

Научный обзор

УДК 159.9.07

<https://doi.org/10.21702/rpj.2024.3.14>

Позитивная нейронаука – анализ направлений исследований нового интегративного подхода

Артур А. Реан¹ , Андрей О. Шевченко^{1*} , Алексей А. Ставцев¹ ,
Антон Л. Линьков² 

¹ Московский педагогический государственный университет, Москва,
Российская Федерация

² Еврейский музей и центр толерантности, Москва, Российская Федерация

*Почта ответственного автора: andreyshevchenkomsu@gmail.com

Аннотация

Введение. Позитивная нейронаука – интегративная область, направленная на изучение физиологических механизмов в позитивно-психологическом контексте. Исследования данной области затрагивают проблематику просоциального поведения, сильных сторон личности (VIA), благополучия и альтруизма. Новизна исследования – теоретическое обоснование формирования нового для российского научного пространства направления – позитивной нейронауки.

Теоретическое обоснование. Основные тенденции современной позитивной психологии – это позитивная социализация, благополучие и сильные стороны личности (VIA). Три практические области применения позитивной нейронауки – формирование психологического благополучия личности, профилактика агрессии и стимулирование просоциального поведения личности. Мы провели анализ нейроисследований на предмет их согласованности с позитивно-психологическим подходом к изучению личности и возможности дальнейшего интегративного изучения личности на стыке трех областей психологического знания: позитивной психологии, психологии личности и системной психофизиологии, в частности в аспекте изучения агрессии и просоциального поведения. Позитивная нейронаука – и самостоятельная отрасль фундаментального психологического знания, и дополнительный и альтернативный способ исследования классических концепций

психологии личности, социальной психологии и системной психофизиологии в рамках позитивно-психологического направления, что подтверждается психологическими исследованиями. **Обсуждение результатов.** Позитивная нейронаука – высоко перспективное направление как в теоретическом аспекте изучения и описания личности, так и в практическом аспекте выявления и нахождения наиболее эффективных способов формирования психологического благополучия и психологической жизнестойкости личности, ее просоциальных паттернов поведения и профилактики агрессии и деструктивного поведения.

Ключевые слова

позитивная психология, позитивная нейронаука, социальная нейронаука, психологическое благополучие, альтруизм, просоциальное поведение, профилактика агрессии

Финансирование

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда (проект № 24-18-00389 на тему «Социально-психологические и психофизиологические индикаторы психологического благополучия и просоциального поведения молодежи»).

Для цитирования

Реан, А. А., Шевченко, А. О., Ставцев, А. А., Линьков, А. Л. (2024). Позитивная нейронаука – анализ направлений исследований нового интегративного подхода. *Российский психологический журнал*, 21(3), 250–263. <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.3.14>

Введение

Одним из актуальных направлений психологии является позитивная психология, масштабная и быстроразвивающаяся область современной психологической науки, изучающая психологическое благополучие личности, социальных групп и общества в целом (Реан, Ставцев, Шевченко, 2022; Леонтьев, 2012; Seligman, Steen, Park & Peterson, 2005). Позитивная психология стремится исследовать положительные черты личности, которые делают жизнь «стоящей того, чтобы ее прожить», включая изучение концептов надежды, мудрости, творчества, устремленности в будущее, мужества, духовности, ответственности, настойчивости и других (Реан, Ставцев, Шевченко, 2022), а также и негативные стороны психологического функционирования человека (Реан, Ставцев, 2020). Так, в основе позитивно-психологического концепта лежит ряд эмпирически проверяемых положений, таких как выученная

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЗГА

беспомощность или же модель сильных сторон личности (VIA) (Любознательность, Оптимизм, Энергичность, Благодарность, Любовь, Справедливость, Креативность и пр.). В то же время во многих психологических направлениях был сформирован запрос на интегративные исследования, например, в психоанализе – ассоциация нейропсихоанализа (URL: <https://npsa-association.org/>). Нейроисследования дополняют существующие теоретические концепты психологической науки, а также могут детализировать теории, подтверждать или опровергать гипотезы.

Позитивная нейронаука – это интеграция нейроисследований в позитивно-психологический контекст. Исследования нейронауки может находиться вне области позитивного направления, но быть значимым для позитивной нейронауки. Они основываются на данных, полученных с помощью нейровизуализации, вычислительной нейробиологии, когнитивной нейробиологии и других дисциплин. Позитивная нейронаука направлена на изучение физиологических функций, связанных с аспектами жизни человека, которые способствуют его благополучию (Summer, 2019; Greene, Morrison & Seligman, 2016). Позитивная нейронаука исследует, как мозг реагирует на позитивные и негативные эмоции, как он может быть изменен благодаря нейропластичности, и какие практики способствуют улучшению психического состояния и качества жизни. Объектами позитивной нейронауки выступают такие позитивно-психологические феномены, как альтруизм и просоциальное поведение, состояние потока, психологическое благополучие и другие.

Целью данной статьи является обобщение исследований в области нейронауки, значимых для позитивной психологии, анализ перспектив и ограничений данного интегративного подхода.

Теоретическое обоснование

Тенденции в современной позитивной психологии

Говоря о позитивной психологии и ее месте в системе психологических наук и направлений, следует отметить не только проблемное поле позитивно-психологических исследований, лежащее в области детального структурного и систематического изучения положительных аспектов психологии личности и социальной психологии, но и такую важную особенность данного подхода, как эмпирическая верификация, основанная на большом объеме качественных и количественных исследований, а также экспериментов (Реан, Ставцев, 2020; Ставцев, Реан, Кузьмин, 2021). В связи с этим необходимо подчеркнуть особую важность одной из ключевых моделей в рамках позитивной психологии – модели «VIA» (Values In Action) или модель 24 сильных сторон личности (Peterson & Seligman, 2004; Ставцев и др., 2021). Данная модель была представлена в 2004 году в рамках хрестоматийного труда Кристофера Питерсона и Мартина Селигмана «CSV»

(Character Strength And Virtues: A handbook and classification). Книга представляет собой структурированную научную классификацию гуманистических идей и теорий, а также положительных качеств личности, теорий и подходов к измерению данных качеств. Книга была создана по аналогии с «Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders» – «настойной книгой» психологов из разных сфер, работающих с психическими расстройствами. Проанализировав огромный объем научной, философской и художественной литературы, ученые выделили 6 ключевых достоинств, которые можно разделить на 24 сильные стороны личности. Для определения того, является ли характеристика личности пригодной для включения в список CSV, авторам необходимо было установить возможность достоверного исследования данной характеристики с эмпирической точки зрения. В CSV были включены качества и характеристики личности, являющиеся положительными в мультикультурном смысле (актуальны независимо от национальности, региона, культурных особенностей, религии) (Реан, Ставцев, Кузьмин, 2023). Модель «Сильных сторон личности» продемонстрировала высокие показатели достоверности при работе с большими группами респондентов в РФ, были выделены сильные стороны личности, формирующие квартет психологической жизнестойкости (Любознательность, Энергичность, Оптимизм, Благодарность), построена предиктивная модель психологического благополучия личности в профессиональной деятельности на примере профессии социомического типа (педагоги) и выявлен ряд других важных эмпирических закономерностей, согласующихся с исследованиями зарубежных коллег (Реан, Ставцев, 2021б; Реан, Ставцев, Кузьмин, 2021, 2022, 2023; Ставцев и др., 2021).

Обособленно следует выделить значимость исследований на стыке позитивной психологии и нейронауки в области «теории потока» Михея Чиксентмихайи (Csikszentmihalyi, 2015; Реан, Шевченко, Ставцев, 2022). Изучение психофизиологических особенностей нахождения человека в продуктивном рабочем состоянии является крайне значимой и актуальной задачей современной науки, и вносит значимый вклад в развитие современных способов взаимодействия с информацией, включая образование и, в частности, геймификацию образования (Реан, Шевченко, Ставцев, 2022).

В то же время позитивная психология может выступать крайне эффективным инструментом в решении важной социальной проблемы агрессии и агрессивности в обществе (Реан, Ставцев, 2020). Под агрессией в нашей статье понимается то классическое определение, которое было дано Р. Бэрном и Д. Ричардсон: «Агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения» (Бэрн, Ричардсон, 2001, с. 27). Под просоциальным поведением мы понимаем такое поведение, которое приносит пользу другим людям или обществу в целом (Twenge, Baumeister, DeWall, Ciarocco & Bartels, 2007). С точки зрения эволюционной биологии принято считать агрессивность неотъемлемой частью человеческой

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЗГА

натуры: «такой же инстинкт, как и все остальные» (Лоренц, 1994, с. 6). Но не все эволюционные биологи разделяют данную точку зрения, тут стоит отметить мнение Франса де Ваала. Так, де Вааль в своей книге (2014) отмечает, что млекопитающие с развитым социальным инстинктом стремятся к гармоничным отношениям и стремятся избегать конфликтов. Согласно подходу исследователя, предполагается, что люди учатся во время взаимодействия с социумом, моделируя свое поведение на основе наблюдений за другими. Бандура полагал (2000), что люди не просто отзываются на стимулы из окружающей среды, но активно взаимодействуют и влияют на свое окружение. Отсюда можно сделать предположение, что человек, как социальное животное, может быть склонен к агрессии не столько из-за своих биолого-эволюционных детерминант, сколько из-за своих индивидуальных особенностей и социальных особенностей окружающей среды. О чём также говорится у Стивена Пинкера: хоть насилие и агрессия на протяжении эволюции человека были неизбежными реакциями на определённые условия, с течением времени и развитием культуры и общества насильственные тенденции претерпели значительные изменения. Пинкер утверждает (2021), что благодаря прогрессу в области прав и морали такие наши стороны личности, как способность к эмпатии, самоконтролю, моральному чувству, рассудку с течением времени подавляют эти агрессивные инстинкты, что приводит к значительному снижению уровня насилия и агрессии в современном обществе.

Согласно мнению исследователей, работающих в русле позитивной психологии, просоциальное поведение приносит пользу другим людям или обществу в целом, так как от совокупности высокого личностного благополучия индивидов выигрывает общество (Peterson & Seligman, 2004). То есть, стремясь к личному благополучию, мы получаем благополучие общественное, и здесь можно говорить об эгоистическом альтруизме как благе для общества (Либерман, 2020). Говоря о влиянии просоциального поведения и агрессии на благополучие, стоит упомянуть несколько исследований. Так, проявления агрессии предсказывают снижение просоциального поведения (Obsuth, Eisner, Malti & Ribeaud, 2015). Для оценки взаимодействия просоциального поведения и агрессии в данном исследовании использовались самоотчеты учителей (1325 человек), родителей (1191 человек) и детей (1334 человек), общей выборкой 3850 человек. Сбор данных происходил в несколько этапов период с 2004 по 2010 год. Это исследование показало, что агрессия, измеренная в течение одного года, предсказывала снижение просоциального поведения в следующем году. Впрочем, стоит отметить, что обратная зависимость не была значимой, т.е. просоциальное поведение в текущем году не предсказывало изменения агрессивного поведения в следующем (Obsuth et al., 2015). Основываясь на теоретических и эмпирических данных, можно предположить, что просоциальное поведение влияет положительно на уровень благополучия индивида, в то время как агрессивное поведение предсказывает снижение просоциального поведения, благополучия. Так, исследование Jung &

Schröder-Abé (2019), в котором использовались самоотчёты общей выборки в 1663 человека от 10 до 20 лет, демонстрирует, что шкала «просоциальное поведение», выступая модератором между шкалами «принятие агрессии» и «физическая агрессия» у детей и подростков, снижает вероятность реального проявления агрессии, т.е. чем выше шкала «просоциальное поведение», тем меньше вероятность физической агрессии, даже при высоких уровнях шкалы «принятие агрессии». Также в данной работе подчёркивается, что люди, у которых отсутствуют стабильные социальные отношения, особенно восприимчивы к агрессии сверстников. В то же время в исследовании Hu, You, Ling, Yuan & Huebner (2021) получены данные о том, что просоциальное поведение положительно связано с самооценкой и надеждой (оптимизмом). Эти исследования подчеркивают важность просоциального поведения как одного из аспектов снижения агрессии. Воспитывая положительные, социальные качества, такие как сочувствие, доброта и сотрудничество, мы закладываем тенденцию, когда люди с меньшей вероятностью будут проявлять агрессивное поведение. Программы, направленные на профилактику агрессии, должны разрабатываться с учетом важности стимулирования и укрепления просоциального поведения, привязанности к сверстникам и улучшения семейной атмосферы поддержки и общения (Реан, Ставцев, 2021a).

В то же время в современных научных исследованиях крайне слабо представлен психофизиологический подход к изучению и объяснению связи агрессии и просоциальности, в особенности в позитивно-психологическом ключе. Позитивная нейронаука представляет интерес для поисков ответов с помощью психофизиологических методов на вопросы о характере взаимосвязи физиологических индикаторов и таких социальных характеристик личности, как психологическое благополучие и сильные стороны личности, с такими явлениями как просоциальное поведение личности, агрессия и агрессивность, тип мышления личности (аналитический и холистический) и многими другими.

Релевантные для позитивно-психологической теории нейроисследования

Выученная беспомощность и депрессия

Как мы писали ранее, нейроисследования могут расширять представления о существующих теориях психологии личности, как доказывать какие-либо отдельные положения или гипотезы, так и опровергать их. Например, концепция одного из основоположников позитивной психологии Мартина Селигмана – «выученная беспомощность» – это состояние человека или животного, при котором индивид не предпринимает действий для улучшения своего состояния (не пытается избежать отрицательных стимулов или получить положительные), хотя имеет такую возможность. Как правило, данный феномен проявляется после нескольких

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЗГА

неудачных попыток воздействовать на обстоятельства среды, характеризуется пассивным поведением испытуемого, отказом от действий для устранения негативных эффектов окружающей среды, несмотря на наличие такой возможности (Peterson & Seligman, 2004; Реан и др., 2023). Изначально, с технической точки зрения, выученная беспомощность формировалась от неспособности избежать шока, вызванного неконтролируемыми неблагоприятными событиями (Maier & Seligman, 2016). Таким образом, феномен выученной беспомощности не должен проявляться в случае, если событие контролируемо. В данном исследовании также оставался без ответа вопрос о наличии респондентов, не поддающихся эффекту выученной беспомощности при наличии длительных неконтролируемых неблагоприятных обстоятельств.

К слову, именно изучение «не поддающихся» респондентов стало одной из важнейших отправных точек направления позитивной психологии (Реан и др., 2023). Современные психофизиологические исследования показывают, что неконтролируемость не является активным компонентом в формировании беспомощности (Baratta, Seligman & Maier, 2023). Нейронные схемы, которые лежат в основе выученной беспомощности, показывают, что пассивность и повышенная тревожность – стандартная реакция на длительные неблагоприятные события. Для подавления этой реакции по умолчанию используются нисходящие цепи, которые спускаются от вентромедиальной префронтальной коры вниз к дорсальному ядру шва и другим структурам. Соответственно, обучение контролю – создание кортикального представления о том, что неблагоприятные события будут контролируемы в будущем (Maier & Seligman, 2016; Baratta et al., 2023). Авторы предполагают, что ожидания того, что неблагоприятные события станут временными и контролируемыми, являются наилучшей естественной защитой от беспомощности, и цепь «вентромедиальная префронтальная кора – дорсальное ядро шва» можно рассматривать как «цепь надежды» (Maier & Seligman, 2016). Авторами строится предположение, что терапия и профилактика депрессии у людей может быть направлена на формирование новых когнитивных представлений (Baratta et al., 2023). Именно на данных закономерностях строится логика развития психологической жизнестойкости индивида. Развивая определенные сильные стороны личности, в частности, любознательность, энергичность, благодарность и оптимизм, можно приобрести своеобразный «иммунитет» к выученной беспомощности, а, как следствие, и ко многим связанным с ней негативным явлениям – депрессии, тревожности и другим (Реан, Ставцев, Кузьмин, 2022).

Также в рамках проекта «Позитивная нейронаука» (Greene et al., 2016) было проведено фМРТ исследование о влиянии медитации. Был выявлен как позитивный психологический эффект, так и изменение активации в правой миндалине, гиппокампе и медиальной префронтальной коре, что подтверждает эффективность медитации в купировании тревожных расстройств (Hölzel, Lazar & Milad, 2016).

Просоциальное поведение, альтруизм, эмпатия и любовь

Так, в основополагающей для направления монографии «Позитивная нейронаука» под авторством Д. Грин, И. Моррисон и М. Селигмана уделяется особое значение исследованиям альтруизма и просоциального поведения как одного из ключевых факторов формирования благополучия. Альтруизм в модели VIA наиболее связан с группой качеств «Социальности». К этой группе относят: беспристрастность, лидерство и просоциальную активность (Bruce Wan, de Bont, Hekker & Chow, 2022). Одним из аспектов альтруизма является способность для человека релевантно делиться информацией, которая может быть полезна другому. Склонность делиться информацией с другими людьми может быть связана и со стремлением человека к вознаграждению. В исследовании Zaki & Mitchell (2016) проверяется гипотеза, что люди могут жертвовать ценными ресурсами в обмен на информацию, а сама возможность помочь другому приводит к вовлечению дофаминергической системы. Результаты исследования показали, что примерно в 70% случаев люди делились информацией, даже если это финансово не выгодно (Tamir, Zaki & Mitchell, 2015; Zaki & Mitchell, 2016). Результат фМРТ исследования, проверяющего, связано ли информирование Другого с системой вознаграждения, показал, что возможность поделиться информацией активировала вентральный стриатум (ВС) и вентромедиальную префронтальную кору, участвующих в обработке вознаграждения. Результат этого исследования свидетельствует о том, что ценность возможности помочь другому, поделившись знанием, представлена в той же системе нейронов, которая связана с обработкой вознаграждения и просоциальным поведением (Tamir et al., 2015; Zaki & Mitchell, 2016). Таким образом, интерпретация представленного исследования Zaki & Mitchell в контексте позитивно-психологической концепции позволяет нам сделать вывод о том, что альтруизм на психофизиологическом, нейронном уровне связан с системой вознаграждения.

Одной из областей исследований позитивной нейронауки должно быть изучение перехода от пассивной – астенической, к проактивной – стенической эмпатии, которая выражается в действиях и направлена на скорейшую помощь. Существует разница между астенической эмпатией (наблюдающей) и направленной стенической эмпатией, выражающейся в готовности совершать поступок, направленный на помощь «другому». Так, согласно модели «восприятия и действия» предполагается, что при незамедлительном реагировании требуется создание представления о соответствующей поведенческой реакции помощи. Это может объяснить, что одни люди приходят на помощь, не задумываясь об уровне опасности, а другие (не помогающие) – нет (Post, 2003; Dovidio, Piliavin, Schroeder & Penner 2006; Buchanan & Preston, 2016). Стеническая эмпатия как условие активного действия оказания помощи другому (альтруизм), в отличие от астенической эмпатии, требует определенного уровня нейрогормонального состояния и реакции на ситуацию. Эта совокупность факторов обеспечивает мотивирующее нейрогормональное состояние и вызывает реакцию альтруизма. Альтруизм требует не только понимания

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЗГА

ситуации со стороны наблюдателя, но и реакции заботы о находящемся под угрозой (Preston, 2013). Так, эмпатия (астеническая) может присутствовать, но не приводит к активному альтруизму, что показывает разность этих двух явлений (Buchanan & Preston, 2016). В ситуациях, когда не требуется немедленного реагирования, человек имеет возможность принимать решения более взвешенно и пережив все испытываемые по отношению к этому событию чувства. При изучении различий между астенической и стенической эмпатией встречаются исследования, связанные со стрессовыми ситуациями. Стресс имеет нейрогормональный характер, включает активацию гипоталамо-гипофизарно-адренокортикальной оси (НРА), что также приводит к выбросу кортизола (Dickerson & Kemeny, 2004; Mason, 1968; Buchanan & Preston, 2016). С физиологической точки зрения реакция на стресс предназначена аккумулировать энергию организма. Так, астеническая эмпатия может присутствовать, но не приводит к активному альтруизму (стенической эмпатии), что показывает разность этих двух явлений (Buchanan & Preston, 2016).

Buchanan & Preston (2016) провели исследование, проверяя гипотезу резонирования физиологического стресса между людьми с помощью оценки альфа-амилазы и кортизола. Согласно полученным результатам, обнаружилось, что у группы наблюдателей вырабатывалась реакция, связанная с кортизолом, в ответ на наблюдение ситуации стресса другого человека, а также была отмечена положительная корреляция между выраженностью у наблюдателей эмпатической обеспокоенности и уровнем кортизола и альфа-амилазы (Davis, 1983; Buchanan & Preston, 2016). Кортизоловые реакции наблюдателей были пропорциональны реакциям их собеседников (одни испытывали стресс, другие за этим наблюдали).

Изучением эмпатии и альтруизма занималась также исследовательская команда Singer et al. (2006). В их исследовании на первом этапе респондентам предлагалось взаимодействие с актерами с «честной» и «нечестной» репутацией, на втором этапе с помощью фМРТ метода регистрировалась реакция на испытываемую актерами боль. Результаты исследования показали, что женщины испытывают эмпатию независимо от репутации человека, в то время как мужчины испытывали эмпатию в отношении человека с хорошей репутацией, а в отношении «нечестного» отмечалась активность зон удовлетворения (Singer et al., 2006; Знаменская, Созинова, 2013). Одним из базовых механизмов социального взаимодействия являются аффективные касания, такие чувствительные касания, которые имеют социально-коммуникативную направленность. Так, было выяснено (Greene et al., 2016), что, мозговые сети, задействованные при аффективном, социальном прикосновении, обрабатывают стимульную информацию (преимущественно в инсуре, а также в соматосенсорных зонах) и интегрируют ее с другой социальной информацией (с участием верхней височной борозды), а также с сетями вознаграждения и принятия решений, поведения (с участием орбитофронтальной коры). Такие аффективные касания могут быть также связаны с формированием ощущения благополучия (Greene et al., 2016).

Существуют и отечественные психофизиологические исследования просоциального поведения, которые релевантны позитивно-психологической теории. Было проведено исследование Ю.И. Александрова с соавт. (2017) о влиянии алкоголизации на просоциальное поведение. Полученные исследователями данные демонстрируют процессы обратимой дедифференциации (увеличения в актуализированном опыте менее дифференцированных систем) (Александров и др., 2017, с. 83), что может говорить о более унифицированном и предсказуемом поведении людей при алкогольном опьянении (Александров и др., 2017).

Важным сильным качеством личности в позитивной психологии является любовь – способность налаживать и ценить близкие отношения с другими людьми; умение сопереживать, делиться и заботиться о других (Peterson & Seligman, 2004; Реан и др., 2023). В исследовании Bartels & Zeki (2004) с помощью метода фМРТ проводилось сравнение областей мозга, вовлеченных в материнскую и романтическую любовь. В первой серии исследования респондентам демонстрировались фотографии их партнеров и друзей, во второй – фотографии их собственных детей и детей знакомых (Bartels & Zeki, 2000, 2004; Summer, 2019). Сравнение этих данных показало, что обе формы привязанности активируют одни и те же области системы вознаграждения и снижают активность областей, вовлеченных в систему социального осуждения, негативных эмоций (Bartels & Zeki, 2004; Summer, 2019). Исследователи пришли к выводу, что существует механизм «push – pull», который снижает активность областей, опосредующих негативные эмоции, избегающее поведение и социальную оценку, и одновременно запускает механизмы, связанные с вознаграждением (Bartels & Zeki, 2004).

Обсуждение результатов

Позитивная нейронаука – перспективное направление интеграции нейрометодов с позитивно психологической концепцией. В рамках данного направления проводятся комплексные исследования выученной беспомощности, депрессии, просоциального поведения и др. Так, нейроисследования выученной беспомощности дополняют существующую общепринятую модель, делая акцент на том, что важным является сформированное когнитивное представление о настоящем и будущем (Maier & Seligman, 2016; Baratta et al., 2023). Крайне актуальными исследованиями являются изучения соотношения эмпатии и активного альтруизма, а также изучение нейронных механизмов просоциального поведения (Singer et al., 2006; Знаменская, Созинова, 2013; Buchanan & Preston, 2016; Greene et al., 2016; Александров и др., 2017). Данные исследования дополняют существующую теоретическую базу позитивной психологии, позволяют корректировать подходы к профилактике и терапии различных психологических расстройств (например, эффект медитации при тревожных расстройствах). В то же время глубинное понимание процессов формирования асоциальных паттернов поведения, в частности агрессии личности, в

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОЗГА

совокупности с когнитивными методиками трансформации асоциальных паттернов поведения в просоциальные паттерны поведения через медиацию и модерацию посредством развития сильных сторон личности дают возможность разработки новых эффективных программ социализации, воспитания и ресоциализации личности.

Более того, детальный анализ механизмов воздействия позитивной психологии, в частности, позитивных психологических интервенций, с помощью ресурсов позитивной нейронауки позволит повысить эффективность уже существующих и практически ориентированных позитивно-психологических методик воспитания, социализации и ресоциализации личности (Ставцев, 2022).

Именно поэтому, на наш взгляд, позитивная нейронаука – крайне перспективное направление развития отечественного научного знания.

Литература

- Александров, Ю. И., Сварник, О. Е., Знаменская, И. И., Арутюнова, К. Р., Колбенева, М. Г., Крылов, А. К., Булава, А. И. (2017). Алкоголизация как условие регрессии при научении и при просоциальном поведении. *Вопросы психологии*, (3), 80–91.
- Бандура, А. (2000). *Теория социального научения*. Евразия.
- Бэрн, Р., Ричардсон, Д. (2001). *Агрессия*. Питер.
- Вааль, Ф. Д. (2014). *Истоки морали. В поисках человеческого у приматов*. Альпина Паблишер.
- Знаменская, И. И., Созинова, И. М. (2013). Ингрупповое и аутгрупповое просоциальное поведение. Под ред. А.Н. Харитоновой, *Эволюционная и сравнительная психология в России: традиции и перспективы* (с. 281–286). Институт психологии РАН.
- Леонтьев, Д. А. (2012). Позитивная психология – повестка дня нового столетия. *Психология. Журнал высшей школы экономики*, 9(4), 36–58.
- Либерман, М. (2020). *Социальный вид. Почему мы нуждаемся друг в друге*. Манн, Иванов и Фербер.
- Лоренц, К. (1994). *Агрессия*. Прогресс.
- Пинкер, С. (2021). *Лучшее в нас: почему насилия в мире стало меньше*. Альпина Паблишер.
- Реан, А. А., Ставцев, А. А. (2020). Позитивные психологические интервенции как профилактика школьного неблагополучия, агрессии и буллинга. *Вопросы образования*, (3), 37–59. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2020-3-37-59>
- Реан, А. А., Ставцев, А. А. (2021а). Протективные и провокативные семейные факторы агрессивного поведения детей и подростков. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 11(2), 137–149. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2021.202>
- Реан, А. А., Ставцев, А. А. (2021б). Сильные стороны личности в модели VIA как предиктор личностного благополучия педагога в профессиональной деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 11(4), 371–388. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2021.406>
- Реан, А. А., Ставцев, А. А., Кузьмин, Р. Г. (2023). *Позитивная психология и педагогика*. Московский педагогический государственный университет
- Реан, А. А., Ставцев, А. А., Кузьмин, Р. Г. (2021). Позитивно-психологический подход как фактор стимулирования психологического благополучия и редуцирования рисков профессионального выгорания педагога. *Психология человека в образовании*, 3(4), 461–473. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-4-461-473>

- Реан, А. А., Ставцев, А. А., Кузьмин, Р. Г. (2022). Сильные стороны личности в модели VIA как медиатор психологического благополучия в профессиональной деятельности. *Национальный психологический журнал*, 2(46), 25–34. <https://doi.org/10.11621/npj.2022.0203>
- Реан, А. А., Ставцев, А. А., Шевченко, А. О. (2022). Сильные стороны личности (модель VIA) у педагогов разных поколений. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 12(4), 507–526. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.408>
- Реан, А. А., Шевченко, А. О., Ставцев, А. А. (2022). Цифровая геймификация как инструмент позитивной педагогики. *Педагогика*, 86(10), 17–27.
- Ставцев, А. А. (2022). Позитивная психология как инструмент социализации, воспитания и ресоциализации личности. *Вестник Московского университета МВД России*, (4), 332–335. <https://doi.org/10.24412/2073-0454-2022-4-332-335>
- Ставцев, А. А., Реан, А. А. & Кузьмин, Р. Г. (2021). Сильные стороны личности российских педагогов в модели VIA: апробация русскоязычной версии опросника «24 сильные стороны личности» (VIA-IS120). *Интеграция образования*, 25(4), 681–699. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.105.025.202104.681-699>
- Baratta, M. V., Seligman, M. E., & Maier, S. F. (2023). From helplessness to controllability: toward a neuroscience of resilience. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1170417. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1170417>
- Bartels, A. & Zeki, S. (2000). The neural basis of romantic love. *NeuroReport*, 11(17), 3829–3834. <https://doi.org/10.1097/00001756-200011270-00046>
- Bartels, A. & Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *NeuroImage*, 21(3), 1155–1166. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2003.11.003>
- Bruce Wan, C. K., de Bont, C. J., Hekkert, P. & Chow, K. K. (2022, January). Towards a Strengths-Based Personal Informatics Framework for Transformative Tourism Experiences: A Phenomenological Study on Serious Leisure Practitioners. *Information and Communication Technologies in Tourism 2022: Proceedings of the ENTER 2022 eTourism Conference*. Springer International Publishing
- Buchanan, T.W. & Preston, S.D. (2016). When Feeling and Doing Diverge: Neural and Physiological Correlates of the Empathy–Altruism Divide. In J. D. Greene, I. Morrison, M. E. P. Seligman (Eds.), *Positive Neuroscience* (pp. 89–104). Oxford University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (2015). *The systems model of creativity: The collected works of Mihaly Csikszentmihalyi*. Springer Dordrecht.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 113–126. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>
- Dickerson, S. S. & Kemeny, M. E. (2004). Acute stressors and cortisol responses: a theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychological bulletin*, 130(3), 355–391. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.355>
- Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., Schroeder, D. A. & Penner, L. A. (2006). *The social psychology of prosocial behavior*. Psychology Press.
- Greene, J. D., Morrison, I. & Seligman, M. E. (Eds.). (2016). *Positive Neuroscience*. Oxford University Press.
- Hölzel, B. K., Lazar, S. W. & Milad, M. R. (2016). Could meditation modulate the neurobiology of learning not to fear? In J. D. Greene, I. Morrison, M. E. P. Seligman (Eds.), *Positive Neuroscience* (pp. 175–190). Oxford University Press.
- Hu, H., You, Y., Ling, Y., Yuan, H. & Huebner, E. S. (2021). The development of prosocial behavior among adolescents: A positive psychology perspective. *Current Psychology*, 1–9. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02255-9>

- Jung, J. & Schröder-Abé, M. (2019). Prosocial behavior as a protective factor against peers' acceptance of aggression in the development of aggressive behavior in childhood and adolescence. *Journal of Adolescence*, 74, 146–153. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.002>
- Maier, S. F. & Seligman, M. E. (2016). Learned helplessness at fifty: Insights from neuroscience. *Psychological review*, 123(4), 349–367. <https://doi.org/10.1037/rev0000033>
- Mason, J. W. (1968). A review of psychoendocrine research on the sympathetic-adrenal medullary system. *Psychosomatic medicine*, 30(5), 631–653.
- Obsuth, I., Eisner, M. P., Malti, T. & Ribeaud, D. (2015). The developmental relation between aggressive behaviour and prosocial behaviour: A 5-year longitudinal study. *BMC psychology*, 3, 1–15. <https://doi.org/10.1186/s40359-015-0073-4>
- Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford university press.
- Post, S. G. (2003). *Unlimited love: Altruism, compassion, and service*. Templeton Foundation Press.
- Preston, S. D. (2013). The origins of altruism in offspring care. *Psychological bulletin*, 139(6), 1305–1341. <https://doi.org/10.1037/a0031755>
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N. & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist*, 60(5), 410–421. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>
- Singer, T., Seymour, B., O'Doherty, J. P., Stephan, K. E., Dolan, R. J. & Frith, C. D. (2006). Empathic neural responses are modulated by the perceived fairness of others. *Nature*, 439(7075), 466–469. <https://doi.org/10.1038/nature04271>
- Summer, A. (2019). *Positive neuroscience*. John Templeton Foundation
- Tamir, D. I., Zaki, J. & Mitchell, J. P. (2015). Informing others is associated with behavioral and neural signatures of value. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(6), 1114–1123. <https://doi.org/10.1037/xge0000122>
- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J. & Bartels, J. M. (2007). Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of personality and social psychology*, 92(1), 56–66. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.1.56>
- Zaki, J. & Mitchell, J.P. (2016). Prosociality as a form of reward seeking. In J. D. Greene, I. Morrison, M. E. P. Seligman (Eds.), *Positive Neuroscience* (pp. 57-72). Oxford University Press.

Поступила в редакцию: 22.05.2024

Поступила после рецензирования: 12.08.2024

Принята к публикации: 12.08.2024

Заявленный вклад авторов

Артур Александрович Реан – научное руководство; поиск, отбор и анализ литературы, формулировка выводов; подготовка окончательной редакции текста.

Андрей Олегович Шевченко – поиск, отбор и анализ литературы; подготовка первоначального варианта текста; формулировка выводов.

Алексей Андреевич Ставцев – поиск, отбор и анализ литературы; подготовка первоначального варианта текста; формулировка выводов.

Антон Львович Линьков – поиск, отбор и анализ литературы; подготовка первоначального варианта текста; формулировка выводов.

Информация об авторах

Артур Александрович Реан – академик РАО, доктор психологических наук, профессор, директор Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», г. Москва, Российская Федерация; Researcher ID: A-5349-2015, Scopus ID: 6507072773, WOS идентификатор – KHX-7756-2024, Author ID: 1475, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1107-9530>; e-mail: aa.rean@mpgu.su

Андрей Олегович Шевченко – кандидат психологических наук, аналитик Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», г. Москва, Российская Федерация; Researcher ID: GLQ-7645-2022, Scopus ID: 57221080641, Author ID: 976827, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9118-2617>; e-mail: andreyshevchenkomsu@gmail.com

Алексей Андреевич Ставцев – кандидат психологических наук, аналитик Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», г. Москва, Российская Федерация; Researcher ID: AAC-9556-2021, Scopus ID: 57219288519, Author ID: 1084194, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7299-5017>; e-mail: stvtsev.alex@yandex.ru

Антон Львович Линьков – руководитель проектов Детского Центра, Еврейский музей и центр толерантности, г. Москва, Российская Федерация; Researcher ID: KHV-4737-2024, Author ID: 1198662, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4364-0182>; e-mail: tonypsy@yandex.ru

Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.