого уровня – у субъектов с неравновесными состояниями (Таблица 5).

Таблица 5

Описательная статистика результатов диагностики рефлексии субъектов с неравновесными и устойчивыми психическими состояниями

Выборки	$M \pm SD$	Показатели долей (абс. / %) выраженности уровней рефлексии		
		Высокий	Средний	Низкий
Рефлексия прошлой деятельности (РПД)				
n_1 (85 чел.)	$33,40 \pm 5,25$	2 / 2,40	24 / 28,20	59 / 69,40
n_2 (27 чел.)	$30,10 \pm 5,21$	-	4 / 14,80	23 / 85,20
Различия:	$t = 2,81$ $p < 0,05$	-	$\varphi^* = 1,49$ $p \leq 0,06$	$\varphi^* = 1,40$ $p \leq 0,08$
Рефлексия настоящей деятельности (РНД)				
n_1 (85 чел.)	$36,7 \pm 5,09$	5 / 5,90	38 / 44,70	42 / 49,40
n_2 (27 чел.)	$33,0 \pm 5,28$	-	8 / 29,60	19 / 70,40
Различия:	$t = 3,19$ $p < 0,05$		$\varphi^* = 1,42$ $p \leq 0,07$	$\varphi^* = 1,96$ $p \leq 0,02$

Рефлексия будущей деятельности (РБД)				
n_1 (85 чел.)	$37,20 \pm 5,78$	8 / 9,40	36 / 42,40	41 / 48,20
n_2 (27 чел.)	$33,40 \pm 5,92$	1 / 3,70	6 / 22,20	20 / 74,10
Различия:	$t = 2,85$ $p < 0,05$	-	$\varphi^* = 1,98$ $p \leq 0,02$	$\varphi^* = 2,43$ $p \leq 0,006$
Рефлексия общения (РО)				
n_1 (85 чел.)	$37,40 \pm 5,85$	9 / 10,60	45 / 52,90	31 / 36,50
n_2 (27 чел.)	$34,70 \pm 5,15$	-	13 / 48,10	14 / 51,90
Различия:	$t = 2,33$ $p < 0,05$	-	$\varphi^* = 0,43$ $p > 0,05$	$\varphi^* = 1,41$ $p \leq 0,08$
Интегральный показатель рефлексии (ИР)				
n_1 (85 чел.)	$123,40 \pm 11,16$	5 / 5,90	36 / 42,40	44 / 51,80
n_2 (27 чел.)	$111,30 \pm 12,80$	-	5 / 18,50	22 / 81,50
Различия:	$t = 4,18$ $p < 0,001$	-	$\varphi^* = 2,39$ $p \leq 0,007$	$\varphi^* = 2,92$ $p \leq 0,001$

Примечания. жирным шрифтом выделены показатели, значимо преобладающие в сравнении; жирным курсивом – показатели, преобладание которых выражено как тенденция ($0,06 \leq p \leq 0,08$).

Сравнение показателей рефлексии в подгруппах «пилоты ГА» – «мед. работники» в выборках обнаруживает преобладание активности рефлексии актуальной (настоящей) деятельности и общего показателя рефлексии у пилотов ГА в данных по выборке с устойчивыми психическими состояниями ($p < 0,05$). В среде лиц с неравновесными состояниями (n_2) также у пилотов ГА достоверно более выражена рефлексия настоящей и будущей деятельности, а также общий уровень рефлексии ($p < 0,05$) – Таблица 6.

Таблица 6

Сравнения показателей измерения рефлексии деятельности в группах, дифференцированных по видам деятельности

Группы по видам деятельности	РПД	РНД	РБД	РО	ИР
n_1 (85 чел.)					
Пилоты ГА	33,90 ± 5,69	37,70 ± 5,38	37,40 ± 6,12	37,50 ± 5,85	128,60 ± 11,83
Мед. работники	32,80 ± 4,58	35,40 ± 4,37	36,90 ± 5,36	37,40 ± 5,92	120,50 ± 10,47
Различия:	t = 1,04 p > 0,05	t = 2,19 p < 0,05	t = 0,37 p > 0,05	-	t = 2,10 p < 0,05
n_2 (27 чел.)					
Пилоты ГА	30,60 ± 6,15	33,60 ± 7,42	35,60 ± 3,04	34,40 ± 6,37	118,60 ± 10,94
Мед. работники	29,90 ± 4,86	32,80 ± 4,07	32,40 ± 4,73	34,80 ± 4,63	110,20 ± 7,51
Различия:	t = 0,26 p > 0,05	t = 0,29 p > 0,05	t = 2,10 p < 0,05	t = 0,16 p > 0,05	t = 2,09 p < 0,05

Примечания. Жирным шрифтом выделены показатели, значимо преобладающие в сравнении

Результаты диагностики когнитивного компонента содержательной сферы ответственности при разных показателях психоэмоциональной устойчивости.

В группе лиц с устойчивой системой психоэмоционального «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности (n_1) выражено преобладает социо-центрированный вид когнитивного компонента ответственности – когнитивная осмысленность (КО): $M = 26,60 \pm 4,89$ против $16,4 \pm 4,23$ по компоненту КОСВ. В выборке, представленной респондентами с неравновесными состояниями тревожности и психологической депрессии, наоборот, более выражена ориентация в формировании диспозиции ответственности на эго-центрированный аспект – когнитивную осведомленность (КОСВ): $M = 21,10 \pm 4,03$ против $19,50 \pm 4,02$ по компоненту КО. Статистический анализ показывает значимые различия среднегрупповых показателей в обследуемых выборках по обоим компонентам когнитивного компонента содержательной сферы ответственности ($p < 0,001$) – Таблица 7.

В данных корреляционного анализа по выборке n_1 фиксируется отрицательная взаимосвязь показателей когнитивной осмысленности и средних значений индексов тревожности и депрессии ($r = -0,302$). Это наблюдение подтверждается в показателях коэффициентов корреляции по выборке n_2 в виде высоко достоверной положительной связи преобладающих в выборке низких значений по шкале КО и повышенных по шкале КОСВ ($r = 0,500$ и $0,351$ соответственно).

Таблица 7

Описательная статистика результатов анализа когнитивного компонента содержательной сферы ответственности

	Когнитивная осмысленность (КО)		Когнитивная осведомленность (КОСВ)	
	n_1 (85 чел.)	n_2 (27 чел.)	n_1 (85 чел.)	n_2 (27 чел.)
$M \pm SD$	$26,60 \pm 4,89$	$19,50 \pm 4,02$	$16,40 \pm 4,23$	$21,10 \pm 4,03$
различия:	$t = 7,51; p < 0,001$		$t = 5,19; p < 0,001$	
r:	M (кт + кд) ↔ КО:		M (кт + кд) ↔ КОСВ:	
	$r = 0,022$	$r = 0,500^{**}$	$r = -0,302^*$	$r = 0,351^*$

Примечания. M (кт + кд) – среднее значение индексов тревожности и депрессии; жирным шрифтом выделены показатели, значимо преобладающие в сравнении; * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$. Оценка по r- критерию Пирсона

Сравнительный анализ данных измерения когнитивного аспекта ответственности в подгруппах «пилоты ГА» – «мед. работники» показывает, что в среде лиц с устойчивыми психическими состояниями у пилотов ГА и у медицинских работников

одинаково выражено преобладание КО-компонента. В среде респондентов с неравновесными состояниями картина иная. Здесь подтверждается в данных по профессиональным группам преобладание КОСВ-компонента, как и в целом по выборке n_2 , однако в группе пилотов ГА оба компонента представлены более высокими среднегрупповыми значениями ($p < 0,05$) – Таблица 8.

Таблица 8

Описательная статистика измерений когнитивного аспекта содержательной сферы ответственности в профессиональных группах

	КО		КОСВ	
	пилоты ГА	мед. работники	пилоты ГА	мед. работники
n_1	26,70 ± 5,06	26,40 ± 4,72	16,10 ± 4,21	16,90 ± 4,28
различия:	t = 0,24; p > 0,05		t = 0,90; p > 0,05	
n_2	22,40 ± 3,40	18,1 ± 3,54	23,60 ± 2,35	19,90 ± 4,19
различия:	t = 3,12; p < 0,05		t = 2,91; p < 0,05	

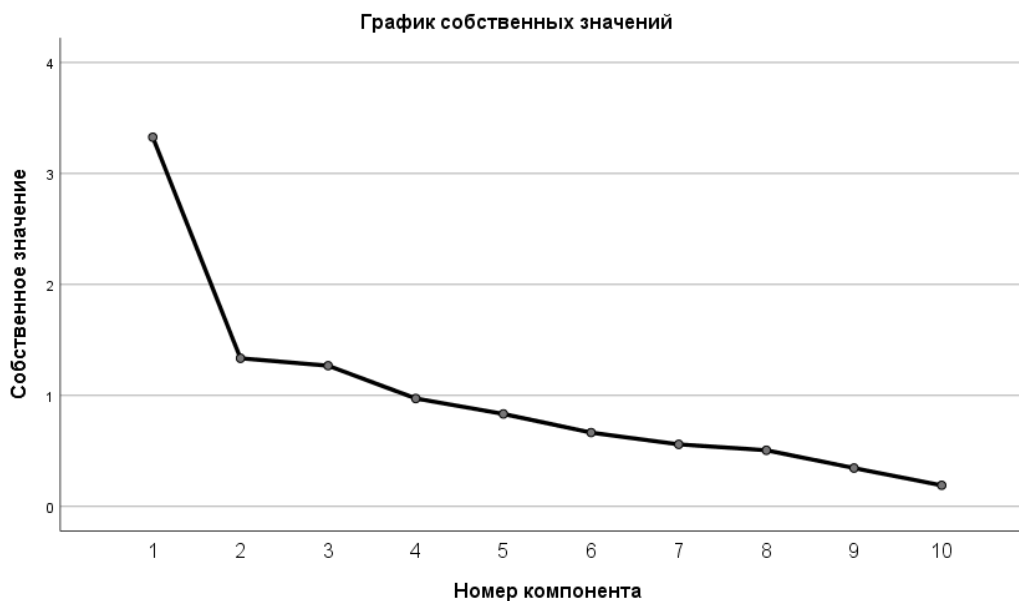
Примечания. *Жирным шрифтом выделены показатели, значимо преобладающие в сравнении*

На завершающем этапе поиска когнитивных предикторов психоэмоционального «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности массивы из 10 переменных по сравниваемым выборкам были подвергнуты факторному анализу методом Варимакс-вращения. Результаты анализа показали следующее.

Для субъектов с устойчивыми состояниями выделены 5 факторов, с суммарным показателем дисперсии 77,34% (рисунок 1; Таблица 9). Как видим по конфигурации графика собственных значений, наибольшую нагрузку имеет первый фактор (33,26%). Содержательно в первом факторе ведущую роль выполняют все виды рефлексии, с преобладающим значением интегрального показателя рефлексии ($R = 0,892$), который в данной выборке, как было показано выше, выражен преимущественно на среднем уровне. С ним связаны контроль деятельности неуспеха ($R = 0,245$) и когнитивная осмысленность ($R = 0,319$).

Рисунок 1

График собственных значений факторов, выделенных по совокупности переменных в группе респондентов с устойчивыми психоэмоциональными состояниями



Во втором факторе (13,34%) образующую роль выполняет когнитивный компонент содержательной сферы ответственности (КО: $R = 0,830$; КОСВ: $R = 0,685$) с преобладанием влияния когнитивной осмысленности, которая в данных по результатам диагностики наиболее выражена в этой выборке. КО находится во взаимовлиянии с рефлексией прошлой деятельности ($R = 0,285$) и рефлексией общения ($R = -0,291$).

Третий фактор (12,68%) находится под влиянием метакогнитивного контроля деятельности успеха ($R = 0,908$). С ним взаимодействуют три вида рефлексии: прошлой ($R = -0,221$); настоящей ($R = 0,230$) деятельности и общения ($R = 0,222$).

Высокий показатель корреляции в четвертом факторе (9,72%) имеет контроль деятельности планирования ($R = 0,974$). Этот метакогнитивный процесс образует два взаимодействия: с когнитивной осмысленностью ($R = 0,277$) и отрицательное – с когнитивной осведомленностью ($R = -0,217$).

Пятый фактор (8,33%) образован метакогнитивным контролем деятельности неуспеха ($R = 0,851$), с которым отрицательно связана рефлексия прошлой деятельности ($R = -0,367$) и положительно – рефлексия будущей деятельности ($R = 0,250$). Кроме того, здесь просматривается тенденция устойчивой взаимосвязи с рефлексией общения ($R = 0,208$).

Таблица 9

Матрица компонентов (факторов) в данных Варимакс-вращения переменных по выборке n_1

	Повернутая матрица компонентов*				
	Компонент				
	1	2	3	4	5
КДН	,245	,109	-,180	,064	,851
КДУ	,050	,068	,908	-,005	-,136
КДП	,004	-,042	,001	,974	,049
РПД	,711	,285	-,221	,011	-,367
РНД	,743	,008	-,230	,021	,053
РБД	,781	,066	,131	,037	,250
РО	,688	-,291	,222	,022	,208
ИР	,892	,114	,100	,005	,155
КО	,319	,830	-,201	,277	,209
КОСВ	-,111	,685	,223	-,217	-,017

Метод выделения факторов: метод главных компонент.

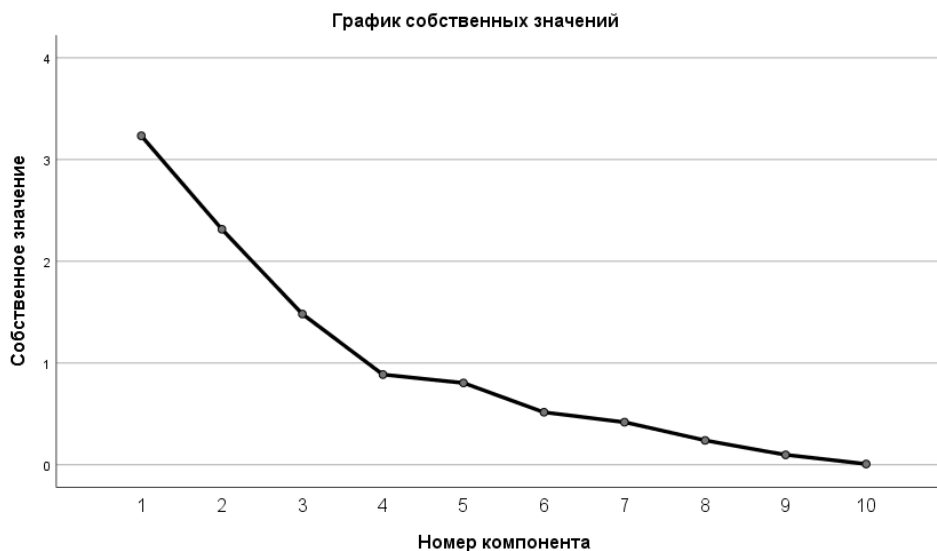
Метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера.

* – Вращение сошлось за 7 итераций.

Для субъектов с неравновесными состояниями, с учетом немногочисленности выборки (27 чел.) выделены 3 фактора, с суммарным показателем дисперсии 70,30% (рисунок 2; Таблица 10).

Рисунок 2

График собственных значений факторов, выделенных по совокупности переменных в группе респондентов с неравновесными психоэмоциональными состояниями



Наиболее выраженное факторное влияние на когнитивную сферу личности с неравновесной психоэмоциональной сферой оказывает первый фактор (32,33%) с высокой корреляционной связью общей рефлексии ($R = 0,969$) и всех ее компонентов с контролем деятельности неуспеха ($R = 0,419$) и когнитивной осмысленностью ($R = 0,208$).

Второй фактор (23,15%) образован симбиозом обоих полюсов когнитивного компонента ответственности (КО: $R = 0,796$; КОСВ $R = 0,792$), «притягивающих» с отрицательной корреляцией контроль деятельности неуспеха ($R = -0,791$), а также контроль деятельности успеха ($R = 0,206$) и рефлексии актуальной деятельности ($R = 0,285$).

В третьем факторе (14,82%) центральное значение имеет метакогнитивный контроль деятельности планирования ($R = 0,865$), тесно связанный с контролем деятельности успеха ($R = 0,643$). Они находятся во взаимосвязи с двумя видами рефлексии – общения ($R = -0,682$) и прошлой деятельности ($R = 0,271$).

Таблица 10

Матрица компонентов (факторов) в данных Варимакс-вращения переменных по выборке n_2

	Компонент		
	1	2	3
КДН	,419	-,791	-,039
КДУ	,088	,206	,643
КДП	,137	,011	,865
РПД	,793	,028	,271
РНД	,806	,285	-,005
РБД	,700	-,164	,033
РО	,514	-,044	-,682
ИР	,969	-,059	-,166
КО	,029	,796	,049
КОСВ	,208	,792	,187

Метод выделения факторов: метод главных компонент.

Метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера.

* – Вращение сошлось за 4 итераций.

Обсуждение результатов

Анализ психических состояний в затрудненных условиях жизнедеятельности, пролонгированных временным периодом более года, показал, что значительная часть респондентов (75,9%) дает психологический «ответ» в виде устойчивых показателей тревоги и депрессии. Более уверенно адаптируют свою эмоциональную сферу к затрудненным условиям жизнедеятельности пилоты ГА и мужчины. Переживание тревожности и психологической депрессивности особенно отмечается у женщин и у медицинских работников. Можно предположить, что в данном феномене проявляется результат активизации механизмов психологической адаптации (Медведев, 2003). Однако, по сути, четвертая часть обследованных (24,1%) обнаружили неравновесные состояния. Поскольку адаптация человека обуславливается совокупностью свойств и качеств личности, от которых зависит специфика психической регуляции переживаемого состояния (Бодров, 2007, с. 50), целесообразно выделение двух групп испытуемых по критерию устойчивости психических состояний для последовательной проверки эмпирической гипотезы.

Получило подтверждение предположение об инвариантном компоненте когнитивных ресурсов, влияющем на показатели психоэмоциональной

устойчивости. Таковым является рефлексия деятельности, которая играет наиболее выраженную предикторную роль в обеих группах респондентов.

Вторая часть гипотезы (о специфике когнитивной сферы субъектов с разным уровнем психоэмоциональной устойчивости) получила подтверждение в следующих результатах проведенного анализа.

Для лиц с устойчивой психоэмоциональной сферой специфическим когнитивным ресурсом формирования психологического «ответа» на затрудненные условия жизнедеятельности выступают:

- акционально ориентированный (АО) модус контроля с преобладанием контроля деятельности неуспеха ($M = 15,70 \pm 2,99$). Такая когнитивная позиция мотивирует субъекта на активный контроль тех сторон жизнедеятельности, в которых требуется принятие адекватных решений с последующим планированием пошаговых действий, в том числе и в направлении снятия стрессогенных угроз (Боковиков, 1999, 218–219);
- средний уровень рефлексии ($M = 123,40 \pm 14,00$), с выраженным акцентом на рефлексию общения ($M = 37,40 \pm 5,85$) и рефлексии будущей деятельности ($M = 37,20 \pm 5,78$), что позволяет анализировать собственную деятельность и поступки других людей, обдумывать и тщательно планировать свою деятельность в деталях, а также прогнозировать все возможные последствия (Карпов, Пономарева, 2000);
- преобладание социо-центрированного вида когнитивного компонента ответственности – когнитивной осмысленности ($M = 26,60 \pm 4,89$), что свидетельствует о способности целостного осмысления ответственности, умении схватывать ее стержневую основу; рассматривать ответственность с позиций долга, совести (Прядеин, 2014).

Установленные взаимосвязи подтверждаются данными факторного анализа. Выделенные факторы выполняют роль психологических ресурсов обеспечения психологической адаптации к жизнедеятельности в затрудненных биогенными угрозами условиях. По ведущему когнитивному механизму, образующему каждый из пяти выделенных факторов, можно условно обозначить их следующим образом: фактор рефлексии деятельности (1); фактор когнитивной ответственности (2); фактор метакогнитивного контроля деятельности неуспеха (3); фактор ответственного метакогнитивного контроля деятельности планирования (4); фактор метакогнитивного контроля неуспеха ретроспективной и перспективной деятельности (5).

Противоречивость взаимодействия когнитивных ресурсов в формировании устойчивой реакции индивида на стрессогенность затрудненных условий жизнедеятельности обуславливает развитие неравновесных состояний. Об этом свидетельствуют:

- ситуационно ориентированный (СО) модус контроля, который, в отличие от АО-модуса, не формирует барьеров для появления эмоциональных состояний

тревоги и депрессии, дезорганизующих жизнедеятельность человека (Kuhl, 1981; Боковиков, 1999, 218–219).

- акцент на АО-модус контроля успешной деятельности у 66,7% респондентов. В контексте концепции смысловой регуляции психических состояний (Прохоров, 2009), согласно которой в неравновесных состояниях «расшатывается» прежняя организация смысловой системы и ее составляющих – структуры смысловых характеристик, установленный феномен можно рассматривать как активизацию механизма рационализации, придания субъективного смысла происходящим событиям. Результатом этого процесса становится более высокий показатель индексов тревожности и депрессии – с выражено отрицательных в остальной части выборки до диапазона неопределенных значений у обозначенных 66,7% испытуемых;
- преимущественно низкий уровень рефлексии ($M = 111,30 \pm 12,80$), с преобладанием рефлексии общения ($M = 34,70 \pm 5,15$) – когнитивные качества, свидетельствующие о сложностях в понимании происходящих событий, их последствий, причин своих действий и поступков других людей, импульсивности в принятии решений (Карпов, Пономарева, 2000). В определенной мере низкий уровень рефлексии деятельности, очевидно, компенсируется более развитыми способностями понимать другого человека (рефлексии общения), предсказать его реакцию на определенные стимулы (действия);
- преобладание эго-центрированного вида когнитивного компонента ответственности – когнитивной осведомленности ($M = 21,10 \pm 4,03$), характеризующейся недостаточным пониманием ответственности, акцентированием внимания на одной, иногда неспецифической стороне дела; возможно, подменой ответственности исполнительностью как личностной чертой (Прядеин, 2004).

Недостаточность когнитивного ресурсного обеспечения для формирования психоэмоциональной устойчивости в среде лиц с неравновесными состояниями подтверждается данными факторного анализа. По ведущему когнитивному механизму, образующему каждый из трех выделенных факторов, можно условно обозначить их следующим образом: фактор контроль деятельности неуспеха и эгоцентрированной ответственности с опорой на сниженные способности рефлексии деятельности (1); фактор когнитивной ответственности с преобладанием когнитивной осведомленности (2); фактор метакогнитивного контроля планирования деятельности и ее успеха с опорой на рефлексию ретроспективы деятельности и общения (3).

В проведенном исследовании подтверждена заключительная часть эмпирической гипотезы, состоявшая в предположении о наличии инвариантных и специфических для субъектов разных видов профессиональной деятельности когнитивных ресурсов психоэмоциональной устойчивости.

Равновесность, устойчивость психических состояний личности в затрудненных условиях жизнедеятельности может обеспечиваться ресурсной ролью сформированных психологических свойств высших подструктур личности в виде жизнестойкости, развитой социоцентрической ответственности, акциональной ориентацией метакогнитивного контроля деятельности, развитыми способностями рефлексии, а также гармоничным сочетанием процессов произвольной саморегуляции.

К инвариантным ресурсам можно отнести доказанное отсутствие различий в акцентах метакогнитивного контроля деятельности на акциональную (АО), а также преобладание когнитивной осмысленности (КО) как когнитивного аспекта ответственности в среде пилотов ГА и медицинских работников с устойчивыми психоэмоциональными состояниями.

Как специфические ресурсы могут рассматриваться:

- для пилотов гражданской авиации – активность рефлексии актуальной (настоящей) деятельности и средне-высокий общий уровень рефлексии; преобладание осмысленности в когнитивном аспекте ответственности (независимо от уровня устойчивости психических состояний). Представленные выводы в значительной мере согласуются с ранее опубликованными данными об особенностях высших подструктур личности пилотов гражданской авиации, выступающих психологическими ресурсами равновесности, устойчивости психических состояний личности в затрудненных условиях жизнедеятельности (Бабичкова, 2022).
- для медицинских работников – опора на рефлексию настоящей и будущей деятельности, а также преимущественно средний, а в отдельных индивидуальных проявлениях низкий, общий уровень рефлексии; ориентация на когнитивную осведомленность в сегменте специалистов, испытывающих неравновесные состояния.

Заключение

Научная новизна исследования состояла в эмпирической операционализации введенного ранее понятия «затрудненные условия жизнедеятельности» через обоснование ресурсной роли когнитивных процессов в формировании психоэмоционального «ответа» на стрессогенность переживаемого периода пандемии Covid-19. Установлено, что рефлексия деятельности является инвариантным предиктором когнитивных ресурсов в группах, дифференцированных по уровню психоэмоциональной устойчивости. Показана инвариантная предикторная роль в устойчивости психических состояний в профессиональных группах пилотов гражданской авиации и медицинских работников акциональной ориентированного метакогнитивного контроля деятельности, а также когнитивной осмысленности в среде пилотов ГА и медицинских работников с устойчивыми (равновесными) психоэмоциональными состояниями.

Данное исследование позволило определить факторы когнитивного ресурсного обеспечения устойчивых и неравновесных психоэмоциональных состояний, что вносит вклад в верификацию концепций смысловой регуляции психических состояний, метакогнитивного, ресурсного, субъектно-ресурсного подходов в современной психологии.

Полученные результаты по-разному соотносятся с результатами эмпирических исследований, представленных в публикациях. В частности, данные о компенсаторной роли АО-модуса контроля успешной деятельности при неравновесных психических состояниях в стрессогенных условиях жизнедеятельности не представлены в научных публикациях Д. Куля и его последователей. Это можно объяснить динамичными процессами в жизни современного общества, аналогов которым в годы экспериментальных исследований Д. Куля (80-е гг. XX в.) не было.

Значимым результатом исследования стало выявление интеркорреляционных взаимосвязей между различными когнитивными механизмами: метакогнитивным контролем, рефлексией деятельности, когнитивным аспектом содержательной сферы личностной ответственности. Отраженные в данных факторного анализа эти данные могут послужить в дальнейшем для экспериментальных исследований в области когнитивной психологии.

В целом, на основе обобщения полученных результатов возможно выделить «мишени» психологического воздействия для разработки программ консультирования и психологического сопровождения личности с повышенной психоэмоциональной лабильностью в затрудненных условиях жизнедеятельности.

Ограничения исследования

Следует отметить, что данное исследование имеет некоторые ограничения. Во-первых, в эмпирическую выборку включены представители только двух профессиональных групп. В дальнейшем имеет смысл расширить профессиональный состав испытуемых. Во-вторых, имелся некоторый дисбаланс состава участников по полу: группа пилотов представлена только лицами мужского пола, в отличие от группы медицинских работников. Это обстоятельство не позволило поставить задачу определения гендерной специфики когнитивных ресурсов психоэмоциональной устойчивости личности в затрудненных условиях жизнедеятельности. Предполагаем, что эти ограничения удастся преодолеть на следующих этапах проводимых исследований.

Благодарности

Авторы выражают благодарность пилотам гражданской авиации, медицинским работникам поликлиник Москвы и Краснодара, принявшим добровольное информированное участие в слепом анкетировании и тестировании по предложенным методикам.

Литература

- Бабичкова, Е. С. (2022). Модель психологических ресурсов устойчивости психических состояний личности в затрудненных условиях жизнедеятельности. *Ярославский педагогический вестник*, 5(128), 132–143.
- Бодров, В. А. (2006). Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. *Психологический журнал*, 27(2), 113–123.
- Бодров, В. А. (2007). Психологические механизмы адаптации человека. В: Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев (ред.) *Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, и перспективы*. Институт психологии РАН.
- Боковиков, А. М. (1999). *Тест для оценки мотивационной направленности личности Куля. Проблемность в профессиональной деятельности: теория и методы психологического анализа*. Институт психологии РАН.
- Водопьянова, Н. Е. (2009). *Психодиагностика стресса*. Питер.
- Водопьянова, Н. Е. (2015). Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16: Психология. Педагогика*, 1, 45–54.
- Карпов, А. В., Пономарева, В. В. (2000). *Психология рефлексивных механизмов управления*. Институт психологии РАН.
- Коржова, Е. Ю. (2000). Развитие личности в контексте жизненной ситуации В: Е. Ф. Рыбалко, Л. А. Коростылева (ред). *Психологические проблемы самореализации личности*. СПбГУ.
- Куфтяк, Е. В., Бехтер, А. А. (2020). Стресс и проактивное совладающее поведение в период пандемии Covid-19: данные он-лайн опроса. *Медицинская психология в России: электронный научный журнал*, 6(65).
- Липатов, С. А. (2004). Социально-психологический анализ и оценка трудных жизненных ситуаций. В *Человек в трудных жизненных ситуациях: 1-я и 2-я Научно-практические конференции: материалы*. Москва.
- Медведев, В. И. (2003). *Адаптация человека*. Институт мозга человека. РАН.
- Мерлин, В. С. (2005). *Психология индивидуальности: избранные психологические труды*. Московский Психолого-социальный институт, Воронеж: МОДЭК.
- Прохоров, А. О. (2009). *Смысловая регуляция психических состояний*. Институт психологии РАН.
- Прядеин, В. П. (2014). *Психодиагностика личности. Избранные психологические тесты: Практикум*. Сургутский государственный педагогический университет.
- Психология личности: Словарь-справочник. (2001). Рута.
- Ральникова, И. А. (2012). *Психология жизненных перспектив на этапе переломных событий: монография*. Барнаул.
- Холодная, М. А. (2019). *Психология интеллекта. Парадоксы исследования: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры*. Юрайт.
- Цзыхань, Л., Сяо Ган, В. (2021) Психологические факторы посттравматического стресса, вызванного пандемией COVID-19. *Психологический журнал*, 42(1), 102–110.
- Юревич, А. В., Ушаков, Д. В., Юревич, М. А. (2021). COVID-19: результаты третьего экспертного опроса. *Психологический журнал*, 42(3), 128–136.
- Ясько, Б. А., Бабичкова, Е. С., Покуль, В. О. (2021). Личность в глобальном VUCA-вызове периода пандемии. *Южно-российский журнал социальных наук*, 22(3), 85–98.
- Ясько, Б. А., Казарин, Б. В., Городин, В. Н. Чугунова, Н. А., Покуль, Л. В., Скрипниченко, Л. С., Скоробогатов, В. В. (2021). Жизнестойкость и персональные ресурсы врачей «красных зон» ковид-госпиталей (психологический анализ). *Вестник РГМУ*, 4, 68–74.
<https://doi.org/10.24075/vrgmu.2021.042>

- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(6), 989–1003. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.63.6.989>
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6(4), 307–324.
- Hobfoll, S. E., Johnson, R. J., Ennis, N., & Jackson, A. P. (2003). Resource loss, resource gain, and emotional outcomes among inner city women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 632–643.
- Kuhl J. (1983). *Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle*. Springer.
- Kuhl, J. (1981). Motivation and functional helplessness: the moderating effect of state versus action orientation. *Social Psychology*, 40, 155–171.
- Masten, A. S., & Reed, M.-G. (2002). Resilience in development. In: Snyder, Lopez S.J. (eds.). *Handbook of positive psychology*. University Press.
- Petrovsky, V. A., & Shmelev, I. M. (2019). Personology of difficult life situations: at the intersection of three cultures. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 16(3), 408–433.
- Taylor, S. E., & Kemeny, M. E. (2018). *Health Psychology*. McGraw Hills, Inc.
- Taylor, S. E., Reed, G. M., Bower J. E., & Gruenewald, L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55(1), 99–109.

Поступила в редакцию: 05.10.2023

Поступила после рецензирования: 01.12.2023

Принята к публикации: 16.01.2024

Заявленный вклад авторов

Бэла Аслановна Ясько – концепция исследования и ее теоретическое обоснование, методологическое обоснование эмпирического поиска, написание текста раздела «Введение», научное редактирование текстов разделов «Результаты»; «Обсуждение результатов»; критический пересмотр содержания статьи.

Бабичкова Екатерина Сергеевна – подбор и проведение психодиагностических процедур, представление первичной статистики. Математико-статистическая обработка; написание разделов «Результаты», «Аннотация», «Основные положения»; оформление общего текста статьи; работа с источниками.

Омельченко Наталия Владимировна – формирование эмпирической выборки, обсуждение результатов и их практической значимости, написание обзорной части статьи.

Информация об авторах

Ясько Бэла Аслановна – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры управления персоналом и организационной психологии, Кубанский

Бэла А. Ясько, Наталия В. Омельченко, Екатерина С. Бабичкова
Когнитивные ресурсы психоэмоциональной устойчивости личности
в затрудненных условиях жизнедеятельности
Российский психологический журнал, 21(1), 2024

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ФИЛОСОФИЯ И ПСИХОЛОГИЯ

государственный университет, Краснодар, Российская Федерация; профессор кафедры общественного здоровья и здравоохранения, Кубанский государственный медицинский университет, Краснодар, Российская Федерация; SPIN-код РИНЦ: 8181-1410; РИНЦ AuthorID: 490262; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6847-112X>; e-mail: shabela-1@yandex.ru

Омельченко Наталия Владимировна – кандидат психологических наук, доцент кафедры управления персоналом и организационной психологии, Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Российская Федерация; SPIN-код РИНЦ: 5450-5947, РИНЦ AuthorID: 1072671; ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-0086-3327>, e-mail: psinv@mail.ru

Бабичкова Екатерина Сергеевна – начальник отдела по организации и обеспечению специальных рейсов департамента планирования и управления производственной деятельности, Публичное акционерное общество «Аэрофлот – Российские авиалинии», г. Москва, Российская Федерация; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9350-8871>, e-mail: katya_babichkova@mail.ru

Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.