

Копинг-стратегии и жизнестойкость российской молодежи в социокультурном контексте «новых войн»

Анна Г. Самохвалова^{*id}, Елена В. Тихомирова^{id}, Ольга А. Екимчик^{id},
Мария В. Сапоровская^{id}

Костромской государственный университет, Кострома, Российская Федерация

*Почта ответственного автора: a_samohvalova@kosgos.ru

Аннотация

Введение. Исследование посвящено изучению особенностей субъективной оценки ситуации военного конфликта (СВО) и жизнестойкости у российской молодежи с разными типами напряженности и связанности копинг-стратегий. Впервые эти переменные исследованы у российской молодежи из разных «кругов территориальной близости» к военному конфликту. **Методы.** Выборку составили 583 человека, мужчины (n = 66) и женщины (n = 517) в возрасте от 17 до 39 лет, разделенные на три круга близости к военному конфликту. Методический комплекс включал полуструктурированное интервью, семантический дифференциал «Оценка экстремального события» Т.В. Парфеновой, шкалу переживания военной угрозы К.В. Карпинского, тест жизнестойкости S. Maddi, D. Khoshiba в адаптации Е.Н. Осина, экспресс-опросник копинга Brief COPE Ч. Карвер. **Результаты.** Молодые люди из первого круга значимо чаще используют психоактивные вещества и отрицают высокую стрессогенность ситуации СВО; респонденты второго круга чаще используют стратегию Принятие риска; респонденты из третьего круга чаще используют стратегию Поиска инструментальной поддержки. Выделены 4 типа связанности и напряженности копинг-стратегий с ситуацией военной угрозы у молодежи: 1 тип – Активный, принимающий, адаптивный копинг; 2 тип – Пассивный, эмоциональный, адаптивный, ориентированный на поиск социальной поддержки; 3 тип – Пассивный, принимающий, адаптивный; 4 тип – Активный, недифференцированный, неадаптивный.

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Обсуждение результатов. Вовлеченность и принятие риска более характерны для респондентов 1 и 3 типов, чем для респондентов 2 и 4 типов. Самый низкий уровень жизнестойкости выявлен у респондентов 4 типа при высокой напряженности всех копинг-стратегий. Наиболее устойчива к стрессу в ситуации СВО оказывается молодежь с условно адаптивным копингом, ориентированным на активные стратегии и позитивную переоценку, что позволяет им рационально воспринимать ситуацию, видеть ее с разных сторон и выстраивать варианты жизни в данных условиях.

Ключевые слова

социокультурный контекст стресса, субъективная оценка ситуации военного конфликта, военная угроза, типы копинг-поведения, жизнестойкость, «круг близости» к военному конфликту

Финансирование

Исследование выполнено в рамках Государственного задания Министерства науки и высшего образования РФ «Социализация, идентичность и жизненные стратегии молодежи в условиях “новых войн”» (№ FZEW-2023-0003).

Для цитирования

Самохвалова, А.Г., Тихомирова, Е.В., Екимчик, О.А., Сапоровская, М.В. (2025). Копинг-стратегии и жизнестойкость российской молодежи в социокультурном контексте «новых войн». *Российский психологический журнал*, 22(1), 195–222. <https://doi.org/10.21702/de293d90>

Введение

Мощным вызовом современности, детерминирующим процессы социализации и психологическое благополучие молодежи, являются «новые войны XXI века» (Калдор, 2015), сочетающие военные действия (например, Специальная военная операция по денацификации и демилитаризации Украины) и невоенные («скрытые») формы ведения противоборства: экономическая и социально-гуманитарная изоляция, фейковое медийное сопровождение, информационные атаки, применение деструктивных социально-политических и социально-психологических технологий воздействия, использование методов разрушения традиционных ценностей, национальных идей и смыслов, снижающие ресурсность страны, общества, отдельного человека (Артамонов, Артамонова, 2023). Все эти действия носят длительный, перманентный, диффузный и всеобщий характер конфликта, основанного на стратегии изнурения, усиления стрессовой нагрузки,

нарастания социальной отчужденности российского народа. Среди угроз «новых войн» рассматриваются травмы от физического / психологического насилия, прямых боевых действий, террористических актов и других форм насилия; постоянный стресс и тревога, связанные с неопределенностью и нестабильностью; потеря близких родственников, друзей и соседей; конфликты с близкими на почве идейной разобщенности населения; страх всеобщей мобилизации и смерти; стигматизация и дискриминация, связанные с этническим, религиозным или культурным происхождением.

Молодежь как поколение будущего страны становится главной мишенью разрушающих действий, разворачивающихся на психологическом, экономическом, геополитическом, кибернетическом, информационно-идеологическом фронтах. Ставится задача формирования у молодежи «удобного» мировоззрения, слома системы ценностей и правовой национальной культуры, снижения их жизнестойкости (Афанасьев, 2021), что должно стать препятствием гармоничному взрослению, интериоризации культурного российского кода, становлению субъектности. Высокая вовлеченность молодежи в интернет-среду актуализирует проблему ее уязвимости перед провокационным, радикальным или экстремистским контентом, перед кибератаками и иными сетевыми формами и технологиями «новых войн» (Руденкин, Руденкина, 2019).

Среди основных событий, связанных с ведением реальных военных действий, которые имеют психотравмирующий характер, выделяют такие, как нахождение в зоне ведения военных действий, вынужденная миграция (Захарова, Цветкова, 2020). Находясь в очаге военного конфликта и вынужденной миграции, молодые люди начинают испытывать три взаимосвязанных компонента: действующую на расстоянии угрозу, оценивание и эмоциональное переживание этой угрозы, физиологические и соматические последствия этих переживаний (Малкина-Пых, 2005). Основными травмирующими факторами становятся непосредственная угроза жизни и здоровью молодого человека или его близких, смерть близких, физические травмы личности. Все это усиливается информацией о военных угрозах, транслируемой СМИ. В результате социальная напряженность, стресс, страхи, переживание горя, травмирование жизненных смыслов и ценностей приводят к драматизации сознания, что, в свою очередь, обуславливает вариативные трудности социализации (Карабанова, Молчанов, 2018), снижение ресурсности и жизнестойкости, деформацию образа будущего (Тихомирова, Самохвалова, 2023). Следствием воздействия стрессоров становится появление поведенческих нарушений от геторо / аутоагрессии до депрессии с чувством «вины выжившего» (Ерёмина, 2011). Хронически переживаемый стресс, интенсивный стресс на фоне возникновения чрезвычайных обстоятельств, создают «благоприятные» условия для формирования отклоняющегося поведения, искажения образа «Я» (Тарабрина и др., 2017).

Негативные психологические последствия войны характерны не только для молодых людей, проживающих на территориях, где ведутся прямые боевые

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

действия, но и для тех, кто проживает на территориях, напрямую не вовлеченных в конфликты – «второй и третий круги пострадавших». Во второй круг входят родственники, друзья и знакомые пострадавших при военных действиях и чрезвычайных ситуациях. В третий круг пострадавших входят все люди, живущие в стране, в которой разворачивается военный конфликт, и получающие информацию о военных действиях в мессенджерах и социальных сетях, из СМИ, от знакомых-очевидцев, друзей, родителей и родственников (Акарачкова и др., 2022). Это делает травмирующее воздействие постоянным, увеличивая риск посттравматического стрессового расстройства, которое может приводить к нарушениям регуляторных механизмов, развитию депрессии, фобических состояний.

У мирного населения, проживающего в районе боевых действий и на приграничных территориях, кардинально меняется отношение к материальным ценностям и предметному миру. Осознание человеком того, что его материальный мир может сузиться до размера одной «тревожной сумки», изменяет отношение человека к ценностям и восприятию предметного мира. Молодежь, которая проживает вдали от происходящих военных действий, также испытывает шоковое состояние, страх (страх потери близких, страх смерти, страх за будущее, страх ожидания, страх мобилизации и т.д.) (Лопатина, 2023).

Вне зависимости от близости / отдаленности проживания от очагов военного конфликта молодежь остро переживает потенциальный риск «потери места», распада семьи; трудности воссоединения семей, сохранения близких отношений; наблюдается снижение самоуважения, контроля своей повседневной жизни (Carballo et al., 2004). В изменчивой социокультурной среде современного VUCA-мира (Макеева и др., 2021) мы наблюдаем рождение «текущего субъекта» (Сапогова, 2023b). У молодежи нередко обнаруживается прекарность, временность, ненадежность бытия, рождающая переживание непрочности существования и кризиса жизненных перспектив. Ее маркерами можно назвать «короткие горизонты планирования», отсутствие целостной «линии жизни», ментальную «сакрализацию» многозадачности при минимальных затратах персональных усилий, абсентеизм и дистанцированность от гражданской активности, эмоциональность, социальную атомизированность, неспособность строить и поддерживать устойчивые социальные связи и др. (Сапогова, 2023a). В ситуациях военного времени, нестабильности и неопределенности, человек попадает в пересечение трех составляющих, которые соответствуют когнитивному, аффективному и поведенческому компонентам установки: непонимания неизвестности, неуверенности и невозможности действовать определенным, выработанным на основе опыта образом (Битюцкая, Базаров, 2019). Подобный внутренний диссонанс требует высокого уровня жизнестойкости и особых копинг-стратегий совладания со стрессом.

Новый социокультурный контекст несомненно актуализирует проблему устойчивости личности и поиска путей ее повышения. Достаточно большое количество исследований в этой области сосредоточены на изучении личностных

качеств и способностей, которые напрямую связаны с устойчивостью. В этом ключе на первый план выходят надситуативная или адаптивная активность, предполагающая возможность человека подниматься над уровнем требований ситуации, ставить цели, избыточные с точки зрения основной задачи, преодолевая внешние и внутренние ограничения деятельности (Петровский, 2010), личностный динамизм как способность и готовность человека изменяться в отсутствие императивной необходимости для этого (Леонтьев, Сапронов, 2007), самопреобразование личности, связанное с чувством «самотождества» и интеграцией нового знания о себе в структуру Я (Старовойтенко, Щебетенко, 2020), самоизменение личности, включающее способность к осознанию «вызовов» ситуации и необходимости изменений, готовность принять эту необходимость и действовать в соответствии с осознаваемыми вызовами (Манукян и др., 2020), гибкость действий и принятия решений, позволяющие не только конструктивно перестроить свою жизнь в новых условиях, но и принять глобальные перемены (Битюцкая, 2022), способность прогнозировать возможное (Знаков, 2023), возможность риска в мышлении (Корнилова, 2015), готовность к грядущему как умение расстаться с ожиданиями, с планами, намеченными ранее, гибкость перестройки своей внутренней картины мира в связи с изменяющимися условиями, вовлеченными в социальный мир, умение оставаться на связи с людьми и с оптимизмом смотреть на предстоящие задачи. Важным предиктором устойчивости является жизнестойкость как интегральная характеристика личности, которая оказывает влияние на успешность преодоления человеком жизненных трудностей, включает вовлеченность в процесс жизни, готовность контролировать значимые события своей жизни и принятие вызова жизни (Khoshaba & Maddi, 1999). Жизнестойкость как базовый ресурс преодоления препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых и трудных для человека ситуациях (Леонтьев, Рассказова, 2016).

Мировые исследования, посвященные проблемам жизнестойкости человека в условиях войн, демонстрируют значимость определенных стратегий совладания для устойчивости и выживания, стратегий, укладывающихся в жизнестойкий стиль преодоления (Одинцова и др., 2017). Так, проведенный на основе дневниковых записей анализ стратегий копинга, применяемых людьми во время Второй мировой войны, показал, что в основном люди прибегали к проблемно-ориентированным стратегиям, направленным на поиск эффективных способов спасения от бомбардировок, уменьшения ущерба от артиллерии, стратегии поиска социальной поддержки и эмоционально-ориентированным стратегиям, позволяющим регулировать силу и интенсивность эмоционального отклика на угрозу. При этом выявлено, что в основном проявлялись отрицание и дистанцирование от угрозы, люди проявляли юмор, выражали надежду и положительный настрой. Это позволяло сохранять силы, восстанавливать ресурсы, несмотря на угрозу жизни (Middendorf, 2024). Исследование копинга на румынском населении, субъективно вовлеченном в ситуацию на Украине, продемонстрировало иные особенности: согласно

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

результатам, сосредоточение на эмоциях и их выплеск вместе с поведенческим отстранением были доминирующими стратегиями преодоления трудностей у молодежи, что обусловило повышение тревожности и снижение субъективного благополучия. С другой стороны, позитивная реинтерпретация и рост были связаны с меньшей тревожностью, более высоким уровнем общего здоровья и лучшим качеством жизни (Crişan et al., 2023).

На первый взгляд неожиданные результаты авторы объясняют тем, что сосредоточение на травматическом событии и / или выражение, связанных с ним чувств, действительно может становиться неадаптивной стратегией и усиливать тревожность при чрезмерном применении (Liverant, Hofmann & Litz, 2004), более того, такая стратегия может стать потенциальным продольным медиатором между большим депрессивным расстройством (вызванным различными травматическими событиями) и генерализованным тревожным расстройством (Marr, Zainal & Newman, 2022). Поведенческое отстранение, которое предполагает снижение усилий человека по борьбе со стрессором, также последовательно связано с тревожностью, апатией, депрессией и общим плохим психическим здоровьем (Held et al., 2011).

Интересные данные были получены в рамках исследований, проведенных на украинских выборках и обобщенных в метаобзоре. Было выявлено, что такие стратегии, как ориентированные на эмоции, отвлечение внимания путем вовлечения в различные виды деятельности, прием седативных средств, смирение, избегание, не являются эффективными в военизированном контексте и не повышают устойчивость. Предикторами устойчивости наоборот стали возможность поддерживать социальные (близкие) связи, наличие сети поддержки, религия, надежда на будущее, также эффективной стратегией стало использование сторителлинга в социальных сетях и стратегии, ориентированные на проблемы (Rizzi et al., 2023).

На данный момент вся молодежь, проживающая на территории РФ, так или иначе вовлечена в военный контекст, при этом стратегии совладания с данной ситуацией, ситуацией военной угрозы, на российских выборках фактически не изучены. Большинство мировых исследований в этой области сосредоточены на украинских и европейских выборках. Исследование стратегий совладания и жизнестойкости в совокупности с получением знаний об особенностях восприятия СВО у молодежи с разным сочетанием стратегий совладания позволит спрогнозировать социальные риски и разработать программы обучения копинг-стратегиям, обеспечивающим адаптацию и нормальное функционирование в современном контексте.

Проблемные вопросы исследования: какова субъективная оценка военной угрозы и совладание с ней у российской молодежи из разных «кругов территориальной близости» к специальной военной операции (СВО)? Каковы различия в показателях жизнестойкости у молодых людей с разными типами связанности и напряженности копинг-стратегий в контексте военного конфликта?

Цель – исследовать особенности субъективной оценки ситуации военного конфликта и жизнестойкости у российской молодежи с разными типами напряженности и связанности копинг-стратегий.

Основная гипотеза: существуют различия в субъективной оценке военной угрозы и показателях жизнестойкости у российских юношей и девушек с разными типами напряженности и связанности копинг-стратегий.

Частные гипотезы:

4. Существуют различия в субъективной оценке и переживании военной угрозы, в том числе ее последствий, у молодежи из разных «кругов близости» к СВО (жителей фронтовых территорий; жителей пограничных регионов и жителей «условно» отдаленных областей Центрального Федерального округа;
5. Существуют различные типы связанности и напряженности копинг-стратегий с ситуацией военной угрозы у молодежи из разных «кругов близости» к СВО;
6. У молодых людей с разными типами напряженности и связанности копинг-стратегий характеристики жизнестойкости могут иметь различия.

Методы

Выборка

В исследовании приняли участие 583 человека, проживающих в различных регионах Российской Федерации, мужчины ($n = 66$) и женщины ($n = 517$) в возрасте от 17 до 39 лет ($M = 20,7$; $SD = 4,05$). Выборку составили только те респонденты, которые дали информированное согласие на участие в исследовании. Респондентам перед прохождением тестирования было предложено информированное согласие, которое гарантировало им добровольность участия, возможность выхода из процедуры психологического обследования на любом этапе заполнения форм, конфиденциальность процедуры и использование результатов строго в научных целях и без аффилиации к личным данным, которые могли бы позволить идентифицировать человека.

Респонденты изначально были условно разделены на 3 круга близости к специальной военной операции. В основу был заложен критерий территориальной приближенности к месту проведения СВО:

- 1 круг составили 285 респондентов, проживающих на территории Луганской и Донецкой Народных Республик;
- 2 круг – 110 человек, проживающих в Воронежской, Курской, Белгородской областях;
- 3 круг – 188 человек, проживающих на отдаленных территориях: Костромская, Ярославская, Ивановская, Московская, Ленинградская, Нижегородская области, а также Хабаровский край.

По статусу отношений: 241 человек на данный момент отметили, что состоят в романтических отношениях, 58 находятся в брачных отношениях, 282 человек не состоят в отношениях на данный момент. 529 человек не являются военнообязанными.

Методы исследования

Работа выполнена на стыке номотетического и идиографического подходов в связи с неоднородностью эмпирических референтов (стратегии совладания, жизнестойкость и оценка ситуации СВО, ее субъективно значимых последствий).

Методический комплекс

Методический комплекс включал:

1. Полуструктурированное интервью, содержащее биографический блок, позволяющий выяснить пол, возраст, род деятельности, наличие близких отношений, гражданство, наличие / отсутствие воинской обязанности у самого респондента и его близких; а также содержательный, посвященный оценке субъективно значимых последствий ситуации специальной военной операции (далее – СВО), сопряженности ситуации СВО с личными потерями. Для обработки был использован метод контент-анализа.
2. Семантический дифференциал «Оценка экстремального события» (Т.В.Парфенова, 2022). Методика психологической диагностики из класса частных (специализированных) семантических дифференциалов, сконструированная для изучения личностного смысла и феноменологии переживания экстремальных событий. Респондентам предлагалась для оценки ситуация специальной военной операции. При обработке результатов подсчитываются значения по восьми шкалам семантического дифференциала: «Аморальность события», «Психологическая удаленность», «Субъективная значимость события», «Субъективная оценка масштаба события», «Субъективная оценка экстремальности события», «Эмоциональный фон события», «Субъективная длительность события», «Субъективная оценка неопределенности события», отражающие различные аспекты личностного смысла оцениваемого события. Сумма баллов по каждой шкале свидетельствует об интенсивности (силе) и направленности субъективных переживаний события. Методика является контекстуализированной, ввиду чего допускаются некоторые изменения инструкции в части упоминания экстремальных событий с целью конкретизации объекта оценивания.
3. Шкала переживания военной угрозы (К. В. Карпинский, 2015). Стандартизированный многомерный личностный опросник, который предназначен для измерения когнитивного, аффективного и регулятивно-

поведенческого компонентов, а также общей интенсивности переживания военной угрозы. 10 пунктов методики разделены на 3 субшкалы, соответствующие когнитивному, аффективному и регулятивно-поведенческому компонентам переживания военной угрозы. Интеркорреляции между выделенными субшкалами методики лежат в диапазоне 0,65–0,69, коэффициент α -Кронбаха по каждой шкале $\geq 0,70$.

4. Тест жизнестойкости (S. Maddi, D. Khoshiba, 1984 / 2001), скрининговая версия в адаптации Е. Н. Осина (2013). Направлен на диагностику психологических факторов успешного совладания со стрессом, а также снижения и предупреждения внутреннего напряжения в стрессовой ситуации. Опросник содержит 12 утверждений, включает 3 субшкалы: вовлеченность (commitment); контроль (control); принятие риска (challenge). Коэффициент α -Кронбаха = 0,86.

5. Экспресс-опросник копинга Brief COPE (Ч. Карвер, 1987), апробирована Т. Л. Крюковой, Н. С. Шиповой, Т. П. Опекиной (2020), разработана в рамках теории стресса и копинга Р. Лазаруса и измеряет копинг-стратегии как ситуационное поведение. Методика включает 28 пунктов, отражающих 14 стратегий совладающего поведения. В инструкции респондентам предлагалось оценить, какие стратегии / способы они используют и в какой степени в ситуации стресса, вызванного контекстом специальной военной операции.

Методы математического анализа данных: дескриптивная статистика, критерий Колмогорова-Смирнова для анализа нормальности распределения признаков, критерий Ливиня для оценки гомогенности дисперсии признака, Н-критерий Краскела-Уоллиса для сравнения более трех независимых групп, однофакторный дисперсионный анализ для количественного сравнения трех и более независимых групп, кластерный анализ методом К-средних для выявления групп респондентов, использующих сходные типы совладающего поведения (сочетания и напряженность копинг-стратегий), угловое преобразование Фишера для сравнения номинативных признаков.

Описание процедуры

На первом этапе проанализированы результаты описательной статистики по всем стандартизированным методикам и проведено сопоставление средних значений в совокупной выборке респондентов с нормативными данными ($n=583$). На втором этапе исследования на общей выборке был проведен кластерный анализ наблюдений методом К-средних. В основу кластеризации были заложены результаты «Экспресс-опросника копинга Brief COPE» (Ч. Карвер, 1987, в адаптации Т. Л. Крюковой, Шиповой Н.С., Опекиной Т.П.). Было выделено 4 кластера, отражающие различные типы связности и напряженности копинг-стратегий респондентов: 1 кластер ($n = 159$; $m = 21,5$, из них 77 человек (48,4%) относятся к первому кругу близости, 34 человека (21,4%) ко 2 кругу, 48 (30,2%) к 3-ему), 2 кластер ($n = 193$; $m = 20,7$, из них 81 человек

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

(42%) относятся к первому кругу близости, 40 человек (20,7%) ко 2 кругу, 72 (37,3%) к 3-ему); 3 кластер ($n = 172$; $m = 20,3$, из них 92 человек (53,5%) относятся к первому кругу близости, 30 (17,4%) человек ко 2 кругу, 50 (29,1%) к 3-ему); 4 кластер ($n = 59$; $m = 19,6$, из них 38 человек (64,4%) относятся к первому кругу близости, 6 (10,2%) человек ко 2 кругу, 15 (25,4%) к 3-ему). На третьем этапе проводился сопоставительный анализ показателей переживания военной угрозы, оценки экстремальности события и оценки субъективно значимых последствий СВО на четырех группах сопоставления, выделенных в результате кластеризации.

Результаты

В ходе опроса 583 человек молодежи, проживающих в различных регионах Российской Федерации, выяснялось восприятие социального контекста и переживание военной угрозы, восприятие ситуации СВО, определялась выраженность и напряженность копинг-стратегий, а также жизнестойкость респондентов (Таблица 1).

Таблица 1

Описательные статистики оцениваемых параметров в эмпирическом исследовании ($N = 583$) и их сопоставление с нормативными показателями

Оцениваемый параметр	Эмпирические результаты ($m(sd)$)	Нормативные результаты ($m(sd)$)
<u>Жизнестойкость</u>		
Вовлеченность	7,72 (3,45)	7,94 (3,45)
Контроль	7,35 (2,68)	7,79 (2,55)
Принятие риска	7,26 (3,08)	7,90 (2,82)
<u>Копинг-стратегии</u>		
Самоотвлечение	5,48 (1,74)	5,27 (1,42)
Активный копинг	4,62 (1,73)	5,79 (1,39)
Отрицание	3,53 (1,66)	2,92 (1,23)
Использование психоактивных веществ	2,70 (1,46)	2,88 (1,21)
Поиск эмоциональной поддержки	5,05 (1,81)	5,11 (1,50)

Оцениваемый параметр	Эмпирические результаты (m(sd))	Нормативные результаты (m(sd))
Поиск инструментальной поддержки	4,58 (1,84)	4,53 (1,42)
Избегание	3,42 (1,57)	3,06 (1,10)
Выражение (выплеск) эмоций	4,49 (1,75)	4,58 (1,35)
Позитивная переоценка	4,47 (1,86)	6,00 (1,39)
Планирование	4,98 (1,78)	5,68(1,34)
Юмор	3,54 (1,73)	5,24 (1,57)
Принятие	6,05 (1,66)	6,42 (1,11)
Уход в религию	3,71 (1,87)	3,28(1,56)
Самообвинение	3,46 (1,68)	4,10 (1,47)

Анализ средних значений, стандартных отклонений и сопоставление их с нормативными показателями указывает на то, что такие параметры жизнестойкости, как вовлеченность, контроль и принятие риска, у респондентов в выборке эмпирического исследования находится в пределах нормативных значений.

Затем были проанализированы 14 копинг-стратегий молодежи и сопоставлены с нормативными показателями. Установлено, что более напряженной является стратегия «отрицание», а менее выраженными «активный копинг», «позитивная переоценка» и «юмор». Остальные стратегии выражены в соответствии с нормами. Для совладания чаще используется стратегии «принятие», «самоотвлечение» и «поиск эмоциональной поддержки».

Также были проанализированы различия в применяемых копинг-стратегиях в 3 группах сопоставления по принадлежности к условному кругу близости к зоне военного конфликта. С помощью критерия Краскела-Уоллиса был выявлен ряд значимых различий (Таблица 2).

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таблица 2

Различия в выраженности жизнестойкости и копинг-стратегий по критерию Краскела-Уоллиса

Копинг стратегии	1 круг близости (n=285)	2 круг близости (n=110)	3 круг близости (n=188)	Уровень значимости (p)
Принятие риска	282,9	335,9	279,9	0,01
Самообвинение	306,1	258,7	290,1	0,03
Принятие	266,5	315,3	317,0	0,00
Планирование	271,8	310,9	311,5	0,01
Поиск инструментальной поддержки	278,8	283,9	316,7	0,04
Использование ПАВ	312,4	263,7	277,6	0,00
Отрицание	316,3	263,5	271,8	0,00

Выявлено, что те, кто проживает на территориях, наиболее приближенных к военным действиям (1 круг – ЛНР, ДНР), значимо чаще прибегают к «использованию ПАВ» и «отрицанию», в меньшей степени для них характерно «планирование» и «принятие» ситуации. Жители наиболее отдаленных территорий (3 круг) чаще используют стратегию «поиска инструментальной поддержки». У жителей приграничных территорий (Белгород, Воронеж) значимо выше выражена стратегия «принятие риска» и в меньшей степени они прибегают к «самообвинению».

Для более подробного анализа совладающего поведения в совокупности копинг-стратегий и их сочетаний на общей выборке в 583 респондента был применен кластерный анализ наблюдений методом К-средних. В результате было выделено 4 кластера, отражающие различные типы связности и напряженности копинг-стратегий респондентов. В первый кластер было включено 159 респондентов, у которых наиболее интенсивно выражены такие стратегии, как: самоотвлечение ($m = 5,77$), позитивная переоценка ($m = 5,36$), планирование ($m = 5,20$) и принятие ($m = 6,74$). Нехарактерными стратегиями для респондентов первого кластера стали следующие: отрицание ($m = 2,56$), использование психоактивных веществ ($m = 2,04$), избегание ($m = 2,68$), юмор ($m = 2,77$) и самообвинение ($m = 2,74$). В данном случае речь идет о респондентах, которые принимают ситуацию и пытаются адаптировать, выстроить стратегию жизни в новом социокультурном контексте.

Численность респондентов во втором кластере составила 193 респондента, он оказался самый многочисленный. Наиболее интенсивно в этом кластере выражены такие стратегии, как самоотвлечение ($m = 6,17$), поиск эмоциональной поддержки ($m = 6,26$), поиск инструментальной поддержки ($m = 5,69$), выражение эмоций ($m = 5,65$), планирование ($m = 5,82$) и принятие ($m = 6,37$), наименее выражена стратегия использования психоактивных веществ ($m = 2,52$). У остальных стратегий средняя степень напряженности. Для респондентов данного кластера характерен эмоционально-ориентированный копинг и приспособление к сложившейся ситуации. При этом активность направлена, прежде всего, на поиск разного вида поддержки, а потом уже на приспособление и адаптацию.

В третий кластер вошло 172 респондента, у которых средняя: самоотвлечение ($m = 4,08$), принятие ($m = 4,78$), и слабая: активный копинг ($m = 2,98$), использование психоактивных веществ ($m = 2,39$), поиск инструментальной поддержки ($m = 2,97$), избегание ($m = 2,98$), позитивная переоценка ($m = 2,98$), юмор ($m = 2,58$), религия ($m = 2,69$) и самообвинение ($m = 2,66$) напряженность копинг-стратегий в целом. Для респондентов данного кластера не характерны напряженность совладания и высокий уровень стресса.

В четвертый кластер вошло всего 59 респондентов, но при этом у них высокая напряженность абсолютно всех измеренных копинг стратегий ($m \geq 6$), что свидетельствует о высокой интенсивности переживаемого стресса и попыток с ним совладать, приспособиться к сложившейся ситуации. Достоверность различий в выраженности всех копинг-стратегий у респондентов, принадлежащих к разным кластерам, подтверждена с помощью дисперсионного анализа ($p \leq 0,000$).

Далее было проверено предположение о том, что жизнестойкость и восприятие ситуации СВО как социокультурного контекста будет различаться у респондентов из разных кластеров. С помощью дисперсионного анализа были выявлены различия по жизнестойкости, а именно по параметрам вовлеченности и принятия риска (Таблица 3), характеристика «контроль» имеет неоднородную дисперсию, поэтому анализировалась посредством критерия Краскела-Уоллиса.

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таблица 3

Различия в выраженности жизнестойкости у респондентов разных типов копинг-поведения (кластеров)

	Среднее значение (m)	Стандартное отклонение (sd)	Критерий Фишера (F)	Уровень значимости (p)
<u>Вовлеченность</u>				
Кластер 1	12,69	3,28	17,59	0,000
Кластер 2	11,16	3,23		
Кластер 3	12,32	3,31		
Кластер 4	9,46	3,51		
<u>Принятие риска</u>				
Кластер 1	11,95	2,89	19,39	0,000
Кластер 2	10,67	2,74		
Кластер 3	12,05	2,91		
Кластер 4	9,24	3,39		

Вовлеченность и принятие риска как параметры жизнестойкости более характерны для респондентов из 1 и 3 кластеров, чем для респондентов 2 и 4 кластеров. При этом самый низкий уровень жизнестойкости необходимо отметить у респондентов 4 кластера при высокой напряженности всех копинг-стратегий.

По характеристике жизнестойкости «контроль» с помощью критерия Краскела-Уоллиса были выявлены также достоверно-значимые различия ($\chi^2 = 46,26$ $p \leq 0,000$), наименьший средний ранг у 4 кластера (180,08), а наивысший средний ранг у 1 кластера (344,14). Таким образом, можно констатировать, что представители разных кластеров различаются по всем параметрам жизнестойкости, что косвенно подтверждает их совладание или несовладание со стрессом в социокультурном контексте СВО. При этом жизнестойкость выше в 1 и 3 кластере, а самая низкая в 4.

Далее было проанализировано восприятие ситуации социокультурного контекста СВО как экстремальной респондентами из всех 4 кластеров, что позволило установить статистически значимые различия практически по всем параметрам оценки (Таблица 4).

Таблица 4

Различия в выраженности восприятия СВО как экстремального социокультурного контекста у респондентов с разными типами копинг-поведения (кластеры)

	Среднее значение (m)	Стандартное отклонение (sd)	Критерий Фишера (F)	Уровень значимости (p)
<u>Аморальность-гуманность события</u>				
Кластер 1	25,67	7,94	3,51	0,02
Кластер 2	23,89	7,94		
Кластер 3	24,03	8,05		
Кластер 4	27,02	8,01		
<u>Психологическая удаленность-близость</u>				
Кластер 1	13,14	3,33	2,72	0,04
Кластер 2	12,52	3,60		
Кластер 3	12,03	3,88		
Кластер 4	12,78	3,25		
<u>Оценка масштаба события</u>				
Кластер 1	27,01	4,82	4,84	0,000
Кластер 2	26,22	4,82		
Кластер 3	25,41	5,09		
Кластер 4	21,98	5,52		
<u>Не экстремальность- экстремальность события</u>				
Кластер 1	19,86	4,21	3,78	0,01
Кластер 2	20,18	4,05		
Кластер 3	19,14	4,49		
Кластер 4	18,37	3,69		
<u>Негативный-позитивный эмоциональный фон</u>				
Кластер 1	21,03	9,46	5,51	0,001
Кластер 2	18,88	9,47		
Кластер 3	19,61	10,23		
Кластер 4	24,44	9,75		

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

	Среднее значение (m)	Стандартное отклонение (sd)	Критерий Фишера (F)	Уровень значимости (p)
<u>Не длительность-длительность события</u>				
Кластер 1	10,94	2,62	2,94	0,03
Кластер 2	10,83	2,55		
Кластер 3	10,58	2,77		
Кластер 4	9,79	2,83		
<u>Неопределенность-определенность события</u>				
Кластер 1	8,66	3,05	8,52	0,00
Кластер 2	7,48	3,05		
Кластер 3	7,06	2,99		
Кластер 4	7,59	2,51		

В восприятии ситуации СВО как экстремального социокультурного контекста у молодежи установлены различия по семи параметрам оценки из 8 предложенных. Параметр «субъективная значимость» был проанализирован отдельно на предмет различий ($\chi^2 = 12,69$ $p \leq 0,01$) с помощью непараметрического критерия Краскела-Уоллиса, так как дисперсии кластеров оказались негомогенны. Респонденты, относящие к четвертому кластеру, придают наименьшее субъективное значение ситуации СВО, не находят в нем личностного смысла (средний ранг = 240), а респонденты из первого кластера придают ему наибольшее субъективное значение (средний ранг = 325).

Необходимо отметить, что представители всех кластеров отмечают гуманность сложившейся ситуации. При этом у респондентов разных кластеров различаются не только констелляции копинг-стратегий, их напряженность, но и разное восприятие СВО как социокультурного контекста. У респондентов из четвертого кластера социокультурный контекст выступает как не экстремальное событие с насыщенным позитивным фоном, кратковременное, немасштабное, не наполненное личностным смыслом. Респонденты из первого кластера воспринимают контекст СВО как определенный, длительный, масштабный, ощущают психологическую близость, включенность в него, в связи с чем принимают ситуации и пытаются адаптироваться к жизни в новых условиях. Наибольшая удаленность и неочевидность характерна для респондентов из третьего кластера. Второй кластер отличает в оценке события экстремальность, негативный эмоциональный фон переживания события.

При анализе восприятия военной угрозы респондентами из разных кластеров также был использован непараметрический критерий Краскела-Уоллиса, который позволил установить различия по всем четырем параметрам: антиципация войны ($\chi^2 = 42,05$ $p \leq 0,000$), военная тревога ($\chi^2 = 49,77$ $p \leq 0,000$), упреждающая адаптация к войне ($\chi^2 = 89,17$ $p \leq 0,000$), переживание военной угрозы ($\chi^2 = 83,74$ $p \leq 0,000$). Наиболее интенсивно все характеристики выражены в четвертом кластере, отличающемся напряженностью всей совокупности копинг-стратегий, а наименее интенсивно они выражены в третьем кластере, с умеренной интенсивностью копинг-стратегий.

Далее был произведен контент-анализ ответов на открытые вопросы интервью, посвященного субъективной оценке последствий СВО представителями всех четырех кластеров. Результаты представлены в Таблице 5.

Таблица 5

Результаты контент-анализа интервью респондентов с разными типами копинг-поведения (кластеры)

Категории анализа	1 кластер (n = 159)	2 кластер (n = 193)	3 кластер (n = 172)	4 кластер (n = 59)	Индикаторы (% от общего количества индикаторов, сумма = 627)
Социально-экономические трудности	8,2%	14,5%*	12,8%	32,2%**	13,1%
Последствия для психо-эмоционального здоровья	27,8%	38,3%*	27,3%	64,4%**	32,5%
Утраты	3,8%	4,1%	7%	22%**	6,2%
Травмы у близких	0,6%	2,1%	2,3%	0%	1,4%
Переосмысление реальности и ценностей, ценности семьи и жизни	8,2%	5,7%	2,9%	32,2%**	7,7%
Объединение вокруг флага	1,3%	2,1%	1,2%	5,1%	1,8%

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Категории анализа	1 кластер (n = 159)	2 кластер (n = 193)	3 кластер (n = 172)	4 кластер (n = 59)	Индикаторы (% от общего количества индикаторов, сумма = 627)
Тревога за безопасность близких, которые на СВО	12%*	6,7%	9,3%	27,1%**	10,2%
Разрыв близких отношений	8,8%	3,1%	2,1%	6,8%	4,2%
Обобщенный ответ «отрицательно, негативно»	12,6%	11,9%	16,9%	39%**	15,2%
Затруднились ответить	0%	1%	2,9%	8,5%	1,9%
Амбивалентно	0,6%	1%	0,6%	3,4%	1%
Не отразилось	4,4%	3,6%	4,1%	13,6%	4,6%
Позитивно	1,9%	0%	0%	0%	0,5%

Примечания. * – различия с другими кластерами по угловому преобразованию Фишера (ф) на уровне статистической значимости $p < 0,05$; ** – различия с другими кластерами по угловому преобразованию Фишера (ф) на уровне статистической значимости $p < 0,01$.

Наиболее субъективно значимые последствия специальной военной операции респонденты находят в негативном изменении психоэмоционального состояния (32,5% от общего количества индикаторов). Превалирование данной категории в 4 кластере согласуется с напряженностью всех копинг-стратегий, что говорит о высокой стрессовой нагрузке и относительно неадаптивном поведении данных респондентов на фоне ярко выраженной стрессовой симптоматики. Также респонденты выделили социально-экономические последствия как субъективно значимые (13,1% индикаторов), «тревогу за близких, которые находятся в зоне СВО, проживают на границе» (10,2% индикаторов), переосмысления ценностей

семьи, жизни, утраты, травмы у родственников и близких людей, разрыв близких отношений, конфликты внутри семьи, разделенной по ценностному основанию, отношению к СВО. При этом необходимо подчеркнуть достоверно значимые различия по критерию угловое преобразование Фишера респондентов 4 кластера от респондентов всех других кластеров по таким категориям, как: социально-экономические трудности, последствия для психоэмоционального здоровья, утраты, тревога за безопасность близких, которые на СВО, переосмысление реальности ценностей, ценности жизни и семьи, обобщенное отрицательное отношение к СВО. Эти результаты свидетельствуют об остро переживаемом стрессе и подтверждают ранее полученные данные о высокой напряженности всех копинг-стратегий и уязвимости респондентов. Можно также отметить отличие 2 кластера от 1 кластера по категориям «социально-экономические трудности» и «последствия для психоэмоционального здоровья», что также подчеркивает стрессогенность контекста для респондентов второго кластера и конкретизирует стрессоры, с которыми они активно совладают.

Обсуждение результатов

Анализ полученных результатов в целом по выборке демонстрирует относительную ненапряженность копинга у молодежи, несмотря на стрессогенный контекст современного исторического периода. Наиболее напряженной является стратегия «отрицания», которая в неуправляемом и мало зависящем от воли отдельного субъекта контексте может являться ресурсосберегающей стратегией, позволяющей примириться с реальностью и продолжать жить в привычном для себя ритме, формате функционирования. В то же время ранжирование копинг-стратегий демонстрирует превалирование стратегий «принятие» (1Р), «самоотвлечение» (2Р) и «поиск эмоциональной поддержки» (3Р). Отрицание стрессогенности ситуации сопровождается попыткой принять реальность, переключиться на более позитивные и значимые аспекты жизни, в том числе на близкие отношения. Именно они становятся источником эмоциональной поддержки, которая, согласно мировым исследованиям, является буфером при переживании травматического опыта (Crişan et al., 2023; Middendorf, 2024). При сопоставлении выраженности копинг-стратегий в зависимости от близости / отдаленности проживания к зоне военного конфликта было выявлено, что те, кто проживают на территориях, наиболее приближенных к военным действиям (1 круг – ЛНР, ДНР), значимо чаще прибегают к «использованию ПАВ» и «отрицанию», в меньшей степени для них характерно «планирование» и «принятие» ситуации. Таким образом, несмотря на пролонгированность ситуации, молодежи, проживающей на данных территориях, пока с трудом удается проявлять конструктивную активность, ощущать контроль над ситуацией и использовать более когнитивно сложные стратегии совладания. Возможно, это связано с относительным истощением ресурсов. У жителей приграничных территорий

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

(Белгород, Воронеж) значимо выше выражена стратегия «принятие риска» и в меньшей степени они прибегают к «самообвинению». В настоящее время именно для них ситуация связана с острым стрессом. На данном этапе принятие риска позволяет им решать повседневные задачи, продолжать работать, учиться на данных территориях, которые представляют угрозу их жизни и жизни их близких. Отрицание ответственности за происходящее придает им сил и веру в себя. Жители наиболее отдаленных территорий (3 круг) чаще используют стратегию «поиска инструментальной поддержки», что выражается преимущественно в поиске информации, ответов на возникающие вопросы. Именно данные респонденты находятся в ситуации информационной / ментальной войны, получая информацию о происходящем исключительно через каналы коммуникации и СМИ. Дефицитарность и противоречивость контента при невозможности увидеть всё своими глазами требует информационного поиска.

Далее для определения сочетаний копинг-стратегий вне зависимости от «круга близости» к СВО на совокупной выборке респондентов были выделены 4 кластера, отражающие различные типы связности и напряженности копинг-стратегий респондентов. Первый кластер – респонденты, выбирающие условно адаптивный копинг ($n = 159$). Данные респонденты используют такие стратегии, как самоотвлечение, позитивная переоценка, планирование и принятие. Они ориентированы на построение собственной жизни, решение актуальных и стратегических задач развития в новом социокультурном контексте; отличаются высоким адаптивным потенциалом. Нехарактерными для них являются условно пассивные стратегии: отрицание, использование психоактивных веществ, избегание, юмор и самообвинение.

Респондентов второго, наиболее многочисленного кластера, отличает копинг, ориентированный в большей степени на выражение и проживание эмоций ($n = 193$). Наиболее интенсивно в этом кластере выражены такие стратегии, как самоотвлечение, поиск эмоциональной поддержки, поиск инструментальной поддержки, выражение эмоций, планирование и принятие, наименее выражена стратегия использования психоактивных веществ. Стоит отметить, что респонденты в данном случае нуждаются в первую очередь в поддержке, как эмоциональной, так и инструментальной, которая позволяет получить внешний ресурс и адаптироваться к ситуации. Это согласуется с исследованиями в области близких отношений (Ozbay et al., 2007; Крюкова и др., 2019), демонстрирующих, что люди, которые более социально интегрированы и поддерживают отношения с другими, имеют лучшее психическое здоровье, выше уровень субъективного благополучия и ниже показатели подверженности стрессу. Воспринимаемая социальная, эмоциональная поддержка является мощным ресурсом стрессоустойчивости, нивелирует средовую уязвимость.

Респонденты третьего кластера ($n = 172$) были отнесены к группе «условно спокойного реагирования на контекст жизни». Они ориентированы на самоотвлечение и принятие ситуации (средний уровень выраженности). Их

стратегии не отличаются напряженностью, что говорит о достаточно низком уровне воспринимаемого стресса в условиях СВО.

Респондентов самого малочисленного четвертого кластера ($n = 59$) отличает высокая напряженность абсолютно всех копинг стратегий, что свидетельствует о высокой интенсивности переживаемого стресса и активных попыток с ним совладать, приспособиться к сложившейся ситуации любыми способами, в том числе через использование ПАВ. Стоит отметить, что в данном кластере значимо превалирует количество респондентов из первого круга близости, более 60%. Сравнение всех групп по параметрам жизнестойкости продемонстрировало наибольшую уязвимость представителей данного, четвертого кластера: они отличаются самым низким уровнем жизнестойкости и параметром «контроля». В силу собственной уязвимости в данном социокультурном контексте они испытывают стрессогенное воздействие, превышающее их адаптационные возможности, что приводит к сверх напряженности всех копинг-стратегий. При этом они осознают отсутствие контроля над сложившейся ситуацией, что провоцирует еще больший уровень стресса, загоняет их в когнитивно-эмоциональную ловушку.

Вовлеченность и принятие риска как параметры жизнестойкости более характерны для респондентов из 1 и 3 кластеров, контроль для представителей 1 кластера. Данные респонденты чувствуют подконтрольность ситуации в силу их собственного активного участия в ней, что говорит об их адаптационном потенциале.

В моральной оценке восприятия ситуации социокультурного контекста представители всех кластеров отмечают гуманность сложившейся ситуации, но как наиболее гуманную ее оценивают представители 4 кластера. При этом они же придают наименьшее субъективное значение ситуации СВО, не находят в ней личностного смысла, считают ситуацию менее масштабной, краткосрочной и не экстремальной. Такое амбивалентное, возможно, поверхностное отношение к происходящему может быть компенсаторным. Однако именно отсутствие ценностного основания в оценке контекста может быть связано с низким уровнем устойчивости к стрессу, сниженным адаптивным потенциалом и затруднять поиск наиболее эффективных стратегий совладания, приводить к диффузии стратегий и когнитивным искажениям действительности.

Наибольшую психологическую близость ситуации СВО, а также определенность, субъективную длительность и значимость этой ситуации отмечают представители 1 кластера, которые приняли данный социокультурный контекст и приспособились к нему. Респонденты из 3 кластера отмечают наибольшую психологическую удаленность и неочевидность ситуации, что позволяет им не ощущать стрессогенность контекста, что объясняет не выраженность стратегий совладающего поведения.

Наибольшая экстремальность события и негативный эмоциональный фон превалирует в оценке у представителей 2 кластера. В данном случае это объясняет

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

эмоционально-ориентированный копинг респондентов 2 кластера и стремление найти поддержку.

Полученные результаты согласуются и с данными, полученными при анализе восприятия военной угрозы респондентами из разных кластеров. Наиболее интенсивно все характеристики выражены в 4 кластере, отличающемся напряженностью всей совокупности копинг-стратегий, а наименее интенсивно они выражены в третьем кластере, с умеренной интенсивностью копинг-стратегий.

Для того, чтобы выявить содержательные особенности восприятия ситуации СВО с точки зрения наделения личностным смыслом и выделения последствий, был проведен сопоставительный анализ по выделенным на основе ответов респондентов на открытые вопросы категориям контент-анализа.

Наиболее субъективно значимые последствия специальной военной операции респонденты находят в негативном изменении психоэмоционального состояния (32,5% от общего количества индикаторов). Частотно встречающимися индикаторами в данной категории являются: стресс, тревожность, страх (в том числе, страх громких звуков, будущего, страх за жизнь, страх за близких), неуверенность в завтрашнем дне, волнение, депрессия, негативный / тяжелый эмоциональный фон, подавленность, апатия, напряжение, давление на психику и др. Особенно ярко это описывают респонденты из 4-ого и 2-ого кластеров: «я утопаю в тревоге», «жить страшно», «психологически сложно переносить», «эмоционально непросто осознавать, что близкие и друзья – это чья-то мишень», «с ужасом реагируешь, когда опасность атаки БПЛА застаёт твоих родных», «стало сложнее в психологическом плане», «стала более тревожной, страха много, чаще ощущаю апатию и подавленность, негативные мысли в голове, периодами сложнее сфокусироваться на деле», «тревожное состояние, непонимание будущего, стресс», «морально тяжело наблюдать на происходящими событиями», «удручение, измученность и истощение», «бессонница, постоянные переживания за свою жизнь и жизни других людей», «эмоциональное состояние скачет у всей семьи» и др. Эти данные согласуются с мировыми исследованиями влияния военных конфликтов на психоэмоциональное здоровье человека. Психотравматический опыт переживания как участников, так и свидетелей войны часто связан с разрушительными для личности долгосрочными последствиями. Стресс военного времени, футурошок, сопровождающиеся высоким уровнем тревоги, оказывают дезорганизующее влияние на человека на всех уровнях организации: сенсорном, когнитивном, поведенческом, мировоззренческом, затрагивая личностную идентичность (Rozanov et al., 2019). При этом ученые отмечают, что симптоматика, связанная с посттравматическим опытом, может сохраняться на долгие годы, только снижается интенсивность проявления, при условии, что человек попадает в благоприятные условия (Qi, Gevonden & Shalev, 2016). Значимое превалирование данной категории в 4 кластере согласуется с напряженностью всех копинг-стратегий, что говорит о высокой стрессовой нагрузке и относительно неадаптивном поведении

данных респондентов на фоне ярко выраженной стрессовой симптоматики. Необходимо отметить, что во втором кластере, несмотря на то что количество смысловых индикаторов меньше, чем в 4-ой группе, респонденты описывают свое состояние более развернуто, эмоционально, применяя множество эпитетов и метафор, объясняя причины и прогнозируя последствия, что также согласуется с превалированием в данной группе эмоционально-ориентированных стратегий совладания.

Далее респонденты выделили социально-экономические последствия как субъективно значимые (13,1% индикаторов). К ним отнесли повышение цен и экономическую нестабильность («она повлияла на бытовом уровне: в росте цен», «квартиры и машины – недостижимые блага, подорожание базовых продуктов питания»), снижение уровня жизни в целом («Экономический упадок», «экономический кризис», «нестабильность, меньше стабильности и, санкции»), ограничение свободы передвижения и отчуждение («невозможность свободно перемещаться по миру, вне России», «обособление от мира»), сужение спектра возможностей, милитаризацию общества, запрет на обсуждение некоторых тем («цензура», «разрыв в обществе на уровне мнений, невозможность обсудить», «Возникло много законов и правовых прецедентов, из-за которых какие-то действия получили вторые смыслы и теперь недопустимы»), снижение рождаемости. В меньшей степени данный спектр последствий отметили респонденты 1 кластера. Их ответы в данной категории обобщены, без аффилиации к конкретным изменениям на уровне отдельной личности. Наиболее превалирует данная категория анализа также в четвертом кластере респондентов.

Отдельно стоит выделить категорию «Тревога за близких, которые находятся в зоне СВО, проживают на границе» (10,2% индикаторов). Респонденты отмечают, что тревога за жизнь близких отразилась на психологическом состоянии семьи, изменила ее функционирование: «мои близкие родственники принимают участие в СВО, что в той или иной степени отражается на каждом члене семьи», «появился страх за некоторых членов семьи и за молодого человека», «Члены семьи волнуются за родственника, который находится на СВО, интересуются о том, звонит или пишет ли он», «не можем думать ни о чем другом», «Некоторые мои друзья родом из Белгорода, где периодически происходят обстрелы, переживаю»... Необходимо отметить, что тревогу за близких респонденты часто рассматривают как ресурс объединения семьи, взаимоподдержки, интеграции усилий. Так, категория переосмысления ценностей семьи, жизни значимо превалирует в 4 кластере (32,2%). На фоне высокой стрессогенной нагрузки объединение и переоценка значимости семьи повышают адаптационный потенциал личности. В мировых исследованиях подчеркивается, что часто в ситуации военного конфликта наблюдаются демонстрация более сильной идентификации с обществом, усиление патриотизма, позитивные сдвиги во взаимоотношениях внутри семей (Nestik, 2023), акцентируется внимание на психотерапевтической функции семьи и исключительном значении поддержки со

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

стороны близких и социальной поддержки в целом (Feeney & Collins, 2015). В тоже время ориентированность на поддержку говорит о том, что человек осознает дефицитарность собственных ресурсов и испытывает определенные сложности в принятии личной ответственности и решений, связанных со своей жизнью в данных условиях.

Также среди последствий СВО были выделены утраты, травмы у родственников и близких людей, разрыв близких отношений, конфликты внутри семьи, разделенной по ценностному основанию, отношению к СВО.

Заключение

Проведенное исследование позволяет нам сделать ряд обобщений. Несмотря на территориальную близость-отдаленность к военному конфликту («круги близости»), специальная военная операция воспринимается и оценивается молодыми людьми как экстремальный, психотравмирующий контекст жизни, сопряженный с ухудшением психоэмоционального состояния, высокими стрессовыми нагрузками, ценностными конфликтами, нарастающей тревогой за безопасность близких, переживанием утраты стабильности жизни, социально-экономическими трудностями. При этом происходит переосмысление реальных ценностей, переоценка значимости жизни, ресурсности близких отношений и семьи. Появляется субъективная оценка важности отсроченных последствий данного контекста жизни.

В целом, необходимо отметить, что молодежь достаточно адаптирована к данной ситуации, на что косвенно указывают разнообразная палитра копинг-поведения и средние показатели жизнестойкости. Следует говорить о том, что особенности совладания связаны с приближенностью / отдаленностью к боевым действиям. Так, молодые люди из 1 круга (жители ЛНР, ДНР) значимо чаще используют психоактивные вещества и отрицают высокую стрессогенность ситуации СВО, не используют стратегии *Планирования* и *Принятия ситуации*; респонденты 2 круга (жители приграничных регионов – Белгорода, Воронежа) чаще используют стратегию *Принятие риска* при невыраженности стратегии *Самообвинение*; респонденты из 3 круга (Центральный Федеральный округ и Хабаровский край) чаще используют стратегию *Поиск инструментальной поддержки*. Однако, несмотря на очевидные различия, копинг-стратегия *Отрицание* (в сочетании с позитивной переоценкой ситуации и вовлеченностью в близкие отношения) является наиболее напряженной на всей выборке, что может быть ресурсосберегающим совладанием, позволяющим сохранить привычный образ жизни и выполнять важные функции.

Данное исследование позволило выделить и описать четыре основных типа связанности и напряженности копинг-поведения российской молодежи, а именно: 1 тип – Активный, принимающий, адаптивный копинг; 2 тип – Пассивный, эмоциональный, адаптивный, ориентированный на поиск социальной

поддержки; 3 тип – Пассивный, принимающий, адаптивный; 4 тип – Активный, недифференцированный, неадаптивный

По параметрам жизнестойкости респонденты всех типов имеют различия. Самые высокие результаты демонстрируют респонденты 1 типа, что дает возможность говорить о важности принятия ситуации военного конфликта как условия жизни современного человека, вовлеченности, планирования и контроля событий собственной жизни. При этом, чем выше недооценка важности и неизбежности происходящего, отрицание и субъективное отстранение, тем выше стрессовые нагрузки и риск психотравмы.

Ограничения исследования

Безусловно, данное исследование имеет ограничения, среди которых важным является то, что не был учтен факт внутренней миграции, и в различные «круги близости» могли войти респонденты, изначально проживающие на фронтовых или приграничных территориях РФ. Возможно, именно поэтому нам не удалось выявить значимых различий в восприятии и оценке ситуации военного конфликта.

Благодарности

Выражаем искреннюю благодарность за помощь в проведении исследования и сбор эмпирических данных Марфиной Ж. В., Рудь М. В. (Луганск), Минаеву А. И. (Донецк), Репринцеву А. В. (Курск), Переславцевой Л. И. (Белгород), Махнину А. Н. (Воронеж).

Литература

- Акарачкова, Е. С., Байдаулетова, А. И., Блинов, Д. В., Бугорский, Е. В., Кадырова, Л. Р., Климов, Л. В., Котова, О. В., Лебедева, Д. И., Орлова, А. С., Травникова, Е. В., Царёва, Е. В., Яковлев, О. Н. (2022). *Стресс у детей и подростков: причины и последствия, лечение и профилактика. Клиническое руководство*. СПб.: Скифия-принт; М.: Профмедпресс.
- Артамонов, В. А., Артамонова, Е. В. (2023). Гибридные войны: новые вызовы XXI века. *Большая Евразия: развитие, безопасность, сотрудничество*, 6(1), 43–51.
- Афанасьев, А. Н. (2021). Гибридные войны против национальных правовых культур СССР и современной России. *Историко-правовые проблемы: новый ракурс*, 2, 136–147. <https://doi.org/10.24412/2309-1592-2021-2-136-147>
- Битюцкая, Е. В., Базаров, Т. Ю. (2019). Особенности восприятия жизненных событий людьми с разными предпочитаемыми стилями реагирования на изменения. *Вопросы психологии*, 3, 94–106.
- Битюцкая, Е. В. (2022). Успешность копинга. *Psychology. Журнал Высшей школы экономики*, 19(2), 382–404.
- Ерёмина, Л. Ю. (2011). Система социально-психологической работы с детьми, переживающими последствия чрезвычайных ситуаций. *Системная психология и социология*, 4, 61–71.

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Захарова, Н. М., Цветкова, М. Г. (2020). Психические и поведенческие нарушения у мирного населения региона, подвергшегося локальным военным действиям. *Психология и право*, 10(4), 185–197. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2020100413>
- Знаков, В. В. (2023). Психология возможного и возможностное мышление. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 16(2), 5–23.
- Калдор, М. (2015). *Новые и старые войны: организованное насилие в глобальную эпоху*. Институт Гайдара.
- Карабанова, О. А., Молчанов, С. В. (2018). Риски негативного воздействия информационной продукции на психическое развитие и поведение детей и подростков. *Национальный психологический журнал*, 3(31), 37–46. <https://doi.org/10.11621/npj.2018.0304>
- Карпинский, К. В., Колышко, А. М., Парфёнова, Т. В. (2022). *Современные методы психологической диагностики*. Гродненский государственный университет имени Янки Купалы.
- Корнилова, Т. В. (2015). Принцип неопределенности в психологии выбора и риска. *Психологические исследования*, 8(40). <https://doi.org/10.54359/ps.v8i40.553>
- Крюкова, Т. Л., Екимчик, О. А., Опекина, Т. П. (2019). *Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях*. Костромской государственный университет.
- Лопатина, О. (2023). Влияние русско-украинских военных (боевых) действий на психологическое состояние граждан. *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*, 1(29). [https://doi.org/10.14258/zosh\(2023\)1.17](https://doi.org/10.14258/zosh(2023)1.17)
- Макеева, Е. А., Макеева, И. А., Логинова, Е. В. (2021). Особенности социальной адаптации личности в условиях VUCA-мира. *Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки*, (11-1), 55–58.
- Малкина-Пых, И. Г. (2005). *Психологическая помощь в кризисных ситуациях*. Эксмо.
- Манукян, В. Р., Муртазина, И. Р., Гришина, Н. В. (2020). Опросник для диагностики потенциала самоизменений личности. *Консультативная психология и психотерапия*, 28(4), 35–58. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280403>
- Одинцова, М. А., Радчикова, Н. П., Куляцкая, М. Г. (2017). Стили преодоления травматического жизненного события в авторских сказках юношей и девушек. *Клиническая и специальная психология*, 6(4), 90–104. <https://doi.org/10.17759/cpse.2017060407>
- Осин, Е. Н. (2013). Факторная структура краткой версии Теста жизнестойкости. *Организационная психология*, 3(3), 42–60.
- Петровский, В. А. (2010). *Человек над ситуацией. Смысл*.
- Рассказова, Е. И., Леонтьев, Д. А. (2016). *Жизнестойкость и ее диагностика. Смысл*.
- Руденкин, Д. В., Руденкина, А. И. (2019). Интернет в социальной реальности современной российской молодежи: тренды и риски. *Juvenis scientia*, (1), 43–48.
- Сапогова, Е. Е. (2023b). Прекарность как экзистенциальный феномен. *Психологическая газета*. URL: <https://psy.su/feed/11533/>
- Сапогова, Е. Е. (2023a). «Текущий субъект» в «текущей современности»: проблемы социализации в условиях неопределенности. *Проблемы современного образования*, 1, 54–66.
- Леонтьев, Д. А., Сапронов, Д. В. (2007). Личностный динамизм и его диагностика. *Психологическая диагностика: научно-методический и практический журнал*, 1, 66–85.
- Старовойтенко, Е. Б., Щебетенко, С. А. (2020). Я-неизвестное в достижении самотождества и самопреобразовании личности. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 17(4), 757–778.
- Тарабрина, Н. В., Харламенкова, Н. Е., Падун, М. А., Хажуев, И. С., Казымова, Н. Н., Быховец, Ю. В., Дан, М. В. (2017). *Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности*. Институт психологии РАН.

- Тихомирова, Е. В., Самохвалова А. Г. (2023). *Образ будущего и психологическое благополучие в юношеском возрасте в условиях высокой стрессогенности социальной среды*. В: *Психологическое благополучие субъектов образования: сборник научных материалов*, Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского, 231–239.
- Carballo, M., Smajkic, A., Zeric, D., Dzidowska, M., Gebre-Medhin, J. & Van Halem, J. (2004). Mental health and coping in a war situation: the case of Bosnia and Herzegovina. *Journal of Biosocial Science*, 36(4), 463–477. <https://doi.org/10.1017/s0021932004006753>
- Crișan, C. A., Milhem, Z., Stretea, R., Hossu, R. M., Florean, I. S. & Cherecheș, R. M. (2023). Coping Mechanisms during the War in Ukraine: A Cross-Sectional Assessment among Romanian Population. *Healthcare*, 11(10), 1412. <https://doi.org/10.3390/healthcare11101412>
- Feeney, B. C., Collins, N. L. (2015). A new look at social support: a theoretical perspective on thriving through relationships. *PersSocPsycholRev*, 19(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Held, P., Owens, G., Schumm, J., Chard, K. & Hansel, J. (2011). Disengagement Coping as a Mediator between Trauma-Related Guilt and PTSD Severity. *Journal of Traumatic Stress*, 24, 708–715. <https://doi.org/10.1002/jts.20689>
- Khoshaba, D., & Maddi, S. (1999). Early Antecedents of Hardiness. *Consulting Psychology Journal*, 51(2), 106–117.
- Liverant, G. I., Hofmann, S. G. & Litz, B. T. (2004). Coping and Anxiety in College Students after the September 11th Terrorist Attacks. *Anxiety Stress Coping*, 17, 127–139 <https://doi.org/10.1080/0003379042000221412>
- Marr, N. S., Zainal, N. H. & Newman, M. G. (2022). Focus on and Venting of Negative Emotion Mediates the 18-Year Bi-Directional Relations between Major Depressive Disorder and Generalized Anxiety Disorder Diagnoses. *Journal of Affective Disorders*, 303, 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.079>
- Middendorf, G. (2024). Civilian Coping Strategies in War: A Qualitative Content Analysis of a Diary from the Siege of Breslau in 1945. *Pax et Bellum Journal*, 11. <https://doi.org/10.33063/pbj.v11i2024.561>
- Nestik, T. (2023). The Influence of Military Conflicts on the Psychological State of Society: Promising Areas of Research. *Social Psychology and Society*, 14, 5–22. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140401>
- Ozbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., Morgan, C. A., Charney, D. & Southwick, S. (2007). Social support and resilience to stress: from neurobiology to clinical practice. *Psychiatry (Edgmont)*, 4(5), 35–40.
- Qi, W., Gevonden, M. & Shalev, A. (2016). Prevention of Post-Traumatic Stress Disorder After Trauma: Current Evidence and Future Directions. *Current Psychiatry Reports*, 18, 20. <https://doi.org/10.1007/s11920-015-0655-0>
- Rizzi, D., Ciuffo, G., Landoni, M., Mangiagalli, M. & Ionio, C. (2023) Psychological and environmental factors influencing resilience among Ukrainian refugees and internally displaced persons: a systematic review of coping strategies and risk and protective factors. *Frontiers in Psychology*, 14, 1266125. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1266125>
- Rozanov, V., Frančišković, T., Marinic, I., Magdalena, M., Letica-Crepulja, M., Mužinić, L., Jayatunge, R., Sisask, M., Vevera, J., Wiederhold, B., Wiederhold, M., Miller, I. & Pagkalos, G. (2019). Mental Health Consequences of War Conflicts. *Advances in Psychiatry*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-70554-5_17

Поступила в редакцию: 24.07.2024

Поступила после рецензирования: 10.10.2024

Принята к публикации: 02.12.2024

Заявленный вклад авторов

Анна Геннадьевна Самохвалова – разработка концепции исследования, сбор эмпирических данных, теоретический обзор отечественных исследований по изучаемой проблеме.

Елена Викторовна Тихомирова – обзор зарубежных исследований по изучаемой проблеме, подбор методического комплекса, первичная обработка количественных данных, обработка качественных данных методом контент-анализа, содержательная интерпретация результатов исследования.

Ольга Александровна Екимчик – сбор эмпирических данных, статистический анализ и описание эмпирических результатов исследования

Мария Вячеславовна Сапоровская – разработка концепции исследования, обобщение результатов, формулировка содержательных выводов.

Информация об авторах

Анна Геннадьевна Самохвалова – доктор психологических наук, профессор, директор института педагогики и психологии, Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация; Researcher ID: B-1044-2017, Scopus ID: 57188844118, Author ID: 4288989, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4401-053X>; e-mail: a_samohvalova@ksu.edu.ru

Елена Викторовна Тихомирова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, заместитель директора по научно-исследовательской деятельности, Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация; Researcher ID: AAA-8206-2020, Scopus ID: 57206890761, Author ID: 640776, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3844-4622>; e-mail: tichomirowa82@mail.ru

Ольга Александровна Екимчик – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация; Researcher ID: R-2488-2016, Scopus ID: 57216492036, Author ID: 633093, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6527-0210>; e-mail: olga-ekimchik@rambler.ru

Мария Вячеславовна Сапоровская – доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой общей и социальной психологии; Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация; Researcher ID: B-9046-2018, Author ID: 429638, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>; e-mail: saporov35@mail.ru

Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.