

**Российское  
психологическое  
общество**

**ISSN 1812-1853 (Print)  
ISSN 2411-5789 (Online)**

**РОССИЙСКИЙ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ  
ЖУРНАЛ /  
RUSSIAN  
PSYCHOLOGICAL  
JOURNAL**

**Том 23 № 1**

**2026**

---

## Российский психологический журнал

**Учредитель** – Общероссийская общественная организация «Российское психологическое общество»

**Главный редактор** – д. пс. н. Зинченко Ю. П. (МГУ имени М. В. Ломоносова, Москва, РФ)

**Заместитель главного редактора** – д. биол. н. Ермаков П. Н. (ЮФУ, Ростов-на-Дону, РФ)

---

### Редакционный совет

д. пс. н. Акопов Г. В. (СГСПУ, Самара, РФ)  
д. пс. н. Асмолов А. Г. (МГУ, Москва, РФ)  
д. биол. н. Бабенко В. В. (ЮФУ, Ростов-на-Дону, РФ)  
д. биол. н. Безруких М. М. (ИВФ РАО, Москва, РФ)  
д. пс. н. Богоявленская Д. Б. (ПИ РАО, Москва, РФ)  
д. биол. н. Григорьев П. Е. (СевГУ, Севастополь, РФ)  
д. пс. н. Донцов А. И. (МГУ, Москва, РФ)  
д. пс. н. Карабущенко Н. Б. (РУДН, Москва, РФ)  
д. пс. н. Караяни А. Г. (Военный университет, Москва, РФ)

д. пс. н. Лабунская В. А. (ЮФУ, Ростов-на-Дону, РФ)  
д. пед. н. Малофеев Н. Н. (ИКП РАО, Москва, РФ)  
д. пс. н. Митина Л. М. (ПИ РАО, Москва, РФ)  
д. пед. н. Реан А. А. (НИУ ВШЭ, Москва, РФ)  
д. пс. н. Рыбников В. Ю. (ФГБУ ВЦЭРМ, Санкт-Петербург, РФ)  
д. пед. н. Скуратовская М. Л. (ДГТУ, Ростов-на-Дону, РФ)  
д. пед. н. Федотова О. Д. (ДГТУ, Ростов-на-Дону, РФ)  
д. пс. н. Черноризов А. М. (МГУ, Москва, РФ)  
д. пс. н. Яницкий М. С. (КемГУ, Кемерово, РФ)

---

### Редакционная коллегия

д. пс. н. Александров Ю. И. (ВШЭ, Москва, РФ)  
д. филол. н. Белянин В. П. (Университет Торонто, Канада)  
д. пс. н. Берберян А. С. (РАУ, Ереван, Армения)  
д. пс. н. Богомаз С. А. (ТГУ, Томск, РФ)  
Ph. D. Bernard R. M. (Конкордия, Монреаль, Канада)  
Ph. D. Бороховский Е. (Конкордия, Монреаль, Канада)  
д. пс. н. Воробьева Е. В. (ДГТУ, Ростов-на-Дону, РФ)  
д. пс. н. Долгова В. И. (ЮУрГГПУ, Челябинск, РФ)  
Ph. D. Granhag Pär-Anders (University of Gothenburg, Sweden)  
Sc. D. Кроник А. А. (Институт каузометрии, Вашингтон, США)

Ph. D. Kalmus V. (University of Tartu, Estonia)  
д. пед. н. Манжелей И. В. (ТюмГУ, Тюмень, РФ)  
д. пед. н. Масалимова А. Р. (КФУ, Казань, РФ)  
д. пед. н. Повзун В. Д. (СурГУ, Сургут, РФ)  
д. биол. н. Полевая С. А. (ПИМУ, Нижний Новгород, РФ)  
Ph. D. Sequeira H. (Lille 1 University, Лилль, Франция)  
Dr. Стошич Л. (Institute of management and knowledge, Скопье, Македония)  
д. пед. н. Хайруллина Э. Р. (КНИТУ, Казань, РФ)  
д. пс. н. Хотинец В. Ю. (УдГУ, Ижевск, РФ)  
д. пс. н. Цветкова Л. А. (СПбГУ, Санкт-Петербург, РФ)  
д. пед. н. Шайдуллина А. Р. (АГНИ, Альметьевск, РФ)

---

**Ответственный редактор** – Проненко Евгений Александрович  
**Литературный редактор** – Вороная Виктория Дмитриевна  
**Ответственный секретарь** – Найденова Елизавета Витальевна  
**Ответственный секретарь** – Палочкина Анастасия Игоревна

---

**Адрес редакции:**  
344006, Российская Федерация,  
г. Ростов-на-Дону,  
ул. Пушкинская, д. 140,  
ком. 114  
E-mail: [rospsihj.disk@gmail.com](mailto:rospsihj.disk@gmail.com)

**Адрес издателя:**  
ООО "КРЕДО"  
129366, Российская Федерация,  
г. Москва, ул. Ярославская, д. 13А, стр. 2  
Тел./ факс (495) 283-55-30  
E-mail: [izd.kredo@gmail.com](mailto:izd.kredo@gmail.com)

**Адрес учредителя:**  
125009, Российская Федерация,  
г. Москва, ул. Моховая, д. 11, стр. 9  
E-mail: [russpsysoc@gmail.com](mailto:russpsysoc@gmail.com)

---

Каталог Урал-Пресс  
Подписной индекс 46723  
Цена свободная

---

© Российское психологическое общество, 2026  
© ООО "КРЕДО", 2026  
Веб-сайт: [rpi.ru.com](http://rpi.ru.com)

---

## Концепция, миссия, цель и задачи Российского психологического журнала

**Российский психологический журнал** – научное рецензируемое издание, открытое для международного сотрудничества и публикующее оригинальные научные статьи и обзоры по психологии. Журнал основан Российским психологическим обществом в 2004 году, выпускается 4 раза в год. С 2019 года издается на русском и английском языках.

*Миссия журнала* – в повышении качества и открытости психологической науки. Журнал стремится к поддержанию высокого уровня психологических исследований и повышению доступности научного знания для всех категорий читателей.

*Цель журнала* заключается, с одной стороны, в вовлечении российских исследователей в международное научное пространство, что обеспечивается внедрением современных международных издательских практик, с другой стороны, в содействии научной коллаборации российских и зарубежных авторов за счет знакомства иностранных исследователей с российскими научными разработками, не имеющими аналогов за рубежом.

*Задачи журнала:*

- 1) предоставление качественных научных результатов для начинающих и опытных ученых;
- 2) предоставление возможности исследователям публиковать и делиться своими работами в научных кругах по всему миру;
- 3) продвижение статей журнала в международном научном пространстве через вхождение в авторитетные международные базы данных и каталоги;
- 4) повышение международной кооперации авторов;
- 5) повышение видимости, цитирования, доверия и авторитета российских научных работ в мировом научном пространстве.

В журнале осуществляется двойное слепое рецензирование, каждая рукопись оценивается не менее чем двумя экспертами.

Журнал придерживается международных стандартов издательской этики в соответствии с рекомендациями Комитета по этике научных публикаций (COPE).

*Читательская и авторская аудитория журнала*

**Читательская аудитория** Российского психологического журнала состоит из нескольких категорий. Наибольший интерес статьи журнала представляют для академического сообщества, исследователей в сфере психологии; на страницах журнала публикуются передовые исследования в актуальных областях науки. Студенты и аспиранты могут найти необходимый материал, который послужит опорой в обучении и который поможет начать собственные исследования. Также статьи журнала будут полезны широкому кругу читателей, интересующихся конкретными или новыми темами в сфере психологии.

**Авторскую аудиторию** журнала составляют сотрудники университетов (преподаватели, доценты, профессора), научные сотрудники научно-исследовательских организаций, активные исследователи различных областей психологии, практикующие специалисты, а также аспиранты и соискатели ученой степени – им предоставляется возможность публиковать статьи высокого качества.

Журнал входит в Перечень ВАК, включен в Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), Scopus, ResearchBib, Directory of Open Access Journals (DOAJ) и другие базы и каталоги научных журналов. Редакция журнала является членом ассоциаций АНРИ, CrossRef.

Материалы журнала доступны по лицензии Creative Commons «Attribution» 4.0 Всемирная.

Свидетельство Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций о регистрации средства массовой информации ПИ № 77-16511 от 13 октября 2003 года.

## СОДЕРЖАНИЕ

### **ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ФИЛОСОФИЯ И ПСИХОЛОГИЯ**

Александр О. Прохоров, Наталья Ю. Каюмова, Альберт В. Чернов,  
Марк Г. Юсупов

**Ментальная регуляция психических состояний в недельном цикле  
работников производственной сферы: динамический аспект .....6-22**

Екатерина В. Шиндрикова, Александра Е. Ловягина

**Чувствительность к отвержению из-за внешности у девушек-  
гимнасток и девушек-неспортсменок.....23-40**

### **ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ**

Владимир Г. Маралов, Марина А. Кудака, Вячеслав А. Ситаров,  
Лариса В. Романюк, Ирина И. Корягина

**Светлые и Темные черты личности современного студенчества:  
влияние ценностных ориентаций и базисных убеждений.....41-60**

Мария О. Булич, Галина У. Солдатова

**Реконструкция переживания ситуации захвата заложниками  
на основе анализа нарративов.....61-79**

Ирина Г. Юркова, Ксения В. Фарбитник, Людмила С. Скрипниченко,  
Юлия Э. Каткова, Михаил В. Мезужок

**Индивидуально-личностные детерминанты копинг-стратегий  
при принятии решений в условиях неопределённости..... 80-99**

### **СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Гульмира У. Утемисова, Анастасия В. Микляева

**Гендерные и возрастные аспекты стратегий преодоления  
кибербуллинга в подростковой среде: результаты кросс-  
культурного исследования (Россия и Казахстан).....100-117**

### **ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**

Елена В. Заболотная, Татьяна Д. Дубовицкая

**Диагностика научно-профессионального мышления студентов-  
психологов: первичная психометрическая  
проверка методики.....118-139**

## **МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ**

Сергей В. Моисеев, Елена А. Есипенко, Валерия В. Нестеренко  
**Айтрекинг-исследование зрительного внимания школьников  
при просмотре учебных видеороликов.....140-155**

Надежда В. Морошкина, Анна В. Косякова, Алена П. Ошканова,  
Ирина С. Князева  
**Банк заданий на поиск отдаленных ассоциаций для исследования  
инсайта CRAT-RUS: теоретические основания и результаты  
апробации.....156-194**

## **ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ**

Ирина А. Яковенко, Евгений А. Черемушкин, Владимир Б. Дорохов  
**Связи ритмов ЭЭГ в полушариях мозга как нейрофизиологическая  
основа процесса пробуждения.....195-207**

## **ПСИХОКОРРЕКЦИЯ**

Наталья М. Борозинец, Ольга В. Соловьева, Маргарита Г. Водолажская,  
Алексей С. Лукьянов, Татьяна С. Шеховцова, Олеся Д. Сальникова, Анна А. Дарган  
**Разработка и валидизация психодиагностической методики по оценке  
реабилитационного потенциала личности.....208-225**

Научная статья

УДК 159.9

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.1>

## Ментальная регуляция психических состояний в недельном цикле работников производственной сферы: динамический аспект

Александр О. Прохоров\* , Наталья Ю. Каюмова ,  
Альберт В. Чернов , Марк Г. Юсупов 

Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Россия

\*Почта ответственного автора: [alprokhor1011@gmail.com](mailto:alprokhor1011@gmail.com)

---

### Аннотация

**Введение.** Эффективность выполнения трудовых обязанностей работников связана с саморегуляцией психических состояний. В статье рассмотрена динамика функциональных структур ментальной регуляции психических состояний работников производства в течение рабочей недели, проанализированы взаимосвязи психических состояний с ментальными структурами, а также способами саморегуляции состояний. **Методы.** В исследовании приняли участие 62 работника производственной сферы, из них 17 мужчин и 45 женщин ( $M = 34$ ,  $\sigma = 6,7$ ). В начале исследования выявлены характеристики ментальных структур респондентов (самоотношения, осмысленности жизни, рефлексии), далее на протяжении недели осуществлялась диагностика переживаемых ими психических состояний и способов их саморегуляции. **Результаты.** Показано, что работники производственной сферы наиболее часто испытывают состояния оптимальной психической активности в начале (74%) и конце рабочей недели (71%). Число отрицательных психических состояний высокой интенсивности (напряженность, тревожность) возрастает от понедельника к четвергу, а затем снижается. Наибольшая частота отрицательных состояний низкой интенсивности (утомление, сонливость) приходится на понедельник (23%) и пятницу (16%). Максимальное количество способов саморегуляции отмечается в середине рабочей недели. Выявлена специфика включенности показателей ментальной регуляции и регуляторных действий в изменение психических состояний в недельном рабочем цикле. **Обсуждение результатов.** По результатам проведенного исследования

установлено, что увеличение числа неравновесных состояний высокой и низкой интенсивности, снижающих продуктивность труда в середине и конце рабочей недели, компенсируется возрастающей регуляторной активностью работников. Наибольшая включенность показателей ментальных структур и регуляторных действий в саморегуляцию психических состояний характерна для начала и конца рабочей недели. Ведущими показателями ментальной регуляции состояний в течение рабочей недели являются показатели осмысленности жизни (цель и результат жизни), самоотношения (саморуководство) и общего уровня рефлексивности работников.

### **Ключевые слова**

психическое состояние, ментальная регуляция, динамика, рефлексия, саморегуляция, профессиональная деятельность

### **Финансирование**

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект № 23-18-00232

### **Для цитирования**

Прохоров, А.О., Каюмова, Н.Ю., Чернов, А.В., Юсупов, М.Г. (2026). Ментальная регуляция психических состояний в недельном цикле работников производственной сферы: динамический аспект. *Российский психологический журнал*, 23(1), 6–22, <https://doi.org/10.21702/grj.2026.1.1>

---

## **Введение**

Согласно разрабатываемой нами структурно-функциональной модели ментальной регуляции психических состояний субъекта (Прохоров, 2020) ведущими в «осознанном» регуляторном процессе являются ментальные механизмы и структуры сознания, которые являются составной частью ментального (субъективного) опыта человека. В структуре ментального опыта осуществляется интеграция составляющих сознания (смысловые и рефлексивные структуры, переживания, ментальные репрезентации, система Я) и их взаимодействие, направленное на достижение цели – регуляцию психического состояния субъекта.

Значимая роль составляющих сознания и их взаимодействия в регуляции психических состояний отмечается в целом ряде работ. Так, М. И. Карташевой (2022) показана структура взаимоотношений между характеристиками сознания в ходе регуляции психических состояний, где центральную роль играют показатели системы Я.

В свою очередь, Г. Ю. Мартыанова (2015) отмечает, что субъективный образ состояний выполняет регулирующую функцию в процессе адаптации в трудных жизненных ситуациях, дифференцированно влияя на регуляторную активность субъекта. Кроме того, установлены степень и направленность влияния смысловых базовых установок студентов на регуляторные процессы системы осознанной регуляции учебной деятельности (Галузо, 2016), выявлена роль различных смысловых конструкторов в ходе саморегуляции психических состояний в учебной деятельности студентов (Мухрыгина, 2008).

Отдельно стоит отметить исследования А. В. Карпова (2012), осуществляемые в рамках метасистемного подхода, в которых показано, что рефлексия выступает базовым процессуальным средством сознания. М. А. Холодная (2022) подчеркивает, что высокий уровень рефлексии субъекта может быть связан как с продуктивными формами саморегуляции, проявляющимися в повышении успешности деятельности, так и с дезадаптивными, сопровождающимися снижением успешности деятельности человека. Аналогичные закономерности были установлены автором при низком уровне рефлексии. В качестве ключевого механизма, обеспечивающего эффект расщепления показателей рефлексии, автор выделяет метакогнитивные способности личности.

Важное место в психологической литературе занимают исследования, посвященные изучению успешности деятельности и эффективности саморегуляции состояний субъекта. Так, в рамках структурно-интегративного подхода А. С. Кузнецовой, М. А. Титовой и Т. А. Злоказовой (2019) получены результаты, демонстрирующие высокую значимость саморегуляции функционального состояния для специалистов разных профессий, что особенно ярко выражается в условиях повышенной напряженности труда. Исследованиями, выполненными в русле интегративного подхода, В. М. Бызовой, А. Е. Ловягиной, Е. И. Периковой (2019) показано, что эффективность саморегуляции учебной деятельности в значительной степени обусловлена составляющими рефлексии и метакогнитивных процессов студентов.

Е. А. Сергиенко (2018), раскрывая психологический уровень регуляции поведения, отмечает, что регулятивная функция по отношению к психическим состояниям и деятельности субъекта принадлежит контролю поведения, который актуализирует индивидуальные ресурсы человека в соответствии с его целями и задачами. В свою очередь, Н. В. Гришина (2023) при описании детерминации поведения человека, наряду с влияниями его прошлого опыта и актуальной ситуации, акцентирует внимание на конструкторах будущего, среди которых важную роль играют цели и жизненные планы человека. В. И. Моросанова (2021) подчеркивает, что развитие ресурсов осознанной саморегуляции способствует успешному обучению, выступает основой адаптации и формирования новой самоорганизации жизни, а также препятствует развитию острых стрессовых реакций и негативных эмоциональных состояний человека.

В зарубежных исследованиях среди ментальных структур особое место отводится рефлексии и ее роли в регуляции состояний и эмоций. В них проводится разделение

рефлексии, направленной на регуляцию состояний и эмоций человека, и руминации, проявляющейся в размышлении о себе, и имеющей ярко выраженное негативное влияние на переживания человека (Луке, 2009). Так, N. A. Dunn & A. F. Luchner (2022), отмечают, что, в отличие от руминации, рефлексия оказывает позитивное влияние на состояния людей с высоким уровнем критичности к себе. В статье K. J. Bucknell, M. Kangas & M. F. Crane (2022) убедительно показано, что уровень руминации негативно влияет на субъективное благополучие, в то время как адаптивная рефлексия и жизнестойкость, наоборот, выступают важнейшим фактором благополучия личности. В другой работе (Jones, Papadakis, Hogan & Strauman, 2009) отмечается, что средний и высокий уровень руминации у людей связан с депрессивными симптомами и неудачами в достижении целей, в отличие от регулятивной формы рефлексии. Последняя зачастую рассматривается как важнейшее условия субъективного благополучия личности (Wang & Jun, 2025) и значимый фактор в регуляции эмоциональных состояний (Orvell et al., 2020).

Роль самооценки в регуляции психических состояний часто рассматривается с точки зрения ее влияния на настроение субъекта. Показано (Gütges et al., 2025), что неустойчивость в восприятии себя влияет на частые смены настроения у респондентов, в то время как отраженная самооценка, выступая более устойчивой структурой, приводит к стабилизации состояний в повседневной жизни человека. В другом исследовании (Brown & Mankowski, 1993) отмечается, что лица с низкой самооценкой склонны еще более занижать оценку своих качеств при плохом настроении, в то время как в позитивном настроении такого не происходит. В свою очередь, Collins & Winer (2023) подчеркивают, что при оценке себя в депрессивном состоянии люди реже выбирают позитивные слова и чаще прибегают к отрицательным сравнениям, в отличие от не депрессивных состояний, где преобладают позитивные слова и сравнения.

Не остается без внимания зарубежных исследователей и значимость смысловых структур в регуляции психических состояний. Так, в работе He et al. (2023) показано, что низкий уровень осмысленности жизни напрямую связан с уровнем психологического стресса, что проявляется в повышении его уровня у респондентов. В другом исследовании (Akdağ, Ünsal & Gürbüz, 2024) было обнаружено, что снижение психологического стресса у подростков связано как с осмысленностью жизни, так и уровнем их психологической устойчивости.

В наших предыдущих исследованиях было показано, что эффективность ментальной регуляции психических состояний студентов обусловлена напряженностью ситуации учебной деятельности (Прохоров, Чернов, 2023). В то же время, в другой работе (Прохоров и др., 2023) было установлено, что к завершающему этапу обучения у студентов формируется устойчивая система ментальной регуляции психических состояний и растет число применяемых ментальных способов саморегуляции состояний. Близкие результаты были получены в исследованиях Д.Н. Гриненко и И.С. Морозовой (2017), где показано влияние комплекса когнитивно-стилевых факторов на развитие саморегуляции личности в условиях образовательной деятельности.

**Цель** настоящего исследования – выявить специфику ментальной саморегуляции психических состояний работников производственной сферы в течении рабочей недели.

## Методы

Эмпирическую базу составили 62 человека (работники производственной сферы, производство пластиковых труб и швейное производство), из них 17 мужчин и 45 женщин, средний возраст респондентов 34 года.

Эмпирическое исследование осуществлялось в несколько этапов. На *первом этапе* были измерены особенности ментальных структур и регуляторных действий. Испытуемым было предложено пройти следующие методики:

1. «Методика диагностики рефлексивных процессов: распознавания, осознания и идентификации» А.О. Прохорова и А.В. Чернова (Прохоров, Чернов, 2019).
2. «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева (Леонтьев, 2000).
3. «Методика исследования самоотношения» (МИС) С.Р. Пантилеева (Пантилеев, 1993).
4. Методика «Типология методов саморегуляции психических состояний» (Прохоров, Назаров, 2019).
5. Методика «Ментальные структуры» (Прохоров и др., 2025).

На *втором этапе* испытуемым предлагалось на протяжении пяти дней оценивать текущее психическое состояние с помощью методики «Рельеф психического состояния личности» (Прохоров, 1998). В качестве дополнительных вопросов методики предлагалось указать способы саморегуляции, которые применялись в том случае, если текущее состояние не отвечало требованиям деятельности.

Анализ динамики психических состояний в недельном цикле проводился на основе классификации психических состояний по уровню их психической активности: состояния оптимальной психической активности (равновесные), неравновесные состояния повышенной, либо пониженной интенсивности (Прохоров, 1998). В группу оптимальных психических состояний вошли состояния *спокойствия, радости, сосредоточенности, интереса*; к группе неравновесных состояний высокой психической активности были отнесены *напряженность, тревожность, возбуждение, волнение*; к группе неравновесных состояний низкой психической активности – *усталость, сонливость, апатия, безразличие, грусть, печаль*. Далее по тексту, говоря о психических состояниях различного уровня психической активности, мы подразумеваем именно эти психические состояния.

В ходе исследования нами решались следующие **задачи**:

1. Выявить особенности влияния ментальных структур на саморегуляцию психических состояний в течение недельного рабочего цикла.
2. Установить динамику применения различных способов и приемов

саморегуляции в их взаимосвязях с психическими состояниями в процессе трудовой деятельности.

Для анализа динамики ментальной регуляции психических состояний и уровня организованности ментальных структур респондентов высчитывался *индекс организованности структур* (ИОС) – для каждой составляющей ментальной структуры саморегуляции состояний связям на уровне статистической значимости  $p \leq 0,01$  приписывался 1 балл, затем для каждого дня недели высчитывалась сумма баллов (Карпов, 2004).

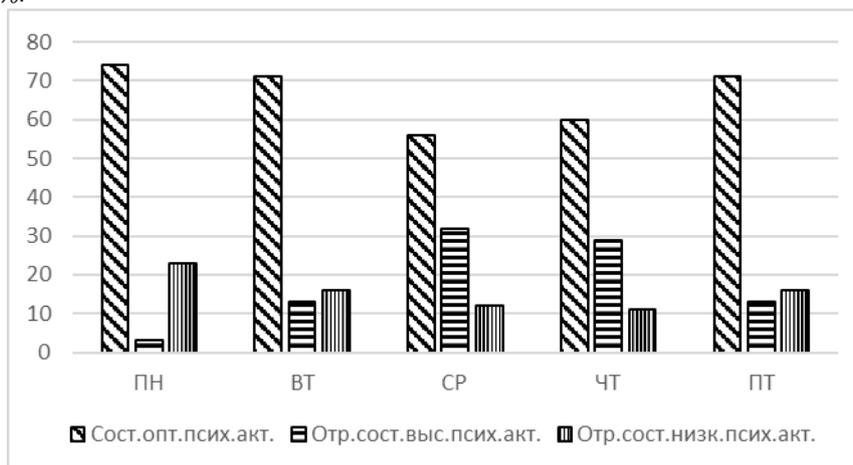
Статистическая обработка полученных данных проводилась при помощи частотного анализа и корреляционного анализа по Ч. Спирмену. При анализе ментальных структур саморегуляции состояний *рассматривались только высоко значимые корреляции* ( $p \leq 0,01$ ). Далее по тексту эти корреляции обозначаются «\*\*». Все вычисления выполнялись в статистическом пакете SPSS 23.0.

## Результаты

Феноменологический анализ качественных характеристик состояний показал, что на протяжении рабочей недели работники производства наиболее часто испытывают состояния оптимальной психической активности (см. рис. 1). Наибольшие показатели оптимальных психических состояний наблюдались в понедельник, вторник и пятницу.

**Рисунок 1**

*Относительная частота встречаемости психических состояний в течение рабочей недели, %.*



Частота переживаний неравновесных психических состояний высокой психической активности (напряженность, тревожность, возбуждение и др.) имеет наименьшие показатели в понедельник, наивысшие показатели в среду и четверг, показатели пятницы совпадают с показателями вторника. Процентная доля неравновесных

психических состояний низкой психической активности (усталость, сонливость, апатия и др.) имеет наивысшие показатели в понедельник, минимальные показатели в среду, к пятнице наблюдается постепенный рост.

**Таблица 1**

*Абсолютная частота применения способов саморегуляции в пятидневном цикле*

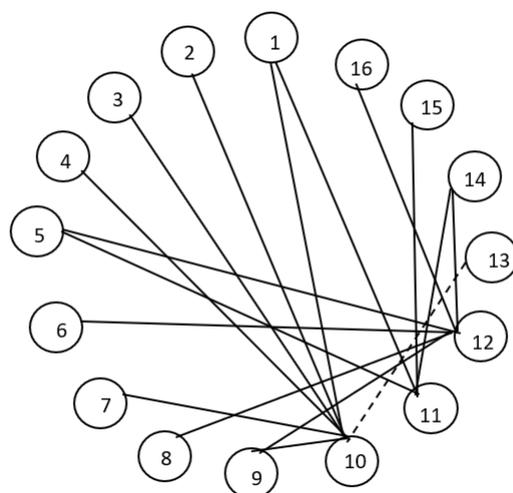
Методы саморегуляции	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Пассивный отдых	9	15	14	9	14
Активизация позитивных образов	26	20	21	11	17
Самовнушение	7	14	10	6	4
Активная разрядка	5	9	5	7	8
Размышление	13	9	7	4	5
Отключение/переключение	15	28	30	18	15
Общение	12	11	9	9	8
Пассивная разрядка	0	1	8	0	1
Врабатывание	27	15	23	13	14
Принятие пищи	3	19	13	12	6
Итого	117	141	140	89	92

Частотный анализ способов саморегуляции работников (см. табл. 1) показывает, что самыми распространенными для понедельника являются *врабатывание* и *активизация позитивных образов*, для вторника, среды и четверга – *отключение/переключение внимания*, для пятницы – *активные позитивные образы*. Минимальные показатели в течение всей недели, за исключением среды, характерны для *пассивной разрядки*, в среду – для *активной разрядки*. Такое распределение способов саморегуляции может быть обусловлено ограниченными возможностями регуляции состояний во время рабочего дня. В большинстве случаев работник находится на рабочем месте и не может его покинуть, ему доступны только короткие временные перерывы, поэтому для саморегуляции используются способы, не требующие специальных приспособлений и локаций (спортивный инвентарь и/или специальные помещения для активной разрядки, кушетки для сна и пр.). Для саморегуляции состояний респондентами используются в большей степени доступные, простые и надежные способы.

Далее рассмотрим динамику взаимосвязей психических состояний и ментальных показателей их саморегуляции по дням рабочей недели (рассматривались корреляции на уровне статистической значимости  $p \leq 0,01$ ).

## Рисунок 2

Функциональная структура саморегуляции психических состояний в первый день недели (понедельник)



**Примечание.** Условные обозначения: 1 – цель жизни, 2 – результат жизни, 3 – самоуверенность, 4 – саморуководство, 5 – самопринятие, 6 – закрытость, 7 – процесс идентификация (рефлексия), 8 – общий уровень рефлексии, 9 – общий показатель включенности ментальных структур в саморегуляцию, 10 – состояния оптимальной психической активности, 11 – неравновесные состояния низкой психической активности, 12 – неравновесные состояния высокой психической активности; способы саморегуляции: 13 – пассивная разрядка, 14 – пассивный отдых, 15 – размышление, 16 – активизация позитивных образов

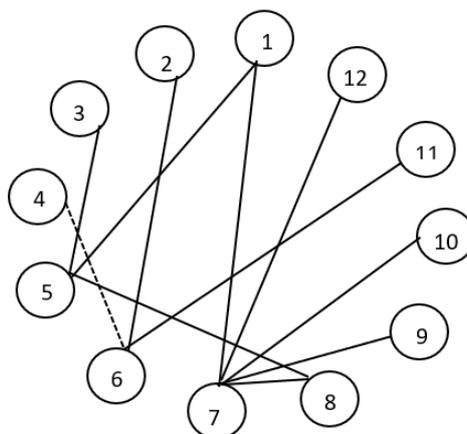
На рис. 2 представлена функциональная структура саморегуляции психических состояний, характерная для понедельника. В понедельник наибольшее количество респондентов испытывают психические состояния оптимальной психической активности (74%). Для данной группы состояний характерны взаимосвязи с целью жизни (0,423\*\*), результатом жизни (0,385\*\*) и показателями самоотношения («самоуверенность» (0,442\*\*) и «саморуководство» (0,451\*\*)). Со стороны рефлексии установлены взаимосвязи со шкалами идентификации (0,404\*\*) и общим уровнем рефлексии (0,418\*\*), также имеется положительная корреляция с показателем методики «Ментальные структуры» (0,479\*\*). Кроме того, наблюдается отрицательная корреляция со способом саморегуляции пассивная разрядка (-0,434\*\*). Для неравновесных состояний низкой психической активности характерны корреляции с целью жизни (0,648\*\*), самопринятием (0,797\*\*) и способами саморегуляции: пассивный отдых (0,608\*\*), размышление (0,691\*\*). Для неравновесных состояний высокой психической активности установлены взаимосвязи с общим уровнем рефлексии (0,422\*\*),

показателями *ментальных структур* (0,713\*\*) и самоотношения: *закрытость* (0,601\*\*) и *самопринятие* (0,548\*\*). Из способов саморегуляции используются *пассивный отдых* (0,442\*\*) и *активация позитивных образов* (0,467\*\*).

Ко вторнику количество респондентов, испытывающих психические состояния оптимального уровня активности (спокойствие, заинтересованность и др.), начинает снижаться (67%). Для данной группы состояний характерна корреляция с *самовнушением* (0,385\*\*). Для неравновесных состояний высокой психической активности (напряженность, тревога и др.) выявлена отрицательная корреляция с *процессом жизни* (-0,876\*\*). Для состояний низкой психической активности (усталость, сонливость и др.) выявлены корреляции с характеристиками самоотношения: *саморуководство* (0,800\*\*) и способом саморегуляции *активация позитивных образов* (0,768\*\*).

### Рисунок 3

Функциональная структура саморегуляции психических состояний работников производства, характерная для среды



**Примечание.** Условные обозначения: 1 – цель жизни, 2 – результат жизни, 3 – самоуверенность, 4 – самообвинение, 5 – состояния оптимальной психической активности, 6 – неравновесные состояния низкой психической активности, 7 – неравновесные состояния высокой психической активности; способы саморегуляции: 8 – самовнушение, 9 – активизация позитивных образов, 10 – общение, 11 – активная разрядка, 12 – пассивный отдых

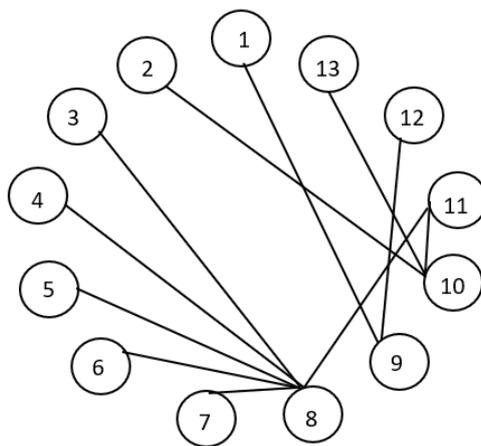
В среду продолжается снижение количества респондентов, испытывающих психические состояния оптимального уровня активности (53%). Для данной группы состояний характерны корреляции со шкалами *цель жизни* (0,540\*\*), *самоуверенность*

(0,537\*\*), а также со способом саморегуляции *самовнушение* (0,507\*\*). Для неравновесных состояний высокой психической активности установлена взаимосвязь с показателем *цель жизни* (0,643\*\*) и способами саморегуляции *пассивный отдых* (0,628\*\*), *самовнушение* (0,568\*\*), *активация позитивных образов* (0,607\*\*), *общение* (0,591\*\*). Для неравновесных состояний низкой психической активности выявлены связи с показателями *результат жизни* (0,944\*\*), *самообвинение* (-0,954\*\*), со способом саморегуляции *активная разрядка* (0,855\*\*).

В четверг состояния оптимальной психической активности испытывают 59% работников. Для данной группы состояний установлены взаимосвязи с показателями *саморуководство* (0,484\*\*), *ментальные структуры* (0,479\*\*), а также с *общим уровнем рефлексии* (0,448\*\*). Для неравновесных состояний высокой психической активности установлена взаимосвязь со шкалой *цель жизни* (0,639\*\*). Для неравновесных состояний низкой психической активности выявлена отрицательная корреляция с показателем *локус контроля – жизнь* (-0,941\*\*), а также положительные корреляции со способами саморегуляции *пассивная разрядка* (0,896\*\*) и *отключение-переключение* (0,971\*\*).

#### Рисунок 4

Функциональная структура саморегуляции психических состояний работников производства в пятницу



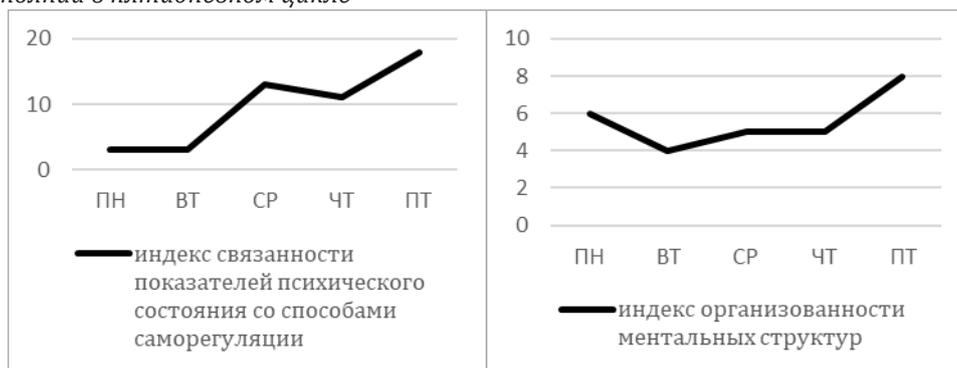
**Примечание.** Условные обозначения: 1 – цель жизни, 2 – локус контроля «Я», 3 – результат жизни, 4 – саморуководство, 5 – самооценочность, 6 – самопривязанность, 7 – процесс распознавания (рефлексия), 8 – состояния оптимальной психической активности, 9 – неравновесные состояния низкой психической активности, 10 – неравновесные состояния высокой психической активности; способы саморегуляции: 11 – размышление, 12 – самовнушение, 13 – пассивная разрядка

В пятницу количество респондентов, испытывающих состояния оптимальной психической активности, увеличивается до 69%. Для данной группы состояний характерны корреляции с показателями *результат жизни* (0,413\*\*), *саморуководство* (0,434\*\*), *самоценность* (0,400\*\*), *самопривязанность* (0,456\*\*), *распознавание рефлексивных процессов* (0,408\*\*). Для неравновесных состояний высокой психической активности установлена корреляция со способом саморегуляции *размышление* (0,835\*\*), для неравновесных состояний низкой психической активности – *самовнушением* (0,833\*\*).

Для обобщенного понимания особенностей взаимосвязи ментальных структур саморегуляции и психических состояний рассмотрим динамику индексов организованности структур.

### Рисунок 5

*Динамика индексов организованности структур ментальной регуляции психических состояний в пятидневном цикле*



**Примечание.** По вертикали – индекс организованности ментальных структур саморегуляции, по горизонтали – дни недели.

Из рисунка 5 следует, что наибольшее количество взаимосвязей между показателями психического состояния и способами саморегуляции приходится на вторую половину недели, что, вероятно, свидетельствует о возрастающей роли саморегуляции для поддержания оптимальных состояний, требуемых для выполнения трудовых функций. Увеличение количества неравновесных состояний в середине рабочей недели приводит к росту используемых способов саморегуляции. Так, для понедельника характерны связи состояний с четырьмя способами саморегуляции (пассивная разрядка, размышление, активация позитивных образов, пассивный отдых), во вторник с двумя способами (самовнушение и активация позитивных образов), в среду этот показатель достигает пяти (самовнушение, пассивный отдых, активация позитивных образов, общение, активная разрядка), затем начинает снижаться, в четверг – два способа саморегуляции (пассивная разрядка, отключение-переключение внимания), в пятницу – три способа саморегуляции (размышление, самовнушение, пассивная разрядка).

**Таблица 2**

*Количество корреляционных взаимосвязей между ментальными структурами и психическими состояниями по дням недели*

Показатели	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	Итого		
Смысловая сфера	1	2	0	2	1	1	6	
	2	1	0	1	0	1	3	
	3	0	0	0	1	0	1	12
	4	0	0	0	0	1	1	
	5	0	1	0	0	0	1	
Рефлексия	6	1	0	0	0	0	1	
	7	0	0	0	0	1	1	6
	8	0	0	0	1	0	1	
	9	2	0	0	1	0	3	
Самоотношение	10	1	0	1	0	0	2	
	11	1	1	0	1	1	4	
	12	0	0	1	0	0	1	
	13	0	0	0	0	1	1	
	14	2	0	0	0	0	2	12
	15	0	0	0	0	1	1	
	16	1	0	0	0	0	1	
Итого	11	2	5	5	7	30	30	

**Примечание.** Условные обозначения: 1 – цель жизни, 2 – результат жизни, 3 – локус контроля жизнь, 4 – локус контроля «Я», 5 – процесс жизни, 6 – идентификация (рефлексия), 7 – распознавание (рефлексия), 8 – осознание (рефлексия), 9 – общий уровень рефлексии, 10 – самоуверенность, 11 – саморуководство, 12 – самообвинение, 13 – самопривязанность, 14 – самопринятие, 15 – самооценность, 16 – закрытость

Рассмотрим распределение взаимосвязей между ментальными структурами и психическими состояниями по дням недели, которые представлены в таблице 2.

Из представленных данных следует, что наибольшая включенность ментальных структур характерна для понедельника и пятницы, т.е. для начала и конца рабочей

недели. Наибольшее количество корреляций установлено для таких показателей как «цель жизни», «результат жизни», «саморуководство» и «общий уровень рефлексии». Среди них показатели осмысленности жизни имеют несколько большую представленность в ментальной регуляции психических состояний в течение рабочей недели.

В недельном цикле наблюдаются изменения и в уровне организованности ментальных структур, наивысшие показатели характерны для понедельника и пятницы, максимальное значение достигается в пятницу. Полученные данные связаны с динамикой неравновесных состояний в течение недели. Так, для понедельника характерно наибольшее количество неравновесных состояний низкой психической активности (усталость, сонливость, апатия, безразличие и др.), а для пятницы – неравновесных состояний высокой психической активности (напряженность, тревожность, возбуждение и др.).

## Обсуждение результатов

На основании полученных результатов можно сформулировать следующее обобщение: увеличение числа неравновесных состояний высокой и низкой интенсивности в середине и конце рабочей недели компенсируется возрастающей регуляторной активностью, которая обеспечивается двумя путями – посредством усиливающейся включенности ментальных структур в саморегуляцию состояний (в начале и конце недели) и увеличением корреляционных связей регуляторных действий с неравновесными состояниями (от начала к концу недельного цикла). Саморегуляция направлена как на поддержание психических состояний оптимальной активности, так и на преодоление негативного эффекта отрицательных состояний низкой (в начале недели) и высокой интенсивности (в конце недели). Тем самым, нами получен важный в практическом отношении результат: включенность определенных ментальных характеристик в процесс регуляции способствует повышению частоты возникновения оптимальных состояний и, в тоже время, – снижению частоты встречаемости отрицательных неравновесных состояний.

Наибольшую представленность в структуре ментальных регуляторов психических состояний показывают характеристики самоотношения и осмысленности жизни, что вполне согласуется с нашими результатами, полученными ранее на студенческой выборке (Прохоров, Чернов, Юсупов, Басина, 2023).

Основным результатом исследования является следующий факт – механизмы ментальной регуляции наиболее полно разворачиваются в начале и конце рабочей недели. По-видимому, здесь проявляется общая закономерность ментальной регуляции состояний, выявленная нами в предыдущих исследованиях. Так, наибольшая активность ментальной регуляции состояний студентов наблюдается в начале и в конце семинарских занятий (Прохоров, Чернов, Юсупов, Басина, 2024), а для работающих

студентов (вечерняя форма обучения) – в начале дневного циркадного цикла (утренние часы) и в период отдыха (вечерние часы) (Прохоров, Валиулина, Юсупов, 2025).

В ходе исследования мы установили, что возрастание уровня интеграции ментальных показателей является индикатором «работы» механизмов осознанной регуляции состояний: чем выше эта организация, тем более дифференцированно выбираются регуляторные средства и тем сильнее выражен позитивный эффект саморегуляции. Эта особенность ментальной регуляции показана также в исследованиях саморегуляции функциональных состояний (Кузнецова, Титова, Злоказова, 2019).

Представленные результаты могут быть полезны для психологических служб производственных коллективов, в частности, на их основе можно выдвинуть ряд рекомендаций для поддержания оптимальных психических состояний работников в ходе трудовой деятельности.

## Ограничения исследования

В данной работе не учитывалась актуальная мотивация трудовой деятельности сотрудников, кроме того, не принимались в расчет возрастные и гендерные особенности саморегуляции работников производства.

## Заключение

1. Динамика уровня организованности ментальных структур саморегуляции психических состояний в течении рабочей недели изменяется по параболическому типу, наивысшие значения наблюдаются в понедельник и пятницу, что, вероятно, обусловлено сменой режима «работа-отдых». Наиболее сильное взаимодействие ментальных структур саморегуляции и психических состояний характерно для понедельника и пятницы.

2. Наибольшую включенность во взаимодействие с психическими состояниями в течение рабочей недели демонстрируют показатели осмысленности жизни (цель и результат жизни), самоотношения (саморуководство), а также общий уровень рефлексивности.

3. Наибольшие оценки частоты встречаемости в течении рабочей недели типичны для состояний оптимальной психической активности, их показатели максимальны в начале и конце недели. Эти состояния в большей степени коррелируют с показателями осмысленности жизни и самоотношения. Неравновесные состояния преимущественно связаны с показателями осмысленности жизни и рефлексии.

4. От начала к концу недели возрастает степень включенности регуляторных действий в регуляцию психических состояний, последние направлены как на поддержание состояний оптимальной активности, так и на регуляцию неравновесных состояний.

5. Наиболее частотными способами регуляции у работников в недельном трудовом цикле являются размышление, активация позитивных образов, отключение/ переключение внимания и вработывание. По количеству применяемых способов саморегуляции максимальные показатели характерны для середины недели (среда).

### **Литература**

- Бызова, В. М., Ловягина, А. Е., & Перикова, Е. И. (2019). Метакогнитивный подход в диагностике трудностей психической саморегуляции студентов. *Российский психологический журнал*, 16(2), 25–42. <https://doi.org/10.21702/rpj.2019.2.2>
- Галузо, П. Р. (2016). Смысловые установки как детерминанты и следствия осознанной регуляции учебной деятельности студентов. *Вестник Гродненского государственного университета имени Янки Купалы. Серия 3. Филология. Педагогика. Психология*, 6(1), 123–134.
- Гриненко, Д. Н., & Морозова, И. С. (2017). Становление саморегуляции и когнитивно-стилевой организации личности в условиях психолого-образовательного сопровождения. *Сибирский психологический журнал*, 64, 149–157. <https://doi.org/10.17223/17267080/64/10>
- Гришина, Н. В. (2023). Целевая регуляция поведения человека. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 13(3), 310–323. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.302>
- Карпов, А. В. (2004). *Метасистемная организация уровней структур психики*. Москва: Институт психологии РАН.
- Карпов, А. В. (2012). Рефлексия в структуре сознания. *Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки*, 1(19), 6–12.
- Карташева, М. И. (2022). Роль системы «Я» в структуре ментальной регуляции психических состояний в процессе учебной деятельности. *Ярославский педагогический вестник*, 1(124), 162–174. <https://doi.org/10.20323/1813-145X-2022-1-124-162-174>
- Кузнецова, А. С., Титова, М. А., & Злоказова, Т. А. (2019). Психологическая саморегуляция функционального состояния и профессиональная успешность. *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*, 1, 51–68. <https://doi.org/10.11621/vsp.2019.01.51>
- Леонтьев, Д. А. (2000). *Тест смысловых ориентаций (СЖО)* (2-е изд.). Москва: Смысл.
- Мартыанова, Г. Ю. (2015). Регуляторные характеристики субъективного образа состояния в трудной жизненной ситуации. *Психология и психотехника*, 10(85), 1064–1071. <https://doi.org/10.7256/2070-8955.2015.10.16543>
- Моросанова, В. И. (2021). Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности. *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*, 1, 4–37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>
- Мухрыгина, О. И. (2008). Смысловые конструкты саморегуляции состояний студентов вузов. *Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология*, 2(4), 39–45.
- Пантеев, С. Р. (1993). *Методика исследования самоотношения*. Смысл.
- Прохоров, А. О. (1998). *Неравновесные психические состояния*. Институт психологии РАН.
- Прохоров, А. О. (2020). Структурно-функциональная модель ментальной регуляции психических состояний субъекта. *Психологический журнал*, 41(1), 5–18. <https://doi.org/10.31857/S020595920007852-3>
- Прохоров, А. О., Валиуллина, М. Е., Чернов, А. В., & Юсупов, М. Г. (2025). Методика «Ментальные структуры (МС)». В А. В. Чернов (ред.), *Психология психических состояний: материалы XIX Всероссийской научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов* (с. 452–458). Издательство Казанского университета.

- Прохоров, А. О., Валиуллина, М. Е., & Юсупов, М. Г. (2025). Динамика функциональных структур ментальной регуляции психических состояний в первой половине циркадного ритма. *Экспериментальная психология*, 18(3), 67–84. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2025180305>.
- Прохоров, А. О., & Назаров, А. Н. (2019). Методика исследования типологии методов саморегуляции психических состояний. В А. В. Чернов & М. Г. Юсупов (ред.), *Психология психических состояний: сборник статей студентов, магистрантов, аспирантов и молодых ученых* (с. 274–279). Издательство Казанского университета.
- Прохоров, А. О., & Чернов, А. В. (2019). *Рефлексивная регуляция психических состояний*. Москва: Институт психологии РАН.
- Прохоров, А. О., Чернов, А. В., Юсупов, М. Г., & Басина, И. С. (2023). Развитие системы ментальной регуляции психических состояний студентов в повседневной и напряженной ситуациях обучения. *Ярославский педагогический вестник*, 5(134), 129–141. [https://doi.org/10.20323/1813-145X\\_2023\\_5\\_134\\_129](https://doi.org/10.20323/1813-145X_2023_5_134_129)
- Прохоров, А. О., Чернов, А. В., Юсупов, М. Г., & Басина, И. С. (2024). Динамика ментальной регуляции психических состояний студентов в различных условиях учебной деятельности. *Экспериментальная психология*, 17(3), 130–143. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2024170309>
- Сергиенко, Е. А. (2018). Контроль поведения как основа саморегуляции. *Южно-российский журнал социальных наук*, 19(4), 130–146. <https://doi.org/10.31429/26190567-19-4-130-146>
- Холодная, М. А. (2022). Светлые и темные стороны рефлексии и арефлексии: эффект расщепления. *Психологический журнал*, 43(4), 15–26. <https://doi.org/10.31857/S020595920021475-8>
- Akdağ, B., Ünsal, C., & Gürbüz, A. (2024). Psychological resilience as a mediator in the relationship between meaning in life and psychological distress in adolescents. *European Journal of Therapeutics*, 30, 777–785. <https://doi.org/10.58600/eurjther2516>
- Brown, J. D., & Mankowski, T. A. (1993). Self-esteem, mood, and self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 421–430. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.3.421>
- Bucknell, K. J., Kangas, M., & Crane, M. F. (2022). Adaptive self-reflection and resilience: The moderating effects of rumination on insight as a mediator. *Personality and Individual Differences*, 185, 111234. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111234>
- Collins, A. C., & Winer, E. S. (2023). Self-referential processing and depression: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychological Science*, 12(4), 721–750. <https://doi.org/10.1177/21677026231190390>
- Dunn, N. A., & Luchner, A. F. (2022). The emotional impact of self-criticism on self-reflection and rumination. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 95(4), 1126–1139. <https://doi.org/10.1111/papt.12422>
- Gütges, I. D., Xi, H., Gauggel, S., & Forster, S. D. (2025). Mirroring minds: Assessing the relative stability of self-appraisal and reflected appraisal in daily life. *Frontiers in Psychology*, 16, 1576353. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1576353>
- He, X. X., Wang, X., Steger, M. F., Ji, L. J., & Liu, M. (2023). Meaning in life and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 104, 104381. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2023.104381>
- Jones, N., Papadakis, A., Hogan, C., & Strauman, T. (2009). Over and over again: Rumination, reflection, and promotion goal failure and their interactive effects on depressive symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 254–259. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.12.007>
- Lyke, J. A. (2009). Insight, but not self-reflection, is related to subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 46, 66–70. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.09.010>

Orvell, A., Vickers, B., Drake, B., Verduyn, P., Ayduk, O., Moser, J., Jonides, J., & Kross, E. (2020). Does distanced self-talk facilitate emotion regulation across a range of emotionally intense experiences? *Clinical Psychological Science*, 9, 1–11. <https://doi.org/10.1177/2167702620951539>

Wang, H., & Jun, G. (2025). The relationship between self-reflection and mental health: A meta-analysis review. *Current Psychology*, 44, 3899–3913. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07415-9>

Поступила в редакцию: 16.06.2025

Поступила после рецензирования: 12.10.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

### Заявленный вклад авторов

**Александр Октябринович Прохоров** – 25% авторского вклада: концептуализация, планирование исследования, подготовка заключения.

**Наталья Юрьевна Каюмова** – 25% авторского вклада: проведение исследования, анализ и интерпретация результатов.

**Альберт Валентинович Чернов** – 25% авторского вклада: планирование исследования, подготовка обзорной части статьи.

**Марк Геннадьевич Юсупов** – 25% авторского вклада: планирование исследования, обобщение результатов и подготовка заключения.

### Информация об авторах

**Александр Октябринович Прохоров** – доктор психологических наук, профессор, Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Россия; Researcher ID: M-9449-2013, Scopus ID: 23393491600, Author ID: 1658-6960, ORCID ID: <http://orcid.org/0000-0002-8636-2576>; e-mail: [alprokhor1011@gmail.com](mailto:alprokhor1011@gmail.com)

**Наталья Юрьевна Каюмова** – ассистент кафедры, Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Россия; Author ID:1239682 ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-7351-1530>; e-mail: [paix@inbox.ru](mailto:paix@inbox.ru)

**Альберт Валентинович Чернов** – кандидат психологических наук, доцент, Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Россия; Researcher ID: M-9116-2013, Scopus ID: 56439003700, Author ID: 702354, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6490-8400>; e-mail: [albertprofit@mail.ru](mailto:albertprofit@mail.ru)

**Марк Геннадьевич Юсупов** – доктор психологических наук, доцент, Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Россия; Researcher ID: M-9816-2013, Scopus ID: 55555907200 Author ID: 505698, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9618-223X>; e-mail: [yusmark@yandex.ru](mailto:yusmark@yandex.ru)

### Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.9.07

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.2>

## Чувствительность к отвержению из-за внешности у девушек-гимнасток и девушек-неспортсменок

Екатерина В. Шиндрикова , Александра Е. Ловягина 

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург,  
Российская Федерация

Почта ответственного автора: [e.shindrikova@spbu.ru](mailto:e.shindrikova@spbu.ru)

---

### Аннотация

**Введение.** Согласно данным современных исследований, в последние годы в связи с распространением завышенных стандартов худобы и привлекательности у девушек отмечается повышение неудовлетворенности своей внешностью, способствующее снижению самооценки и повышению чувствительности к отвержению из-за внешности. Цель исследования – сравнить субъективную оценку веса, чувствительность к отвержению из-за внешности, удовлетворенность образом тела и самооценку у студенток, занимающихся художественной гимнастикой и студенток, не занимающихся спортом. **Методы.** Выборка: 80 студенток в возрасте 18–23 лет (40 профессиональных гимнасток и 40 не спортсменок). **Методики:** социально-биографическая анкета, шкала состояний образа тела BISS, опросник «Чувствительность к отвержению из-за внешности», шкала самооценки Розенберга RSES. **Методы математической статистики:** описательные статистики, критерий Стьюдента для независимых выборок, корреляционный анализ (критерий Пирсона), однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). **Результаты.** Выявлены значимые различия индекса массы тела в группах сравнения. Субъективное восприятие своего веса чаще не соответствует объективной категоризации по критериям ВОЗ у гимнасток, чем у их ровесниц не спортсменок. Гимнастки чаще получают негативные оценки внешнего вида, чем студентки без профессионального спортивного опыта. Выявлены значимые взаимосвязи чувствительности к отвержению из-за внешности с удовлетворенностью образом тела самооценкой в обеих группах. Низкая удовлетворенность образом тела связана с повышением чувствительности к отвержению из-за внешности у девушек 18–23 лет. **Обсуждение результатов.** Рассмотрены возможные причины различий в субъективных оценках собственного

веса у студенток-гимнасток и студенток, не занимающихся профессионально спортом. Впервые проведен сравнительный анализ показателей чувствительности к отвержению из-за внешности у студенток, занимающихся профессионально художественной гимнастикой и не занимающихся спортом, а также проанализированы взаимосвязи указанных показателей с опытом негативных оценок внешности со стороны окружающих, удовлетворенностью образом тела и самооценкой.

### **Ключевые слова**

чувствительность к отвержению из-за внешности, удовлетворенность образом тела, самооценка, студентки, художественная гимнастика

### **Для цитирования**

Шиндрикова, Е. В., Ловягина, А. Е. (2026). Чувствительность к отвержению из-за внешности у девушек-гимнасток и девушек-неспортсменок. *Российский психологический журнал*, 23(1), 23–40. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.2>

---

## **Введение**

Несмотря на то, что представления человека о своей внешности изучаются психологами уже целый век, интерес к данной проблематике в последние годы усиливается в связи с возрастанием значения физической привлекательности для профессиональной самореализации, межличностного общения, психического здоровья, субъективного благополучия, ценностной ориентации, самооценки и др. (Волкова, Вересов, 2019; Капитанова, 2022; Лабунская, 2020; Лабунская, Дроздова, 2017; Лабунская и др., 2019; Фаустова и др., 2024; Javaid & Ajmal, 2019; Тулка & Wood-Barcalow, 2015). В настоящее время в психологии для определения представлений человека о своей внешности используются понятия: образ тела (Соколова, Дорожевец, 1985; Белогай, Морозова, 2019; Schilder, 1999; Hogue & Mills, 2019), структурный компонент Я-концепции – «Я» физическое или «Я» телесное (Кон, 1984; Шишковская, 2009; Berns, 1986; Cash & Smolak, 2011), отношение к внешнему облику (Лабунская, 2023). Эти понятия во многом являются сходными, так как характеризуют входящую в структуру самосознания систему представлений человека о своем теле – его ментальную репрезентацию, а также оценки своего внешнего вида и связанные с ним эмоции, переживания, отношения. Акцентируя внимание на различных сторонах указанных конструктов, авторы единодушно подчеркивают, что в формировании и динамике самооценки своей внешности ведущую роль (особенно, у подростков и молодежи) играют оценки со стороны значимых людей и общепринятые на данном этапе развития общества эталоны внешней привлекательности, распространяемые в социальных медиа (Лабунская,

2020; Лабунская, Дроздова, 2017; Лабунская и др., 2019; Пирогова, Василенко, 2022; Погонцева, 2014; Польская, Якубовская, 2022; Сериков, 2018; Hogue & Mills, 2019). Важно, что представления о том, насколько привлекательной является внешность с точки зрения окружающих, оказывают большее влияние на самооценку внешности, чем ее объективные показатели (Погонцева, 2014; Park, 2007). Из-за давления социально-экономических стереотипов неудовлетворенность своим внешним видом испытывают многие люди в разных странах: мужчины и женщины, представители разных возрастных групп, те, у кого есть каких-либо физические дефекты или психические отклонения, и те, у кого их нет, поэтому для современного общества характерно «нормативное недовольство» своей внешностью (Белогай, Морозова, 2019; Рамси, Харкорт, 2009; Холмогорова, Тарханова, 2014; Fuller-Tyszkiewicz et al., 2019; Herbozo et al., 2004).

Транслируемые стандарты внешнего вида, в частности, очень худое, подтянутое тело, пропорции тела, применяемые в модельной сфере и используемые в рекламе одежды, производстве кукол, кинематографии и компьютерных играх формируют у детей, подростков и молодежи определенные стандарты тела, часто идеализированные и недостижимые в реальной жизни (Лабунская и др., 2019; Польская, Якубовская, 2022; Tiggemann & Slater, 2013). Несовпадение образа собственного тела с распространенными стандартами нередко вызывает негативные переживания, устойчивую неудовлетворенность своим внешним видом, снижение самооценки, тревогу в общении и, тем самым, способствует повышению чувствительности к отвержению со стороны других людей (Польская и др., 2020; Javaid & Ajmal, 2019).

Чувствительность к отвержению из-за внешности (ЧкОВ) определяется как готовность к восприятию отвержения из-за внешнего вида при реальных или воображаемых межличностных контактах, сопровождающаяся тревожным ожиданием социального отвержения и другими негативными эмоциональными реакциями (Разваляева, Польская, 2020; Park, 2007). Как одна из разновидностей чувствительности к отвержению, ЧкОВ базируется на исходящих от окружающих когнитивных и аффективных сигналах (реплики, взгляды и др.), формирующих комплекс самооценок и убеждений относительно своей внешней привлекательности, а также тревожное предвосхищение негативной оценки своей внешности со стороны других людей и сильную эмоциональную реакцию на предполагаемое социальное отвержение (Park et al., 2009). Восприимчивость к отвержению может повыситься до такого уровня, что даже нейтральные или неоднозначные оценки окружающих будут трактоваться как отвергающие (Польская, Якубовская, Разваляева, 2023; Downey & Feldman, 1996). Повышение ЧкОВ проявляется в росте уязвимости к отвержению в ситуациях оценивания, либо сравнения параметров своей внешности с транслируемыми значимыми людьми или социальными медиа. При высокой ЧкОВ возрастают неудовлетворенность своим внешним видом и тревога, усиливаются неустойчивость самооценки и ее зависимость от внешности, вследствие чего повышается риск расстройств пищевого поведения и необоснованных обращений к методам пластической хирургии (Разваляева, Польская, 2020; Польская, Якубовская, Разваляева, 2023).

Представляется, что особенно остро проблемы неудовлетворенности внешним видом и ЧкОВ проявляются у представителей тех видов деятельности, в которых к внешности предъявляются очень высокие и жесткие требования: модельный бизнес и технико-эстетические виды спорта: художественная гимнастика (ХГ), фигурное катание на коньках, эстетическая гимнастика и др. Девочек, занимающихся ХГ уже с дошкольного возраста приучают к тому, что надо выглядеть красиво, а для этого нужно быть очень худой, контролировать вес, соблюдать режим питания. В ряде спортивных школ по ХГ используются росто-весовые таблицы, отражающие сложившейся в данном виде спорта стандарт параметров тела, соответствующий астеническому и мускульно-астеническому типам телосложения (Самусев, 2021). По сравнению со сверстницами, гимнастки-художницы имеют более низкие показатели индекса массы тела (ИМТ) и процента жира (Выборная и др., 2021), но при этом среди них больше тех, кто не удовлетворен своим телом (Ветвицкая, 2021).

Несмотря на то, что параметры тела и вес спортсменок не регламентированы правилами, утвержденными Международной федерацией гимнастики и программами федерального стандарта Российской Федерации для спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика», тренеры данного вида спорта уделяют повышенное внимание внешнему виду спортсменок, и прежде всего, весу и пропорциям тела. Предъявляемые тренерами жесткие требования к небольшому весу и очень худому телосложению гимнасток-художниц объясняются необходимостью качественного выполнения сложных движений, составляющих технику гимнастических упражнений и желанием произвести впечатление на судей во время выступления не только сложностью исполняемых программ, но и внешним видом спортсменок. Стремясь к тому, чтобы их подопечные соответствовали неофициальным, но общепринятым в данном виде спорта стандартам внешнего вида, тренеры регулярно оценивают фигуру спортсменок, часто делают замечания, постоянно напоминают о необходимости поддержания веса, практикуют контрольные измерения (взвешивание, замеры). С первых лет занятий тренеры формируют убеждения о необходимости быть максимально худой для успешной спортивной карьеры в художественной гимнастике не только у спортсменок, но и у их родителей. Мечтающие о высоких спортивных достижениях своих детей, родители пристально следят за весом и строго контролируют питание гимнасток, их внешний вид часто обсуждается в семье и даже небольшие прибавки веса осуждаются. Свой вклад в оценивание внешнего вида гимнасток-художниц вносят судьи, зрители, спортивные журналисты и специалисты, размещающие комментарии и советы относительно веса и фигуры тех или иных спортсменок в социальных медиа.

Опыт работы авторов статьи в качестве психологов с гимнастками-художницами показывает, что многие спортсменки тяжело воспринимают негативные оценки своего внешнего вида со стороны тренера, родителей и комментарии относительно своей фигуры в социальных сетях. Негативные оценочные высказывания о внешности или сравнение фигуры не в пользу кого-то из гимнасток являются не только неприятными, но и вызывают у некоторых спортсменок глубокие и длительные переживания,

приводящие к снижению самооценки, повышению тревоги, появлению ощущений социальной изоляции и отверженности.

Художественная гимнастика относится к сложнокоординационным видам спорта, для которых характерны вышеописанные особенности социального давления в связи с внешним видом спортсменов. Поэтому, по сравнению со спортсменами других спортивных дисциплин, представители данной группы видов спорта отличаются самой высокой неудовлетворенностью своей внешностью, чрезмерным беспокойством о весе, постоянным стремлением «похудеть» и более выраженной склонностью к расстройству пищевого поведения (Давлетова, Тафеева, 2023). Кульминация спортивной карьеры у большинства гимнасток-художниц происходит в возрасте 18–23 лет и, обычно, девушки не только интенсивно тренируются и часто участвуют в соревнованиях, но и совмещают занятия спортом с учебой. Как и не занимающимся спортом студенткам 18–23 лет, гимнасткам необходимо решить основные задачи данного возрастного периода – найти свое место в социуме, как в профессиональном плане через освоение профессии и ролей, так и в личном через потребность в близости и понимании, через формирование собственной аутентичности и соотнесении ее с другими (Нартова-Бочавер и др., 2023). Реализация этих задач тесно связана с саморефлексией и самооценкой (Соловьева, 2022), которые, в свою очередь, взаимосвязаны с ЧкОВ и удовлетворенностью своей внешностью.

**Цель исследования:** изучение особенностей субъективной оценки своего веса, ЧкОВ, удовлетворенности образом тела (УОТ) и самооценки у студенток, занимающихся художественной гимнастикой и студенток, не занимающихся спортом.

**Задачи** исследования включали сопоставление объективных показателей веса (ИМТ) и его субъективных оценок, а также сравнительный анализ опыта негативных оценок своей внешности, ЧкОВ, УОТ и самооценки у студенток, занимающихся ХГ и студенток, не занимающихся профессионально спортом.

На основании приведенного выше анализа современных стандартов привлекательности и социального давления из-за внешнего вида в отношении студенток, занимающихся ХГ и не занимающихся спортом, были выдвинуты следующие **гипотезы:**

- субъективное восприятие студентками, занимающимися художественной гимнастикой, своего веса, чаще не соответствует объективной категоризации (нормативам ВОЗ), чем у студенток, не занимающихся спортом;
- студентки, занимающиеся художественной гимнастикой, чаще подвергаются воздействию со стороны других людей из-за своего внешнего вида, чем студентки, не занимающиеся спортом;
- у студенток, занимающихся художественной гимнастикой, ЧкОВ выражена сильнее, чем у студенток, не занимающихся спортом.

## Методы

### *Методики эмпирического исследования*

1. Социально-биографическая анкета, включающая вопросы о возрасте, росте и весе для определения ИМТ, приверженности и использования диет в настоящее время (1 – да, придерживаюсь диеты в настоящее время, 2 – немного, незначительно придерживаюсь, 3 – не придерживаюсь диеты в настоящее время), представление (оценка) других о вашем весе и субъективная оценка собственного веса (у Вас недостаток веса; Ваш вес в норме; У Вас небольшой лишний вес; У Вас большой лишний вес), отдельные вопросы об опыте негативных оценок от представителей своего пола, противоположного пола, родственников, учителей/тренеров (никогда; редко; иногда; часто; всегда). Таким образом, в социально-биографическую анкету были включены вопросы, которые выявляют различные аспекты образа тела, степень удовлетворенности параметрами тела и весом, стремление корректировать параметры тела с помощью диет, опыте негативных оценок телосложения и веса, проявлению беспокойства о внешнем виде как компоненте образа тела.

2. Для выявления общей удовлетворенности образом тела была использована шкала состояний образа тела BISS (Body Image States Scale), разработанная Томасом Кэшем (Cash et al., 2002), в адаптации Баранской Л.Т., Татауровой С.С. (2011). Методика состоит из 6 вопросов, выявляющих оценочные переживания об образе тела, в том числе внешности, привлекательности, веса относительно среднестатистического человека и позволяет количественно выразить общую удовлетворенность образом тела. Диапазон значений от 1,0 до 8,0 баллов, более высокие значения по данной методике свидетельствуют о большей удовлетворенности образом тела в настоящее время.

3. Методика «Чувствительность к отвержению из-за внешности» (Appearance-based Rejection Sensitivity), разработанная Л.Е. Парк (Park, 2007), в адаптации А. Ю. Разваляевой и Н.А. Польской (2020). Методика состоит из описания 15 кратких ситуаций, например, прибавка в весе, изъян внешности, высказывания других людей о внешности и другие, к которым задается два вопроса и/или утверждение: первый из них (пункт А) отражает аффективную окраску, интенсивность тревоги в данной ситуации для респондента, пункт Б выявляет негативное убеждение, озабоченность о себе, своей внешности; ответы на оба вопроса необходимо оценить по 6-ти бальной шкале от «Совсем не будет беспокоить»/«Очень маловероятно» до «Будет очень беспокоить»/«Вероятнее всего». Чем выше общий итоговый балл, тем выше тревожное ожидание отвержения из-за внешности у респондента.

4. Шкала самооценки М. Розенберга, RSES (Rosenberg Self-Esteem Scale) (Rosenberg, 1965), в адаптации А.А. Золотаревой (2020). Методика представляет собой 10 утверждений, раскрывающих отдельные компоненты самооценки и ее проявлений: отношение к себе, уважение себя, оценка собственной ценности, чувство достоинства и другие компоненты. Более высокие значения соответствуют более высокой самооценке у респондента.

**Математико-статистический анализ** полученных данных проводился с помощью лицензионной программы IBM SPSS Statistics 27.0. с использованием описательных

статистик, критерия Стьюдента для независимых выборок, коэффициента корреляции Пирсона, однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA).

### **Описание выборки исследования**

Респонденты были набраны через электронное приглашение к участию в исследовании среди студентов 3-х ВУЗов (СПбГУ, НГУ им. П.Ф.Лесгафта, ПСПбГМУ им. акад. Павлова), путем самостоятельного заполнения психодиагностической батареи в формате Google Forms. Протокол исследования, информированное согласие и психодиагностическая батарея были рассмотрены и одобрены Этическим комитетом СПбГУ (протокол №115-02-5 от 21.06.2023).

Итоговую выборку исследования составили 80 девушек в возрасте 18–23 лет, являющиеся студентками и получающих первое высшее образование. Из них 40 являются профессиональными спортсменками, занимающимися художественной гимнастикой 13–15 лет ( $13,47 \pm 0,27$  лет) и имеющими спортивную квалификацию: кандидат в мастера спорта (26 чел.), мастер спорта (13 чел.), мастер спорта международного класса (1 чел.). У 6 респондентов отмечены хронические заболевания: 2 эпизода пиелонефрита, 1 эпизод гастрита, 1 эпизод хронического тонзиллита, которые не были исключены из выборки исследования в связи с тем, что указанные диагнозы/заболевания не оказывают прямого влияния на исследуемые показатели у респондентов. Из группы студенток, не занимающихся профессионально спортом, были исключены два респондента, имеющие диагноз «депрессивное расстройство», так как их состояние могло затруднить объективность психодиагностического обследования.

Средний возраст всей выборки составил  $20,09 \pm 0,16$  лет: у спортсменок  $19,91 \pm 0,23$  лет, у студенток, не занимающихся спортом,  $20,26 \pm 0,23$  лет.

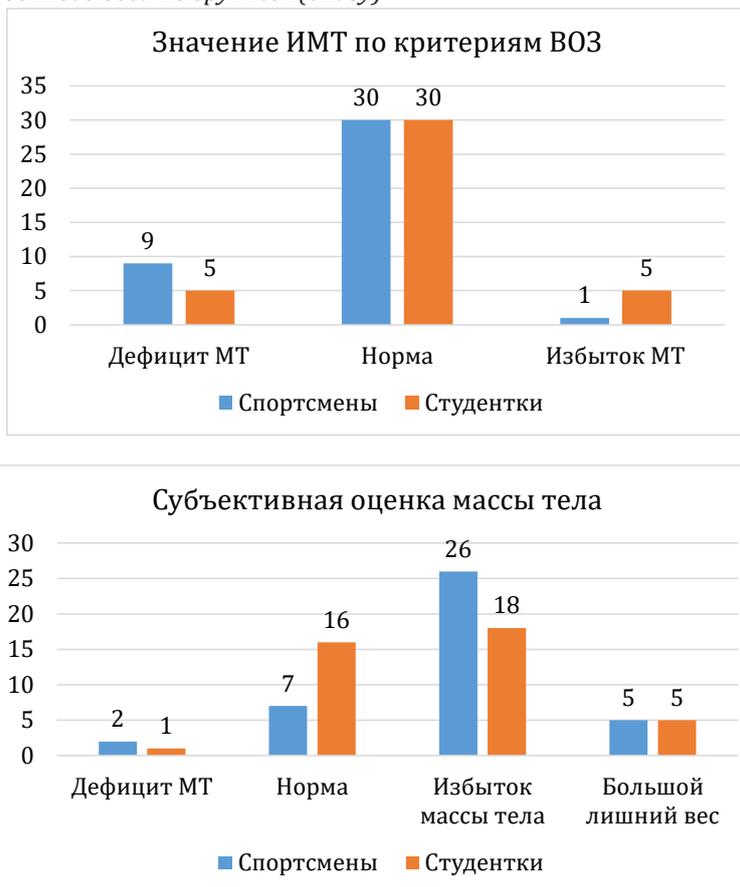
### **Результаты**

У студенток, занимающихся ХГ, ИМТ ( $M \pm m$   $19,65 \pm 0,34$ ,  $n=40$ ) приближен к нижней границе нормативного диапазона по ВОЗ, что согласуется с результатами других исследований данной возрастной группы (Miteva, 2020; Purenović-Ivanović et al., 2019). У студенток, не занимающихся профессионально спортом, ИМТ ( $M \pm m$   $21,28 \pm 0,5$ ,  $n=40$ ) в середине нормативного диапазона и соответствует данным исследований девушек того же возраста (Pitirut, 2023). ИМТ у студенток-гимнасток статистически значимо ниже, чем у не занимающихся спортом студенток (t-критерий Стьюдента:  $t=-2,692$ ,  $p=0,009$ ,  $df=78$ ). Аналогичные различия ИМТ были выявлены в исследовании К.В. Выборной и др. (2021).

Распределение ИМТ по критериям ВОЗ в группе студенток, занимающихся художественной гимнастикой (гимнастки) и в группе студенток, не занимающихся профессионально спортом (не спортсменки), представлено на рис. 1 (слева). Дефицит массы тела выявлен у 22,5 % выборки в группе гимнасток и 12,5 % во второй группе, нормативное значение ИМТ в обеих группах составляет 75 %, избыток массы тела в группе гимнасток выявлен у 2,5 % и 12,5 % в группе не спортсменок.

### Рисунок 1

Распределение значений ИМТ в группах сравнения (сверху) и распределение субъективной оценки собственного веса по группам (снизу)

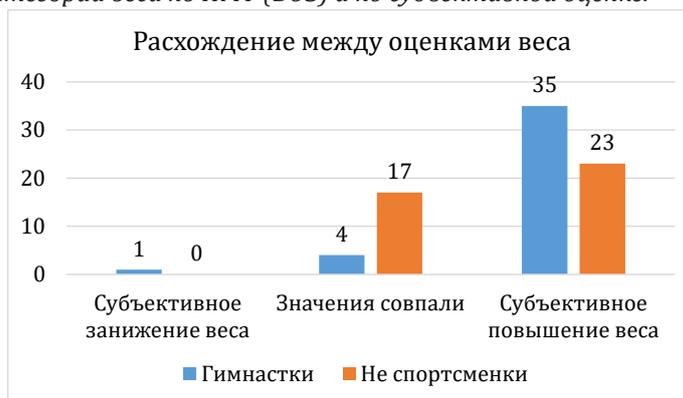


Респонденткам было предложено отнести свой вес к одной из 4-х категорий: дефицит массы тела, вес в норме, небольшой лишний вес (избыток веса), большой лишний вес (ожирение), распределение по группам представлено на рис.1 (справа). В группе студенток, занимающихся художественной гимнастикой, 17,5% от всех респондентов данной группы оценили свой вес как соответствующий нормативному значению, а 65% охарактеризовали как небольшой лишний вес (избыток массы тела), 12,5% отметили, что у них есть большой лишний вес (ожирение). По критерию ВОЗ избыток массы тела в группе гимнасток выявлен только у 1 респондента, по субъективной оценке значение выше нормативного отмечено у 31 респондента, то есть у 77,5% в группе гимнасток и у 23 респондентов в группе не спортсменок, что составляет 57,5% выборки, таким образом, девушки в возрасте 18–23 лет склонны оценивать свой вес как большой, по сравнению с категоризацией ИМТ по ВОЗ. Распределение эпизодов совпадения или расхождения между объективной оценкой веса (ИМТ) и субъективной оценкой по группам представлено на рис. 2. У 87,5% выборки студенток, занимающихся

ХГ, наблюдается субъективное завышение оценки собственного веса, в то время как у второй группы данный показатель составляет 57,5 %. При этом, совпадение оценок в группе студенток, не занимающихся спортом, выявлено почти у половины респондентов (42,5 %), а у спортсменок лишь у 10% выборки.

**Рисунок 2**

*Количество случаев совпадения и расхождения в меньшую и большую стороны при соотношении категории веса по ИМТ (ВОЗ) и по субъективной оценке.*



Студентки, занимающиеся художественной гимнастикой, чаще, чем студентки, не занимающиеся спортом, получают негативные оценки и комментарии о внешности и весе от представителей своего пола (других спортсменок), преподавателей и тренеров. По сравнению с не занимающимися спортом студентками, студентки-гимнастки уделяют больше внимания своему внешнему виду и чаще придерживаются диет (табл. 1).

**Таблица 1**

*Опыт негативных оценок своего внешнего вида со стороны и внимание к своей внешности у студенток гимнасток и студенток, не занимающихся спортом (однофакторный дисперсионный анализ)*

Показатели	Студентки, занимающиеся художественной гимнастикой (n=40)	Студентки, не занимающиеся профессионально спортом (n=40)	F	p
Негативные оценки внешнего вида от представителей своего пола	Чаще	Реже	4,35	0,04
Негативные оценки внешнего вида от преподавателей и тренеров	Чаще	Реже	67,293	0,000
Внимание к своему внешнему виду и весу	Больше	Меньше	4,345	0,04
Приверженность к диетам	Больше	Меньше	12,841	0,001

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ФИЛОСОФИЯ И ПСИХОЛОГИЯ

В группе гимнасток усиление приверженности диетам взаимосвязано с повышением ЧкОВ (корреляционный анализ, критерий Пирсона,  $r=-0,341$ ,  $p=0,031$ ) (уменьшение баллов по шкале приверженности диетам означает усиление данного показателя, а увеличение баллов по шкале ЧкОВ – повышение тревожного ожидания отвержения из-за внешности.) В группе студенток, не занимающихся профессионально спортом, повышение УОТ взаимосвязано со снижением желаня придерживаться диет (корреляционный анализ, критерий Пирсона,  $r=0,600$ ,  $p=0,000$ ). В этой же группе усиление приверженности диетам взаимосвязано с увеличением возраста (корреляционный анализ, критерий Пирсона,  $r=-0,369$ ,  $p=0,019$ ). (Уменьшение баллов по шкале приверженности диетам означает усиление данного показателя, а увеличение баллов по шкалам УОТ и возраста их повышение). Таким образом, девушки, не занимающиеся спортом, прибегают к диетам в случае низкой удовлетворенности образом тела, в то время как для спортсменок действия, направленные на снижение веса и коррекцию фигуры, обусловлены прежде всего желанием снизить негативные комментарии от значимых лиц (которые способствуют повышению ЧкОВ).

Показатели чувствительности к отвержению из-за внешности (ЧкОВ), удовлетворенности образом тела (УОТ) и самооценка у студенток-гимнасток и студенток, не занимающихся спортом, статистически значимо не различаются (табл. 2). У респондентов обеих групп показатели ЧкОВ и УОТ соответствуют среднему уровню, а самооценка на уровне выше среднего.

**Таблица 2**

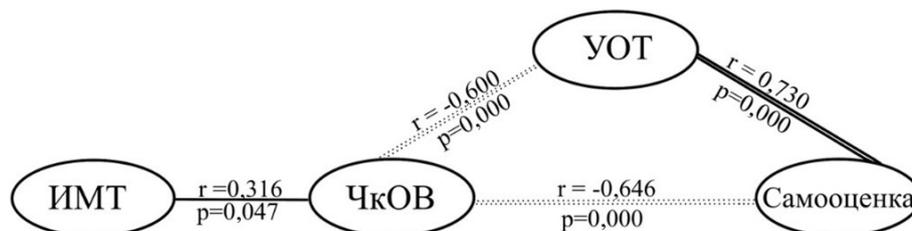
*ЧкОВ, УОТ и самооценка у студенток гимнасток и студенток, не занимающихся спортом*

Показатели	Студентки, занимающиеся художественной гимнастикой (n=40)	Студентки, не занимающиеся профессионально спортом (n=40)	Критерий Стьюдента  t
	M±m	M±m	
Чувствительность к отвержению из-за внешности	11,4±1,12	11,97±1,13	Не значимы
Удовлетворенность образом тела	5,39±0,27	5,89±0,25	Не значимы
Самооценка	19,8±0,95	19,92±0,85	Не значимы

У студенток, занимающихся художественной гимнастикой, повышение ЧкОВ взаимосвязано с повышением ИМТ и с понижением удовлетворенности образом тела и самооценки (рис. 3). Очевидно, гимнастки с более высокими показателями веса чаще, чем другие спортсменки с меньшим весом, слышат замечания и негативные комментарии относительно своего внешнего вида, вследствие чего испытывают более высокое психическое напряжение и ожидают негативных оценок своей внешности со стороны. Из-за реальных и потенциальных угроз негативной оценки внешнего вида у студенток гимнасток повышается ЧкОВ, а также снижаются УОТ и самооценка.

### Рисунок 3

Взаимосвязи показателя чувствительности к отвержению из-за внешности (ЧкОВ) с удовлетворенностью образом тела (BISS), самооценкой (RSES) и ИМТ в группе студенток, занимающихся художественной гимнастикой

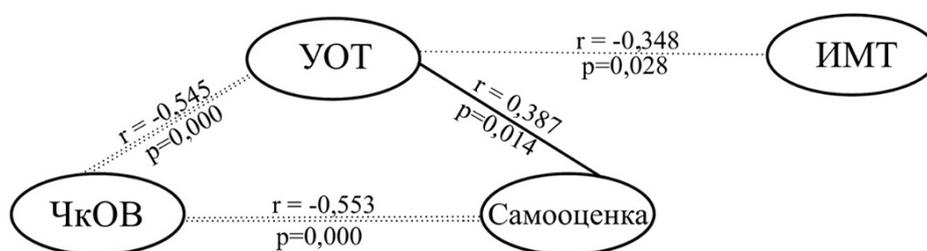


Обнаружено, что ЧкОВ понижается в связи повышением возраста гимнасток (корреляционный анализ, критерий Пирсона:  $r = -0,345$ ,  $p = 0,029$ ). Это может объясняться как снижением необходимости соответствовать эталону фигуры гимнастки по причине планируемого более взрослыми спортсменками завершения спортивной карьеры, так и улучшением устойчивости к негативным оценкам. Очевидно, более взрослые спортсменки, имея больший опыт переживаний из-за давления «на внешность» со стороны, успешнее адаптируются к этому давлению, используя различные приемы снижения значимости замечаний: рационализацию, игнорирование, вытеснение и др.

У студенток, не занимающихся спортом, так же, как и у гимнасток, повышение ЧкОВ взаимосвязано со снижением удовлетворенности образом тела и ухудшением самооценки (рис. 4). Но, в отличие от студенток, занимающихся ХГ, у студенток, не занимающихся профессионально спортом, уровень ЧкОВ не взаимосвязан с ИМТ (там же).

### Рисунок 4

Взаимосвязи показателя чувствительности к отвержению из-за внешности (ЧкОВ) с удовлетворенностью образом тела (BISS), самооценкой (RSES) и ИМТ в группе студенток, не занимающихся профессионально спортом



И у занимающихся ХГ, и у не занимающихся спортом студенток повышение удовлетворенности образом тела взаимосвязано с улучшением самооценки, что

подтверждает роль оценки своего тела в общей самооценке и самоуважении у девушек 18–23 лет и согласуется с данными о взаимосвязях удовлетворенности внешним видом и самооценки личности (Мухина, 2018, Иманкулова, Кудайбергенова, 2021; Лозенко, 2021; Shoraka & Amirkafi, 2019).

## Обсуждение результатов

Объективные значения ИМТ по критериям ВОЗ у большинства студенток, занимающихся ХГ и не занимающихся спортом, соответствуют норме. Однако, субъективные оценки своего веса у гимнасток завышены и совпадают с объективными значениями ИМТ значительно реже, чем у студенток, не занимающихся спортом. Более высокий субъективизм гимнасток может объясняться более строгими и разноплановыми критериями оценивания своего внешнего вида. Оценивая свой вес, студентки, не занимающиеся профессионально спортом, ориентируются на возрастные нормы и существующие в социуме представления о привлекательности девушек. А студентки-гимнастки при оценке веса, помимо вышеназванных параметров, еще учитывают влияние веса на выполнение гимнастических упражнений, обоснованно или преувеличенно опасаясь, что лишний вес может привести к травматизму во время выполнения элементов, к негативному впечатлению о себе у судей, тренеров и снижению баллов за соревновательную программу.

Только 36 респондентов из 80 (из них 11 гимнасток и 25 не занимающихся спортом) отметили, что не придерживаются диеты в настоящее время, что отражает значимость веса, внешнего вида и подтверждает имеющиеся данные о широком распространении неудовлетворенности образом тела и использованием различных способов коррекции тела у девушек (Лабунская и др., 2019; Фаустова, Яковлева, 2017; Фаустова и др., 2024). Проявляя нормативное для данной возрастной группы недовольство своим внешним видом, сопровождающееся стремлением его улучшить, гимнастки, в отличие от девушек, не занимающихся спортом, более пристально следят за своим весом и внешним видом, так как чаще подвергаются давлению из-за внешности со стороны как сверстниц, так и наставников (табл. 1).

Несмотря на то, что по сравнению со студентками, не занимающимися профессионально спортом, гимнастки более строго оценивают свой вес и чаще получают замечания относительно своего внешнего вида от других лиц, в частности от представителей своего пола (других спортсменок) и тренеров, они, как и «неспортсменки», демонстрируют средний уровень ЧкОВ. Это может объясняться как тем, что в процессе многолетних занятий художественной гимнастикой спортсменки адаптируются к критике своего внешнего вида от других людей, так и тем, что к юношескому возрасту в художественной гимнастике происходит «естественный отсев»: спортсменки с более слабой нервной системой и низкой эмоциональной устойчивостью прекращают заниматься на более ранних этапах, а остаются обладающие более сильной нервной системой, устойчивые к эмоциогенным факторам (в том числе и к резким замечаниям

со стороны). Также важно отметить, что художественная гимнастика является видом спорта с ранней профессионализацией, и к 16 годам спортсменки начинают выступать по программе мастеров спорта (МС). В связи с высокими нагрузками часть спортсменок завершает спортивную карьеру после присвоения МС в возрасте 16–18 лет, другая часть завершает спортивную карьеру при поступлении в университет.

И студентки, занимающиеся ХГ, и студентки, не занимающиеся спортом, демонстрируют средний уровень ЧкОВ и УОТ, и на уровне несколько выше среднего оценивают себя. Аналогичные данные были получены при исследовании выраженности указанных показателей в такой же возрастной группе (Разваляева, Польская, 2020, Ветвицкая, 2021). У респондентов обеих групп (гимнасток и спортсменок) ЧкОВ, УОТ и самооценка статистически значимо не различаются (табл. 1), при том, что по сравнению со студентками, не занимающимися спортом, студентки-гимнастки чаще получают негативные оценки своего внешнего вида со стороны (табл. 2). Важно отметить, что, имея более негативный опыт оценивания внешности со стороны, гимнастки уделяют больше внимания своей внешности и чаще придерживаются диет, чем студентки, не занимающиеся спортом (табл. 2). Полученные результаты дают основания утверждать, что студентки, занимающиеся ХГ, в процессе занятий спортом формируют навыки работы с критическими замечаниями своего внешнего вида. Очевидно, гимнастки стремятся «не углубляться» в переживания, а вытесняют их или стараются предпринять соответствующие меры (диета и др.) для улучшения своей внешности. Отсутствие «зацикленности» на переживаниях и осознание, что для улучшения внешности что-то делается, позволяют поддерживать на оптимальном уровне ЧкОВ, УОТ и самооценку.

Как у студенток, занимающихся ХГ, так и у студенток, не занимающихся спортом, показатели ЧкОВ, УОТ и самооценки тесно взаимосвязаны между собой (рис. 3 и рис. 4), что согласуется с данными других исследований (Иманкулова, Кудайбергенова, 2021; Лозенко, 2021; Shoraka & Amirkafi, 2019).

Вероятно, обнаруженные в нашем и аналогичных исследованиях, тесные взаимосвязи между ЧкОВ, УОТ и самооценкой объясняются индивидуальными особенностями оценивания (Батурин, Выбойщик, 2011) и индивидуальными различиями контроля и оценивания как регуляторного процесса (Моросанова, 2012). Актуализация ЧкОВ, УОТ и самооценки предполагает оценивание своего внешнего вида и сравнение его с нормативно заданным или желаемым. Можно предположить, что выявленное согласованное проявление ЧкОВ, УОТ и самооценки связано с умеренным или категоричным пессимистичным оценочным стилем (Батурин, Выбойщик, 2011), тенденцией к завышению строгости субъективных критериев оценки и минимизацией степени рассогласований, вызывающих коррекцию действий (Моросанова, 2012).

Так как повышение ЧкОВ тесно взаимосвязано со снижением УОТ и самооценки, а повышение УОТ взаимосвязано с повышением самооценки (рис. 3, рис. 4), правомерно предположить, что психологические воздействия, направленные на повышение самооценки и формирование уважения к себе, могут повысить принятие собственного тела и УОТ, тем самым сформировав защитный, протективный фактор снижения ЧкОВ. Однако, данное предположение требует дальнейшей эмпирической проверки.

Обращает на себя внимание тот факт, что у гимнасток повышение ИМТ взаимосвязано с ростом ЧкОВ, а у студенток – со снижением УОТ (рис. 3, рис. 4). Имеющие более высокие показатели веса гимнастки сильнее ожидают негативных замечаний своего внешнего вида со стороны, а студентки – менее удовлетворены своим внешним видом. Таким образом, объективное повышение веса у гимнасток взаимосвязано с усилением готовности к социальному отвержению, а у студенток – с повышением своей неудовлетворенности телом. Вероятно, осознание того, что при увеличении веса будет больше замечаний, способствует более строгим субъективным оценкам веса у гимнасток, чем у студенток – согласно данным настоящего исследования субъективные оценки веса совпадают с ИМТ у гимнасток реже, чем у студенток.

### ***Заключение***

По сравнению со студентками, не занимающихся профессионально спортом, студентки-гимнастки менее объективно оценивают свой вес, чаще преувеличивая его значение относительно объективного ИМТ. Студентки, занимающиеся ХГ, чаще, чем студентки, не занимавшиеся профессионально спортом, получают негативные оценки о своей внешности от окружающих (тренеров, родителей, других спортсменок). Больше половины студенток (и гимнастки, и «неспорсменки») придерживаются диет для поддержания нужного веса, но занимающиеся ХГ делают это чаще, чем не занимающиеся спортом. Повышение ИМТ у студенток-гимнасток взаимосвязано с повышением ЧкОВ, а у не занимающихся спортом студенток – с понижением УОТ. Выявленные особенности косвенно свидетельствуют о значимости оценок внешнего вида со стороны для гимнасток, и ориентации на свои оценки внешности у «не спортсменок».

Уровень ЧкОВ, УОТ и самооценки не различается у занимающихся ХГ и не занимающихся спортом студенток, в обеих группах ЧкОВ и УОТ выражены на среднем уровне, а самооценка немного выше среднего. Повышение ЧкОВ взаимосвязано с понижением УОТ и самооценки у занимающихся ХГ и не занимающихся спортом студенток. Есть основания предполагать, что выявленное в настоящем исследовании и в других работах взаимосвязанное проявление ЧкОВ, УОТ и самооценки базируется на индивидуальных особенностях оценивания. Однако, данное предположение требует проверки в специальном исследовании.

Таким образом, подтвердились гипотезы о том, что студентки, профессионально занимающиеся ХГ, менее объективно (преувеличивая) оценивают свой вес, чем не занимающиеся спортом студентки и чаще, чем последние, подвергаются негативному давлению со стороны окружающих из-за своего внешнего вида.

Не подтвердилась гипотеза о том, что у занимающихся ХГ студенток ЧкОВ выражена сильнее, чем у не занимающихся спортом студенток. Полученные результаты можно объяснить тем, что гимнастки за долгие годы (12–15 лет) спортивной карьеры привыкают к регулярным оценкам окружающих своей внешности. Гимнастки адаптируются к давлению со стороны из-за внешности, вырабатывая определенные

навыки работы с замечаниями и комментариями своего внешнего вида: одни высказывания «пропускают мимо ушей», другие вытесняют, переключаясь на другое, некоторые принимают к сведению и «салятся на диету» и т.п. Изучение навыков противодействия давлению окружающих на внешность в связи с уровнем ЧкОВ позволило бы конкретизировать понимание адаптации к негативным высказываниям из-за внешнего вида и разработать рекомендации по оптимизации высокой ЧкОВ посредством формирования соответствующих умений.

### **Ограничения**

Настоящее исследование имеет следующие ограничения:

1. Не слишком большой объем выборки: 40 студенток, занимающихся художественной гимнастикой и 40 студенток, не занимающихся спортом.
2. Состав выборки: студентки университетов только Санкт-Петербурга, включая постоянно проживающих в СПб и иногородних.
3. В данном исследовании не учитывались факторы отношения гимнасток к занятиям спортом и успешности их спортивной карьеры, которые могут оказать влияние на формирование изучаемых показателей: субъективное восприятие своего веса, самооценку, удовлетворенность образом тела, чувствительность к отвержению из-за внешности.

### **Литература**

- Баранская, Л. Т., & Татаурова, С. С. (2011). *Методика исследования образа тела*. Екатеринбург: Издательство Уральского федерального университета.
- Белогай, К. Н., & Морозова, И. С. (2019). Субъективные характеристики образа тела девушек на разных этапах психосоматического развития. *Сибирский психологический журнал*, 74, 167–182. <https://doi.org/10.17223/17267080/74/11>
- Батурин, Н. А., & Выбойщик, И. В. (2011). *Психология оценивания и оценки: теоретические и прикладные аспекты*. Челябинск: Издательский центр Южно-Уральского государственного университета.
- Ветвицкая, Т. В. (2021). Отношение к себе спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой. *Ананьевские чтения-2021*, 727–728.
- Волкова, Т. Г., & Вересов, Н. Н. (2019). Образ физического Я студентов в контексте психологического здоровья. *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*, 15(4), 70–78.
- Выборная, К. В., Семенов, М. М., Захарова, М. Ф., Раджаббадиев, Р. М., & Никитюк, Д. Б. (2021). Особенности физического развития девочек и девушек, специализирующихся в художественной гимнастике. *Человек. Спорт. Медицина*, 21(3), 14–22. <https://doi.org/10.14529/hsm210302>
- Давлетова, Н. Х., & Тафеева, Е. А. (2023). Восприятие студентами спортивного вуза образа своего тела и его влияние на наличие дезадаптивного пищевого поведения. *Наука и инновации в медицине*, 8(1), 22–28. <https://doi.org/10.35693/2500-1388-2023-8-1-22-28>
- Золотарева, А. А. (2020). Валидность и надежность русскоязычной версии шкалы самооценки М. Розенберга. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, 2, 52–57. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2020.2.52-57>
- Иманкулова, И. А., & Кудайбергенова, С. К. (2021). Удовлетворенность образом тела у женщин: взаимосвязь с возрастом и самооценкой. *Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии*, 77(2), 28–37. <https://doi.org/10.26577/IPsS.2021.v77.i2.04>

- Капитанова, Е. В. (2022). Внешний облик в структуре ценностных ориентаций молодых людей, обеспокоенных и удовлетворенных им. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*, 10(4), 383–393.
- Кон, И. С. (1984). *В поисках себя: личность и её самосознание*. Политиздат.
- Лабунская, В. А. (2020). Внешний облик человека как культурно-природный конструкт, порождающий психологические проблемы личности. В *Лицо человека в контекстах природы, технологий и культуры* (с. 11–25). Когито-Центр, Московский институт психоанализа.
- Лабунская, В. А. (2023). Социально-демографические факторы в структуре взаимосвязей между самооценками внешнего облика и оценками субъективного благополучия. *Российский психологический журнал*, 20(3), 255–273. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.3.14>
- Лабунская, В. А., & Дроздова, И. И. (2017). Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика. *Российский психологический журнал*, 14(2), 202–226. <https://doi.org/10.21702/rpj.2017.2.12>
- Лабунская, В. А., Сериков, Г. В., Шкурко, Т. А. [и др.]. (2019). *Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования* (коллективная монография). ООО «Мини Тайп».
- Лозенко, К. С. (2021). Проблема удовлетворенности образом физического Я. *Современные научные исследования и инновации*, 2, 29–29.
- Моросанова, В. И. (2012). *Саморегуляция и индивидуальность человека* (2-е изд.). Издательство «Наука».
- Мухина, Ю. И. (2018). Исследование взаимосвязи самооценки личности с удовлетворенностью внешним видом. *Гуманизация образования*, 4, 90–96.
- Нартова-Бочавер, С. К., Ерофеева, В. Г., Байрамян, Р. М., & Чулюкин, К. С. (2023). Повседневные представления об аутентичности: от детства к юности. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 20(3), 523–547. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2023-3-523-547>
- Пирогова, О. Д., & Василенко, В. Е. (2022). Удовлетворенность образом тела и межличностные отношения у старших подростков. *Мир науки. Педагогика и психология*, 10(2). <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN222.pdf>
- Погонцева, Д. В. (2014). Стремление похудеть: социально-психологический анализ. *Science Time*, 5, 159–165.
- Польская, Н. А., Цейтлина, М. Д., & Якубовская, Д. К. (2020). Чувствительность к отвержению и психическое здоровье. *Вопросы психологии*, 66(5), 119–129.
- Польская, Н. А., & Якубовская, Д. К. (2022). Идеализация тела в социальных медиа. *Психологический журнал*, 43(2), 128–141.
- Польская, Н. А., Якубовская, Д. К., & Разваляева, А. Ю. (2023). Уязвимость к межличностному отвержению из-за внешности в бодипозитивных и проанорексичных онлайн-сообществах. *Социальная психология и общество*, 14(1), 150–171. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140109>
- Разваляева, А. Ю., & Польская, Н. А. (2020). Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности». *Консультативная психология и психотерапия*, 28(4), 118–143. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280407>
- Рамси, Н., & Харкорт, Д. (2009). *Психология внешности* (пер. с англ.). Издательство «Питер».
- Самусев, Р. П., Агеева, В. А., Зубарева, Е. В., Рудаскова, Е. С., & Адельшина, Г. А. (2021). Конституциональные особенности спортсменок с различными видами двигательной активности. *Волгоградский научно-медицинский журнал*, 20(4), 21–24.
- Сериков, Г. В. (2018). Привлекательный внешний облик как «инструментальная ценность», его значимость в молодежной среде. *Психолог*, 6, 21–31. <https://doi.org/10.25136/2409-8701.2018.6.27934>

- Соколова, Е. Т., & Дорожевец, А. Н. (1985). Исследования «образа тела» в зарубежной психологии. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 4, 39–49.
- Соловьева, А. Е. (2022, ноябрь). Самооценка в юношеском возрасте: теоретический аспект. *Постулат*, 11.
- Фаустова, А. Г., Лабунская, В. А., Яковлева, Н. В. [и др.]. (2024). *Психологические исследования внешности и образа тела* (коллективная монография). Рязанский государственный медицинский университет им. акад. И. П. Павлова.
- Фаустова, А. Г., & Яковлева, Н. В. (2017). Проблемы дефиниции и измерения нормативной неудовлетворенности телом в клинической психологии. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*, 5(3), 359–380. <https://doi.org/10.23888/humj20173359-380>
- Холмогорова, А. Б., & Тарханова, П. М. (2014). Стандарты внешности и культура: роль физического перфекционизма и его последствия для здоровья подростков и молодежи. *Вопросы психологии*, 2, 52–65.
- Шишковская, А. В. (2009). Теоретические представления об образе физического Я в психологии. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 3, 71–78.
- Berns, R. (1986). *Развитие Я-концепции и воспитание* (пер. с англ.). Педагогика.
- Cash, T. F., Fleming, E. C., Alindogan, J., Steadman, L., & Whitehead, A. (2002). Beyond body image as a trait: The development and validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders*, 10(2), 103–113. <https://doi.org/10.1080/10640260290081678>
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. New York, NY: Guilford Press.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327–1343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Fuller-Tyszkiwicz, M., Chhouk, J., McCann, L. A., Urbina, G., Vuo, H., Krug, I., ... Heron, K. (2019). Appearance comparison and other appearance-related influences on body dissatisfaction in everyday life. *Body Image*, 28, 101–109. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.001>
- Herbozo, S., Tantleff-Dunn, S., Gokee-Larose, J., & Thompson, J. K. (2004). Beauty and thinness messages in children's media: A content analysis. *Eating Disorders*, 12(1), 21–34. <https://doi.org/10.1080/10640260490267742>
- Hogue, J. V., & Mills, J. S. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body Image*, 28, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.11.002>
- Javid, Q., & Ajmal, A. (2019). The impact of body image on self-esteem in adolescents. *Clinical and Counselling Psychology Review*, 1(1), 44–54. <https://doi.org/10.32350/ccpr.11.04>
- Miteva, S., Yanev, I., Kolimechkov, S., Petrov, L., Mladenov, L., Georgieva, V., & Somlev, P. (2020). Nutrition and body composition of elite rhythmic gymnasts from Bulgaria. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(1), 108–116. <https://doi.org/10.1177/1747954119892803>
- Park, L. E. (2007). Appearance-based rejection sensitivity: Implications for mental and physical health, affect, and motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(4), 490–504. <https://doi.org/10.1177/0146167206296301>
- Park, L. E., Calogero, R. M., Harwin, M. J., & DiRaddo, A. M. (2009). Predicting interest in cosmetic surgery: Interactive effects of appearance-based rejection sensitivity and negative appearance comments. *Body Image*, 6(3), 186–193. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.02.003>
- Pitirut, I. B., Swami, V., Poamă-Neagră, T., & Enea, V. (2023). Appearance-based rejection sensitivity mediates the relationship between Instagram addiction and dysmorphic concerns in young adult women. *Scandinavian Journal of Psychology*. <https://doi.org/10.1111/sjop.12973>
- Purenović-Ivanović, T., Popović, R., Bubanj, S., & Stanković, R. (2019). Body composition in high-level female rhythmic gymnasts of different age categories. *Science & Sports*, 34(3), 141–148. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2018.10.010>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Schilder, P. (1999). *The image and appearance of the human body* (1st ed.). London, England: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315010410>
- Shoraka, H., Amirkafi, A., & Garrusi, B. (2019). Review of body image and some of contributing factors in Iranian population. *International Journal of Preventive Medicine*, 10, Article 24. [https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM\\_293\\_18](https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_293_18)
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630–633. <https://doi.org/10.1002/eat.22141>
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body Image*, 14, 118–129. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001>

Поступила в редакцию: 24.07.2024

Поступила после рецензирования: 19.03.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

### Заявленный вклад авторов

**Екатерина Валерьевна Шиндрикова** – разработка исследовательского проекта, анализ литературы и подготовка статьи, проведение исследования и математическая обработка данных.

**Александра Евгеньевна Ловягина** – разработка исследовательского проекта, анализ литературы и подготовка статьи.

### Информация об авторах

**Екатерина Валерьевна Шиндрикова** – ассистент кафедры общей психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Санкт-Петербург, Россия; Author ID (РИНЦ): 1126447; SPIN-код РИНЦ: 7801-6420; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6828-3906>; e-mail: [E.shindrikova@spbu.ru](mailto:E.shindrikova@spbu.ru)

**Александра Евгеньевна Ловягина** – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Санкт-Петербург, Россия; Researcher ID: ACS-2536-2022; Scopus ID: 57200438021; Author ID (РИНЦ): 369477; SPIN-код РИНЦ: 8300-2047; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6120-1808>; e-mail: [Lovagina2@mail.ru](mailto:Lovagina2@mail.ru)

### Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.923

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.3>

## Светлые и Темные черты личности современного студенчества: влияние ценностных ориентаций и базисных убеждений

Владимир Г. Маралов<sup>1\*</sup> , Марина А. Кудака<sup>1</sup> ,  
Вячеслав А. Ситаров<sup>2</sup> , Лариса В. Романюк<sup>2</sup> , Ирина И. Корягина<sup>3</sup> 

<sup>1</sup>Череповецкий государственный университет, Череповец, Российская Федерация

<sup>2</sup>Московский городской педагогический университет, Москва, Российская Федерация

<sup>3</sup>Ивановский государственный медицинский университет, Иваново, Российская Федерация

\*Почта ответственного автора: [vgmaralov@yandex.ru](mailto:vgmaralov@yandex.ru)

### Аннотация

**Введение.** Актуальность проблемы определяется значимостью выявления психологических факторов, обуславливающих функционирование интегрированных характеристик личности, к которым могут быть отнесены конструкты Темной (макиавеллизм, нарциссизм, психопатия) и Светлой (вера в человечество, гуманизм, кантианство) триад личности. Новизна исследования состоит в выявлении взаимосвязи ценностных ориентаций, базисных убеждений с чертами Темной и Светлой триад личности у студенческой молодежи. **Методы.** Использовались следующие опросники: портретный опросник PVQ Ш. Шварца в адаптации Н.М. Лебедевой, опросник базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой, Короткий опросник Темной триады Д.Н. Джонса и Д.Л. Паулхуса в адаптации М.С. Егоровой, М.А. Ситниковой, О.В. Паршиковой, опросник Светлой триады С.Б. Кауфмана с соавт. в адаптации Д.С. Корниенко, В.К. Вязовкиной, А.Н. Неврюева. В исследовании приняло участие 406 студентов (мужчин 30,54%) в возрасте от 17 до 25 лет ( $M = 19,03$ ;  $SD=1,27$ ) ряда вузов Российской Федерации. **Результаты.** Установлено, что на проявления

макиавеллизма оказывают влияние игнорирование опасностей, низкий уровень универсализма, убеждение в несправедливости мира, на проявления нарциссизма – власть и ценность «Я», на проявления психопатии – ценность стимулирования в сочетании с игнорированием опасностей и низким уровнем универсализма. Вера в человечество связана с убеждением в справедливости мира, гуманизм - с безопасностью, доброжелательностью, универсализмом и также с убеждением в справедливости мира. На проявления кантианства влияют доброжелательность и универсализм. **Обсуждение результатов.** В итоге делается вывод о том, что черты Темной и Светлой триад личности не только взаимосвязаны с ценностными ориентациями и базисными убеждениями, но и выступают в качестве предикторов друг друга. Полученные результаты могут быть использованы в работе со студентами в процессе выстраивания индивидуальной траектории саморазвития.

### Ключевые слова

темная триада, светлая триада, ценностные ориентации, базисные убеждения, студенты

### Для цитирования

Маралов, В. Г., Кудака, М. А., Ситаров, В. А., Романюк, Л. В., Корягина, И. И. (2026). Светлые и Темные черты личности современного студенчества: влияние ценностных ориентаций и базисных убеждений. *Российский психологический журнал*, 23(1), 41–60, <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.3>

---

### Введение

Подготовка в вузе, освоение учебно-профессиональной деятельности требует от студентов не только наличия специальных компетенций, но и определенных личностных качеств. Особую роль среди них играют такие характеристики личности, в которых интегрируются типичные черты. К ним можно отнести психологические конструкты, получившие название Темной и Светлой триад личности.

Эти конструкты стали не так давно использоваться в современной психологии. Темная триада была описана Д.Л. Паулхусом и К.М. Вильямсом в 2002 году (Paulhus & Williams, 2002), а Светлая триада – еще позже в 2019 году авторским коллективом в составе С. Б. Кауфмана, Д.Б. Ядена, Э. Хайд и Э. Цукаяма (Kaufman et al., 2019). Темную триаду составляют: макиавеллизм, который находит выражение в использовании манипулирования в процессе взаимодействия с людьми; неклинический нарциссизм (далее – нарциссизм) – представление индивида о себе как об исключительном человеке, заслуживающим почитания; неклиническую психопатию (далее – психопатию), которая выражается в высокомерии, импульсивных реакциях, проявлениях враждебного отношения к людям и агрессивности.

Светлая триада является диаметральной противоположностью Темной триаде, она представлена: верой в человечество, в основе которой лежит убеждение в том, что люди по своей природе хорошие и добрые; гуманизмом, базирующемся на установке в том, что люди заслуживают признания и уважения; кантианством (название происходит от фамилии немецкого философа И. Канта), в основе которого лежит взгляд на человека как на ценность, а не как на средство для достижения чьих-то целей. Справедливости ради, следует отметить, что имеются и альтернативные подходы к выделению черт Светлой триады личности (Johnson, 2018; Musek & Grum, 2021; Gouveia et al., 2021 и др.). В настоящей работе мы будем придерживаться позиции С.Б. Кауфмана, которая в современной науке является доминирующей.

Необходимо отметить, что имеется обширная библиография исследований взаимосвязи триад, особенно Темной, с различными личностными характеристиками, в том числе это касается и студентов. Например, установлены взаимосвязи Темной триады с половыми особенностями студентов (Дериш, 2019), проявлениями агрессии (Kajonius, Persson & Jonason, 2015), симптомами депрессии (Li et al., 2024), выявлена роль Темной и Светлой триад в совершении академических проступков студентами (Chabrol et al., 2009), доказано влияние черт Темной триады на выбор в процессе взаимодействия позиций принуждения и манипулирования, а Светлой триады – на выбор позиции ненасилия (Маралов, Кудака, Смирнова, 2024).

В качестве особой проблемы хотелось бы указать на проблему значимости выявления взаимосвязей черт Темной и Светлой триад личности с ценностными ориентациями и базисными убеждениями личности. Дело в том, что человек живет и действует, сообразуясь со своими ценностями и убеждениями, которые прямо или косвенно оказывают влияние на его поведение. Поведенческие реакции, закрепляясь, становятся чертами личности, в том числе и чертами Темной или Светлой триад личности, которые, в свою очередь, оказывают влияние на ценностную сферу. Знание таких взаимосвязей создаст основу для разработки специальных программ, направленных на развитие у студентов просоциальных ценностей и личностных качеств, необходимых специалисту в различных сферах жизнедеятельности.

В современной психологии существует значительное число подходов к определению и выделению человеческих ценностей. В настоящей работе мы опираемся на классический подход Ш. Шварца (Schwartz, 1994), который выделил десять ценностей, отражающих значимые мотивационные аспекты человека. Они были сгруппированы в четыре типа: ценности открытости изменениям (самостоятельность, стимулирование); ценности самоопределения (универсализм, доброжелательность), ценности самоутверждения (достижения, власть, гедонизм); ценности сохранения (конформизм, традиции, безопасность). В последующем эта концепция была пересмотрена автором, и, в конечном итоге, количество ценностей было увеличено (Schwartz, 2012).

Наряду с понятием ценностей, в современной психологии широко используется такое понятие, как базисные убеждения, которые логически дополняют концепцию

ценностных ориентаций личности. Благодаря исследованиям Р. Янофф-Бульман (Janoff-Bulman, 1989), к ним были отнесены: 1) доброжелательность/недоброжелательность окружающего мира; 2) справедливость/несправедливость окружающего мира; 3) представление о себе как о достойном или недостойном человеке (ценность «Я»). Позже, при адаптации опросника Р. Янофф-Бульман к русскоязычной выборке М.А. Падун, А.В. Котельниковой (2012), сюда были добавлены еще два убеждения: способность контролировать ситуацию – убеждение индивида в том, что он может контролировать происходящие с ним события; удача – убеждение человека в том, что он везучий человек.

### **Обзор литературы**

Обратимся к анализу некоторых работ, в которых раскрывается взаимосвязь Темной и Светлой триад личности с ценностными ориентациями в контексте концепции Ш. Шварца. В частности, П.Дж. Кайониус с соавт. (Kajonius et al., 2015) сделаны выводы о положительной взаимосвязи макиавеллизма и нарциссизма с ценностями достижения, и власти, а психопатии – с ценностями гедонизма и власти. В исследовании П.К. Джонасона с соавт. (Jonason et al., 2018) была выявлена связь черт Темной триады с гедонизмом и достижениями. К аналогичным результатам приходят В. Лим и Г. Фельдман (Lim & Feldman, 2020), которые установили, что черты Темной триады демонстрируют положительную корреляцию с самоутверждением (власть, достижения, гедонизм) и открытостью к изменениям (самостоятельность, стимуляция), и отрицательную – с самоопределением (универсализм, доброжелательность), и с сохранением (конформизм, традиции, безопасность).

Что касается взаимосвязей Светлой триады с ценностями, то здесь гораздо меньше исследований. В первую очередь хотелось бы указать на уже цитированную работу С.Б. Кауфмана с соавт. (Kaufman et al., 2019), в которой авторы обнаружили сильную положительную связь Светлой триады с ценностями самоопределения, и сильную отрицательную связь с ценностями самоутверждения.

Обратимся ко второй части нашей проблемы, то есть выявлению взаимосвязей между чертами Темной и Светлой триад с базисными убеждениями.

Начиная с ранних работ Р. Янофф-Бульман (Janoff-Bulman, 1989), базисные убеждения исследуются в связи с психологической травмой и посттравматическим стрессом, который в значительной степени обусловлен их разрушением, мир при этом начинает восприниматься как несправедливый и враждебный. Л.Т. Мэтьюз и С.Дж. Марвит (Matthews & Marwit, 2004) осуществили дифференцированный анализ влияния различных видов потерь на базисные убеждения родителей. П.К. Ферраджау и А. Элклит (Ferração & Elklit, 2020) показали, что вмешательство, направленное на восстановление представлений о доброжелательности мира и повышению ценности «Я», должно быть в центре внимания в терапии посттравматического стресса.

Постепенно спектр исследований роли базисных убеждений в жизни человека существенно расширился. Было доказано, что базисные убеждения связаны с благополучием (Маркина, 2023; Poulin & Cohen Silver, 2008), с диспозиционными чертами личности, локусом контроля и удовлетворенностью жизнью (Черткова, Зырянова, 2019), с доверием к людям (Zhang, 2021). И.А. Филенко с соавторами (Филенко и др., 2023) установили, что базисные убеждения выступают в качестве предикторов психологического здоровья студенческой молодежи. Н.А. Цветкова и К.Е. Лагвилава (Цветкова, Лагвилова, 2022) выявляли отличия базисных убеждений у работающих и неработающих студентов.

К сожалению, специальных работ, в которых обсуждалась бы проблема взаимосвязи базисных убеждений студентов с Темной и Светлой триадами личности, нами практически, за исключением одной работы (Пустовик, Храмцова, 2022) обнаружено не было. Тем не менее, имеются близкие исследования, которые так или иначе связаны с этой проблемой. Например, в работе, проведенной И. Коррейя и К. Далберт (Correia & Dalbert, 2008) на контингенте португальских подростков, показано, что, чем сильнее вера подростков в справедливый мир, тем меньше вероятность того, что они будут участвовать в травле сверстников, то есть проявлять негативные черты, свойственные людям Темной триады. Или, другой пример, Ю. Го с соавт. (Guo et al., 2022) доказали взаимосвязь веры в справедливый мир с просоциальным поведением, которое является одной из составляющих характеристик личности, причисленной к Светлой триаде.

Таким образом, на основе анализа литературы можно сделать заключение, что в современной психологии в большей степени изучена связь ценностных ориентаций с чертами Темной триады, в меньшей степени – с чертами Светлой триады, и практически совсем не изучена взаимосвязь базовых убеждений с чертами Темной и Светлой триад личности.

Цель исследования – выявление взаимосвязи черт Темной и Светлой триад личности с ценностными ориентациями и базисными убеждениями современных студентов, а также особенностей их взаимного влияния друг на друга.

### ***Гипотезы исследования:***

1. Опираясь на имеющиеся литературные данные, можно предположить взаимнообратную связь черт Темной и Светлой триад личности с ценностями самоутверждения (достижение, власть) и с ценностями самоопределения (доброжелательность, универсализм), где Темная триада будет взаимосвязана с ценностями самоутверждения, а Светлая триада – с ценностями самоопределения;

2. Такие черты Темной триады, как макиавеллизм и психопатия, должны обнаружить отрицательную взаимосвязь и взаимовлияние с базисными убеждениями в доброжелательности мира, справедливости мира и ценности «Я», а нарциссизм, наоборот, должен обнаружить положительную связь и взаимовлияние с убеждением в ценности «Я»; черты Светлой триады должны обнаружить положительную связь и взаимовлияние с убеждениями в доброжелательности, справедливости мира и ценности «Я».

## **Методы**

### **Выборка**

Исследование проводилось с помощью опроса студентов в марте-мае 2024 года. Выборку исследования составили студенты Московского городского педагогического университета, Ивановского государственного медицинского университета и Череповецкого государственного университета различных специальностей и направлений подготовки, общим объемом 406 человек в возрасте от 17 до 25 лет ( $M = 19,03$ ;  $SD = 1,27$ ). Мужчины – 30,54%, женщины – 69,46%.

### **Методики**

Методологическую основу настоящего исследования составили теоретические положения о ценностных ориентациях Ш. Шварца, базисных убеждениях Р. Янофф-Бульман, концепт Темной триады Д.Л. Паулхуса и К. М. Вильямса, концепт Светлой триады С.Б. Кауфмана с соавт.

В качестве диагностического инструментария использовались:

1. Короткий опросник Темной триады Д.Н. Джонса и Д.Л. Паулхуса в адаптации М.С. Егоровой, М.А. Ситниковой, О.В. Паршиковой (2015);
2. опросник Светлой триады С.Б. Кауфмана с соавт. в адаптации Д.С. Корниенко, В.К. Вязовкиной, А.Н. Неврюева (2023);
3. портретный опросник (PVQ) Ш. Шварца в адаптации Н.М. Лебедевой (2023) для выявления ценностных ориентаций студентов;
4. опросник базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой (2012).

### **Статистический анализ**

«Сырые» баллы по всем опросникам переводились в стандартную десятибалльную шкалу. Статистическая обработка осуществлялась посредством применения методов описательной статистики, корреляционного и регрессионного анализа с использованием возможностей программ Excel и PSPP.

## **Результаты**

Обратимся к результатам исследования. В таблице 1 представлены некоторые данные описательной статистики по всем изучаемым параметрам.

**Таблица 1**

*Результаты описательной статистики ценностных ориентаций, базисных убеждений, черт Темной и Светлой триад личности у студентов (N = 406)*

Исследуемые параметры	M	SD
<b>Ценностные ориентации</b>		
Самостоятельность	8,22	1,51
Стимулирование	6,33	2,1
Гедонизм	7,82	1,85
Достижение	7,58	1,81
Власть	6,51	1,83
Безопасность	7,03	1,75
Конформизм	6,4	1,91
Традиция	5,25	2,12
Доброжелательность	7,78	1,65
Универсализм	7,36	1,66
<b>Базисные убеждения</b>		
Доброжелательность мира	5,8	2,17
Справедливость мира	6,05	2,27
Ценность «Я»	6,78	2,5
Удача	6,73	2,31
Контроль	6,69	2,17
<b>Черты Темной триады личности</b>		
Макиавеллизм	6,33	1,26
Нарциссизм	5,86	1,3
Психопатия	4,87	1,6
<b>Черты Светлой триады личности</b>		
Вера в человечество	7,34	1,58
Гуманизм	7,86	1,44
Кантианство	7,66	1,51

Как видно из таблицы 1, ведущую роль в структуре ценностных ориентаций студентов играют такие ценности, как самостоятельность ( $M = 8,22$ ,  $SD = 1,51$ ), гедонизм ( $M = 7,82$ ,  $SD = 1,85$ ), доброжелательность ( $M = 7,78$ ,  $SD = 1,65$ ), достижение ( $M = 7,58$ ,  $SD = 1,81$ ), универсализм ( $M = 7,36$ ,  $SD = 1,66$ ) и безопасность ( $M = 7,03$ ,  $SD = 1,75$ ). Среднюю позицию занимают ценности власти ( $M = 6,51$ ,  $SD = 1,83$ ) и конформизма ( $M = 6,4$ ,  $SD = 1,91$ ). Замыкает ряд ценность традиций ( $M = 5,25$ ,  $SD = 2,12$ ).

Базисные убеждения в целом находятся на среднем уровне выраженности и на уровне выше среднего. Доминирующее положение занимают базисные убеждения в ценности «Я» ( $M = 6,78$ ,  $SD = 2,5$ ), в удаче ( $M = 6,73$ ,  $SD = 2,31$ ) и в контроле ( $M = 6,69$ ,  $SD = 2,17$ ). Более низкие оценки получили убеждения в справедливости ( $M = 6,05$ ,  $SD = 2,27$ ) и в доброжелательности окружающего мира ( $M = 5,8$ ,  $SD = 2,17$ ).

Из черт Темной и Светлой триад личности доминируют, как и следовало ожидать, черты Светлой триады. Первую позицию занимает гуманизм ( $M = 7,86, SD = 1,44$ ), за ним следуют кантианство ( $M = 7,56, SD = 1,51$ ) и вера в человечество ( $M = 7,34, SD = 1,58$ ). Все черты Темной триады выражены в меньшей степени. Более высокий балл имеет макиавеллизм ( $M = 6,33, SD = 1,26$ ), затем идет нарциссизм ( $M = 5,86, SD = 1,3$ ), замыкает тройку психопатия ( $M = 4,87, SD = 1,6$ ).

В целом получены вполне удовлетворительные результаты. Исследование, проведенное в трех вузах Российской Федерации, показывают, что современные студенты ценят самостоятельность, достижения, безопасность, доброжелательность и универсализм, в то же время они не лишены стремления к получению чувственных удовольствий. Определенную роль в их жизни играют базисные убеждения в ценности «Я», в своей удачливости и в контроле при несколько сниженном уровне убеждений в справедливости и в доброжелательности окружающего мира. В основном они гуманистически настроены по отношению к другим людям, но в ряде случаев не лишены склонности к манипулированию и проявлениям импульсивности и агрессивности. Среди них встречаются и такие студенты, кто убежден в исключительности и уникальности собственной личности.

На втором этапе настоящего исследования был проведен корреляционный анализ, использовался линейный коэффициент корреляции Пирсона. Результаты корреляционного анализа отражены в таблице 2.

**Таблица 2**

*Матрица корреляций ценностных ориентаций, базисных убеждений с чертами Темной и Светлой триад личности\**

Исследуемые параметры	Макиавеллизм	Нарциссизм	Психопатия	Вера в человечество	Гуманизм	Кантианство
Ценностные ориентации						
Самостоятельность	-0,08	<b>0,21***</b>	-0,07	<b>0,24***</b>	<b>0,25***</b>	<b>0,22***</b>
Стимулирование	0,03	<b>0,23***</b>	<b>0,15**</b>	<b>0,13**</b>	<b>0,14**</b>	<b>0,12*</b>
Гедонизм	-0,01	<b>0,25***</b>	-0,02	<b>0,18***</b>	<b>0,19***</b>	<b>0,10*</b>
Достижение	0,06	<b>0,23***</b>	-0,08	<b>0,25***</b>	<b>0,23***</b>	<b>0,11*</b>
Власть	0,07	<b>0,32***</b>	0,03	<b>0,13**</b>	<b>0,12*</b>	0,03
Безопасность	<b>-0,12*</b>	-0,05	<b>-0,29***</b>	<b>0,33***</b>	<b>0,38***</b>	<b>0,28***</b>
Конформизм	0,01	<b>-0,13**</b>	<b>-0,22***</b>	<b>0,22***</b>	<b>0,24***</b>	<b>0,11*</b>

Исследуемые параметры	Макиавеллизм	Нарциссизм	Психопатия	Вера в человечество	Гуманизм	Кантианство
Традиция	-0,01	0,01	<b>-0,13**</b>	<b>0,29***</b>	<b>0,24***</b>	<b>0,17***</b>
Доброжелательность	<b>-0,15**</b>	0,01	<b>-0,19***</b>	<b>0,41***</b>	<b>0,51***</b>	<b>0,39***</b>
Универсализм	<b>-0,17***</b>	-0,04	<b>-0,26***</b>	<b>0,45***</b>	<b>0,50***</b>	<b>0,40***</b>
Базисные убеждения						
Доброжелательность мира	0,03	-0,05	-0,01	<b>0,19***</b>	<b>0,18***</b>	<b>0,10*</b>
Справедливость мира	<b>-0,12*</b>	0,09	<b>-0,11**</b>	<b>0,46***</b>	<b>0,40***</b>	<b>0,28***</b>
Ценность «Я»	-0,07	<b>0,36***</b>	-0,06	<b>0,16***</b>	<b>0,22***</b>	0,02
Удача	-0,01	<b>0,22***</b>	-0,05	<b>0,12**</b>	<b>0,15**</b>	-0,07
Контроль	0,04	<b>0,19***</b>	-0,09	<b>0,17***</b>	<b>0,15**</b>	0,12

**Примечание:** \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\* –  $p \leq 0,01$ ; \*\*\* –  $p \leq 0,001$

Как видно из таблицы 2, из черт Темной триады макиавеллизм обнаружил три слабые отрицательные связи с ценностными ориентациями и одну отрицательную связь с базисным убеждением. Отрицательные связи получены с ценностями безопасности ( $r = -0,12$ ,  $p \leq 0,05$ ) доброжелательности ( $r = -0,15$ ,  $p \leq 0,01$ ) и универсализма ( $r = -0,17$ ,  $p \leq 0,001$ ), а из базисных убеждений – с убеждением в справедливом устройстве мира ( $r = -0,12$ ,  $p \leq 0,05$ ).

Нарциссизм обнаружил положительные связи как с ценностными ориентациями, так и с базисными убеждениями. Умеренная положительная связь выявлена с ценностью власти ( $r = 0,32$ ,  $p \leq 0,001$ ), слабые связи – с самостоятельностью ( $r = 0,21$ ,  $p \leq 0,001$ ), стимулированием ( $r = 0,15$ ,  $p \leq 0,01$ ), гедонизмом ( $r = 0,25$ ,  $p \leq 0,001$ ) и достижениями ( $r = 0,23$ ,  $p \leq 0,001$ ). Слабая отрицательная связь выявлена с конформизмом ( $r = -0,13$ ,  $p \leq 0,01$ ). Из базисных убеждений умеренная положительная связь выявлена с убеждением в ценности «Я» ( $r = 0,36$ ,  $p \leq 0,001$ ), слабые положительные связи – с убеждением в своей удачливости ( $r = 0,22$ ,  $p \leq 0,001$ ) и с убеждением, что все находится под контролем ( $r = 0,19$ ,  $p \leq 0,001$ ).

Психопатия обнаружила одну положительную связь с ценностью стимулирования ( $r = 0,15$ ,  $p \leq 0,01$ ) и четыре отрицательные связи с ценностями безопасности ( $r = -0,29$ ,  $p \leq 0,001$ ), конформизма ( $r = -0,22$ ,  $p \leq 0,001$ ), традиции ( $r = -0,13$ ,  $p \leq 0,01$ ), доброжелательностью ( $r = -0,19$ ,  $p \leq 0,001$ ) и универсализмом ( $r = -0,26$ ,  $p \leq 0,001$ ). С базисными убеждениями связей выявлено не было.

Таким образом, нарциссизм имеет наибольшее число положительных связей с ценностными ориентациями и базисными убеждениями (восемь), макиавеллизм четыре отрицательные связи, а психопатия – одну положительную и пять отрицательных связей.

Анализ взаимосвязей черт Светлой триады личности с ценностными ориентациями и базисными убеждениями выявил значительное число положительных корреляций. Вера в человечество положительно коррелирует со всеми изучаемыми параметрами. Наиболее высокие коэффициенты корреляции получены с таким базисным убеждением, как справедливость мира ( $r = 0,46$ ,  $p \leq 0,001$ ), ценностями универсализма ( $r = 0,45$ ,  $p \leq 0,001$ ), доброжелательности ( $r = 0,41$ ,  $p \leq 0,001$ ) и безопасности ( $r = 0,33$ ,  $p \leq 0,001$ ). Кроме того, хотя и слабая, но значимая связь выявлена и со всеми базисными убеждениями.

Аналогичные выводы можно сделать и относительно гуманизма. Здесь получены умеренные положительные связи с доброжелательностью ( $r = 0,51$ ,  $p \leq 0,001$ ), универсализмом ( $r = 0,5$ ,  $p \leq 0,001$ ), справедливостью мира ( $r = 0,4$ ,  $p \leq 0,001$ ) и безопасностью ( $r = 0,38$ ,  $p \leq 0,001$ ). Сохраняются также слабые связи гуманизма со всеми базисными убеждениями.

Что касается кантианства, то общая тенденция в характере взаимосвязей, выявленная относительно веры в человечество и гуманизма, сохраняется. В то же время здесь не выявлено статистически значимых связей с ценностью власти, а также с такими базисными убеждениями, как ценность «Я» и удача.

Общий вывод, который следует из анализа взаимосвязей черт Светлой триады с ценностными ориентациями и базисными убеждениями студентов, состоит в том, что все три черты тесно связаны с ценностями доброжелательности, универсализма, безопасности и базисным убеждением в справедливости мира.

Как известно, корреляционный анализ дает возможность выявить взаимосвязи между изучаемыми факторами, однако он не позволяет сделать выводы о том, что на что влияет и влияет ли вообще. Поэтому результаты корреляционного анализа были дополнены результатами регрессионного анализа. В ходе регрессионного анализа составлялись уравнения регрессии, где зависимыми переменными выступали черты Темной и Светлой триад личности, а независимыми переменными – ценностные ориентации и базисные убеждения. А затем, наоборот, в качестве независимых переменных выступили ценностные ориентации и базисные убеждения, черты же Темной и Светлой триад выполняли роль независимых переменных. В итоге был получен ряд статистически значимых регрессионных моделей ( $p = 0,000$ ) с удовлетворительными

коэффициентами критерия Дарбина-Уотсона. Были выявлены ценностные ориентации и базисные убеждения, которые выступили в качестве предикторов проявления черт Темной и Светлой триад личности, а также черты Темной и Светлой триад личности, которые, в свою очередь, выступили в роли предикторов проявления определенных ценностных ориентаций и базисных убеждений. Результаты отражены в рисунках 1 и 2.

### Рисунок 1

*Влияния ценностных ориентаций и базисных убеждений студентов на черты Темной триады личности, и влияние черт Темной триады личности на ценностные ориентации и базисные убеждения*



На макиавеллизм (см. рис. 1) оказывают влияние низкий уровень выраженности ценностей безопасности ( $\beta = -0,1, p = 0,04$ ) и универсализма ( $\beta = -0,1, p = 0,05$ ) в сочетании с базисным убеждением в отсутствии справедливого устройства в мире ( $\beta = -0,1, p = 0,03$ ). Параметров, на которые бы значимо влиял макиавеллизм, в данном исследовании обнаружено не было.

На нарциссизм влияет ценность власти ( $\beta = 0,12, p = 0,001$ ) в сочетании с убеждением в высоком уровне ценности собственного «Я» ( $\beta = 0,15, p = 0,000$ ). В свою очередь нарциссизм может выступать в качестве предиктора таких ценностных ориентаций, как самостоятельность ( $\beta = 0,31, p = 0,000$ ), стимулирование ( $\beta = 0,36, p = 0,000$ ), гедонизм ( $\beta = 0,38, p = 0,000$ ), достижение ( $\beta = 0,33, p = 0,000$ ), власть ( $\beta = 0,46, p = 0,000$ ), низкий уровень конформизма ( $\beta = -0,17, p = 0,002$ ), и таких базисных убеждений, как ценность «Я» ( $\beta = 0,79, p = 0,000$ ), удача ( $\beta = 0,4, p = 0,000$ ) и контроль ( $\beta = 0,37, p = 0,000$ ). Выявлены две связи, основанные на взаимном влиянии факторов друг на друга. К ним

относятся ценность власти и убеждение в ценности «Я». Вероятно, именно они играют определяющую роль в становлении нарциссизма как черты личности.

## Рисунок 2

Влияния ценностных ориентаций и базисных убеждений студентов на черты Светлой триады личности, и влияние черт Светлой триады личности на ценностные ориентации и базисные убеждения



На психопатию оказывает воздействие стремление к новым впечатлениям (стимулирование) ( $\beta = 0,17, p = 0,000$ ) в совокупности с игнорированием опасностей (низкий уровень ценности безопасности) ( $\beta = -0,18, p = 0,002$ ) и низким уровнем универсализма ( $\beta = -0,2, p = 0,002$ ). Высокий уровень психопатии может, в свою очередь, влиять на развитие ценности стимулирования ( $\beta = 0,24, p = 0,001$ ), формированию стремления к игнорированию опасностей ( $\beta = -0,23, p = 0,000$ ), низкого уровня конформизма ( $\beta = -0,21, p = 0,001$ ), а также низкой ценности универсализма ( $\beta = -0,11, p = 0,02$ ). Ведущую роль, как видим, играют три фактора: ценность стимулирования (положительное взаимовлияние), ценности безопасности и универсализма (отрицательное взаимовлияние).

На проявления веры в человечество (см. рис.2), наоборот, влияет высокий уровень универсализма ( $\beta = 0,23, p = 0,000$ ) и убеждение в справедливом устройстве мира ( $\beta = 0,22, p = 0,000$ ). Высокий уровень выраженности веры в человечество, в свою очередь, стимулирует индивида к новым достижениям ( $\beta = 0,2, p = 0,01$ ), способствует развитию ценности традиций ( $\beta = 0,3, p = 0,001$ ), базисных убеждений в доброжелательности ( $\beta = 0,21, p = 0,03$ ) и справедливости мира ( $\beta = 0,48, p = 0,000$ ). Центральным здесь является убеждение в справедливости мира, которое влияет

на веру в человечество, а вера в человечество, в свою очередь, влияет на укрепление убеждения в справедливости мира.

Аналогичным образом на проявления гуманизма и кантианства оказывают влияние ценности безопасности ( $\beta = 0,13$ ,  $p = 0,003$  и  $\beta = 0,15$ ,  $p = 0,003$ ), доброжелательности ( $\beta = 0,2$ ,  $p = 0,000$  и  $\beta = 0,21$ ,  $p = 0,000$ ), универсализма ( $\beta = 0,21$ ,  $p = 0,000$  и  $\beta = 0,17$ ,  $p = 0,002$ ) и убеждение в справедливости мира ( $\beta = 0,15$ ,  $p = 0,000$  и  $\beta = 0,14$ ,  $p = 0,000$ ). В свою очередь и гуманизм, и кантианство способствуют развитию самостоятельности ( $\beta = 0,13$ ,  $p = 0,05$  и  $\beta = 0,16$ ,  $p = 0,007$ ), доброжелательности ( $\beta = 0,44$ ,  $p = 0,000$  и  $\beta = 0,22$ ,  $p = 0,000$ ) и универсализма ( $\beta = 0,37$ ,  $p = 0,000$  и  $\beta = 0,19$ ,  $p = 0,001$ ), а гуманизм в дополнение к сказанному способствует становлению ценностей безопасности ( $\beta = 0,31$ ,  $p = 0,000$ ) и конформизма ( $\beta = 0,23$ ,  $p = 0,001$ ), базисных убеждений в справедливости мира ( $\beta = 0,27$ ,  $p = 0,003$ ), ценности «Я» ( $\beta = 0,33$ ,  $p = 0,001$ ) и удаче ( $\beta = 0,27$ ,  $p = 0,003$ ). Гуманизм и кантианство обнаружили две связи, основанные на взаимовлиянии, это доброжелательность и универсализм. Гуманизм в дополнение к этому оказался взаимосвязанным еще и с убеждением в справедливости мира.

## Обсуждение результатов

Различные аспекты взаимосвязи черт Темной, Светлой триад личности с ценностными ориентациями и базисными убеждениями активно обсуждаются в современной психологии. Такой интерес обусловлен рядом факторов, прежде всего, желанием психологов разобраться в механизмах взаимодействия ценностной сферы человека и его поведенческих паттернов.

Наиболее изученной является связь ценностных ориентаций и Темной триады личности. Чаще всего черты Темной триады положительно связываются с ценностями самоутверждения и открытостью к изменениям, и отрицательно – с ценностями самоопределения и сохранения (см., например, Lim & Feldman, 2020). В настоящем исследовании эта закономерность в целом была подтверждена. Нарциссизм обнаружил связи, основанные на взаимном влиянии факторов друг на друга, с ценностью власти, а психопатия – с ценностью стимулирования. Все три черты Темной триады в разной степени оказались отрицательно взаимосвязаны с ценностями безопасности, доброжелательности и универсализма.

Менее изученными в психологии являются взаимосвязи черт Светлой триады с ценностными ориентациями, хотя проблема взаимосвязи ценностей с просоциальным поведением и обсуждается довольно активно в современной науке. В то же время, в ряде исследований было установлено, что Светлая триада положительно коррелирует с ценностями самоопределения и отрицательно – с ценностями самоутверждения (см., например, Kaufman et al., 2019). В настоящей работе полностью подтвердилась первая часть этого вывода, то есть было обнаружено, что и на гуманизм, и на кантианство оказывают влияние ценности самоопределения (доброжелательность и универсализм),

последние, в свою очередь, выступают в качестве предикторов доброжелательности и гуманизма. Вторая часть вывода об отрицательной связи черт Светлой триады с ценностями самоутверждения не подтвердилась. Это можно объяснить тем, что для обследованного контингента студентов с чертами Светлой триады личности ценности самоутверждения имеют важное значение, особенно это характерно для такой ценности, как достижение, которая положительно коррелирует (см. табл. 2) и с верой в человечество ( $r = 0,25$ ,  $p \leq 0,001$ ), и с гуманизмом ( $r = 0,23$ ,  $p \leq 0,001$ ). Кроме того, вера в человечество выступает в качестве предиктора ценности достижения. Высокие достижения являются неотъемлемой частью нашей культуры, что нашло отражение в полученных нами результатах.

Еще в меньшей степени оказалась изучена взаимосвязь черт Темной и Светлой триад личности с базисными убеждениями. Если говорить о взаимосвязи Темной триады с базисными убеждениями, то нами была обнаружена только одна работа, в которой предпринимается попытка выявить ее характер. Это работа В.А. Пустовика и Л.М. Храмовой (2022), где авторы на основе эмпирического исследования выявили положительную связь нарциссизма с убеждением в ценности «Я» и в контроле, и отрицательную связь макиавеллизма, психопатии с убеждениями в справедливости мира и в удаче. Мы также обнаружили отрицательную корреляционную связь макиавеллизма и психопатии с убеждениями в справедливости мира, однако она не была подтверждена регрессионным анализом. Выявлена была только одна связь, основанная на взаимовлиянии, это взаимосвязь нарциссизма и ценности «Я».

Специальных исследований, в которых обсуждались бы вопросы взаимосвязи Светлой триады с базисными убеждениями, нами обнаружено не было. Здесь имеются только косвенные свидетельства о том, что такая взаимосвязь существует. Если учесть тот факт, что базисные убеждения в различной степени тесно связаны с параметрами шестифакторной модели личности (Черткова, Зырянова, 2019), а эти параметры, в свою очередь, оказываются тесно связанными с чертами Светлой триады личности (Ильичев, Золотарева, 2023), то логично предположить, что и черты Светлой триады будут связанными с базисными убеждениями личности. Это и подтвердило настоящее исследование, но с определенными оговорками. Было установлено, что принципиальную роль во взаимной детерминации веры в человечество, гуманизма и базисных убеждений играют не все, а только одно базисное убеждение – это убеждение в справедливости мира. Вероятно, этот факт можно объяснить тем, что для менталитета современных отечественных студентов понятие справедливости является гораздо более значимым феноменом, чем другие положения, входящие в состав базисных убеждений личности.

На основе проведенного исследования можно дать краткие характеристики черт Темной и Светлой триад личности с позиций их взаимосвязи с ценностными ориентациями и базисными убеждениями.

Макиавеллизм, как известно, проявляется в стратегии и тактике искусного манипулирования. В ходе манипулирования широко используются все средства, в

ход идут лесть, обман, хитрость и т.п. Использование этих средств оправдывается базисным убеждением макиавеллиста в том, что *мир устроен несправедливо*, поэтому в их применении нет ничего зазорного. Это убеждение органически связано с пренебрежением безопасностью на фоне нетерпимого отношения к людям. Полученные в настоящем исследовании данные хорошо соотносятся с результатами других авторов. В частности, К. Блетнер, С. Бергольд (Blötner & Bergold, 2022) в своей статье отмечают, что макиавеллизм имеет общие связи с недоброжелательностью, нечестностью и цинизмом. К таким же выводам приходят Ж.Г. Гаранина и Н.Е. Кулешова, которые на основе эмпирического исследования сделали вывод о том, что макиавеллизм у студентов проявляется в способности индивида к доминированию при низком уровне дружелюбия к другим людям (Гаранина, Кулешова, 2022).

Для нарциссизма наиболее характерной чертой является ценность собственной личности. Как отмечают С.Л. Кьервик и Б.Дж. Бушман (Kjaervik & Bushman, 2021), люди с высоким уровнем нарциссизма считают себя особенными, заслуживающими особого отношения. Когда их ожидания не оправдываются, они реагируют агрессивно. Для того, чтобы поддерживать высокое мнение о собственной личности, нужен инструмент в виде престижа, социального статуса, то есть всего того, что дает ощущение господства и контроля над людьми. Таким инструментом является власть, что и было доказано в нашем исследовании. С одной стороны, ценность «Я» и власть оказывают влияние на формирование нарциссических черт, с другой стороны, сами эти черты создают предпосылки для развития специфического спектра ценностных ориентаций и убеждений не только в исключительности своей личности, но и в удаче, и в контроле.

Замыкает Темную триаду психопатия. М.С. Егорова и М.А. Ситникова, обобщая исследования, посвященные психопатии, выделяют ряд ее характеристик. К ним относятся: низкая тревожность и бесстрашие; импульсивность и безответственность; эмоциональная холодность, склонность к обману и манипулированию (Егорова, Ситникова, 2014). Полученные нами данные дополняют эту характеристику. Было установлено, что на психопатию положительное воздействие оказывает ценность стимулирования, в основе ее лежит потребность в новых ощущениях, и отрицательное воздействие – две ценности, безопасности и универсализма.

Черты Светлой триады, как показало наше исследование, образуют более тесную связь друг с другом, чем черты Темной триады, что свидетельствует о том, что они образуют более тесный комплекс или даже конгломерат личностных качеств, который оказался взаимосвязан как с ценностными ориентациями, так и с базисными убеждениями. Для студентов с преобладанием Светлых черт личности на передний план выдвигаются ценности безопасности и доброжелательного, терпимого отношения к людям (универсализм) на фоне убеждения в том, что мир устроен по законам справедливости. Наличие этого комплекса качеств создает благоприятные предпосылки для развития ряда ценностей, в том числе и ценностей достижения, следования традициям, и практически всех базисных убеждений личности при ведущей роли убеждения в справедливости мира.

В целом необходимо констатировать, что выдвинутые нами гипотезы подтвердились лишь частично.

Согласно первой гипотезе, подтвердилась положительная связь, основанная на взаимовлиянии, нарциссизма с ценностью власти, и отрицательная связь психопатии с ценностью универсализма, положительная связь гуманизма и кантианства с ценностью универсализма. Не подтвердилась отрицательная связь, основанная на взаимовлиянии, с ценностью самоутверждения.

Согласно второй гипотезе, подтвердилась положительная связь, основанная на взаимовлиянии, нарциссизма с ценностью «Я», а также положительная связь, основанная на взаимовлиянии, веры в человечество и гуманизма с убеждением в справедливости мира. Остальные предполагаемые взаимосвязи не подтвердились. Но было выявлено отрицательное влияние убеждения в справедливости мира на проявление макиавеллизма, и односторонне положительное влияние гуманизма на ценность «Я» и удачу.

**Ограничения исследования** обусловлены, во-первых, спецификой контингента, основу которого составили представители женского пола (69,46%); во-вторых, преобладанием студентов младших курсов, так как к старшим курсам происходит его (контингента) сокращение (особенно в медицинском университете); в-третьих, преобладанием самооченочных методов исследования, которые вносят определенные искажения в реальную картину выраженности определенных качеств личности, объективная оценка которых возможна только в результате длительного наблюдения или экспертного оценивания.

Тем не менее, результаты, полученные в настоящем исследовании на значительном контингенте студентов из разных вузов России, вселяют уверенность в их достоверности и возможности использования в практической работе со студенческой молодежью.

## **Заключение**

Подводя итоги проведенного исследования, необходимо констатировать, что Темная и Светлая триады личности современных студентов действительно являются интегрированными характеристиками, описывающими своеобразие взаимодействия с другими людьми, которые развиваются и проявляются в тесной взаимосвязи и взаимном влиянии с ценностными ориентациями и базисными убеждениями. В целом был подтвержден тот факт, что доминирующими чертами являются черты Светлой триады, а доминирующими ценностями – самостоятельность, достижение, гедонизм, доброжелательность и универсализм, из базисных убеждений ведущая роль принадлежит ценности собственной личности и вере в свою удачливость, что вполне вписывается в возрастную характеристику личности современного студента.

Корреляционный и регрессионный анализ позволили установить сложные связи, а также взаимозависимости между чертами Темной и Светлой триад, ценностными

ориентациями и базисными убеждениями. Выявлены: 1) односторонняя связь низкой ценности безопасности и универсализма, убеждения в несправедливости мира с макиавеллизмом; 2) двусторонняя связь ценности власти и ценности «Я» с нарциссизмом; 3) ценности стимулирования в сочетании с низким уровнем безопасности и универсализма с психопатией; 4) убеждения в справедливости мира с верой в человечество; 5) ценностей безопасности, доброжелательности, универсализма, убеждения в справедливости мира с гуманизмом; 6) доброжелательности и универсализма с кантианством.

Общий вывод, который можно сделать из проведенного исследования, состоит в признании важности развития у студентов черт Светлой триады личности, особенно это значимо для профессий социономического типа, связанных с работой с людьми. А для этого необходимо особое внимание обратить на формирование трех ценностных ориентаций: безопасности, доброжелательности, универсализма, а также убеждения в справедливости мира, которые, с одной стороны, выступают предикторами черт Светлой триады личности, а с другой стороны, сами создают благоприятную почву для развития у студентов гуманистической направленности личности.

### ***Перспективы дальнейших исследований***

Проведенное исследование попутно высветило ряд важных вопросов, в том числе и вопрос о возможной связи черт Темной и Светлой триад личности с иррациональными убеждениями студентов, что и будет являться предметом дальнейших изысканий.

Полученные результаты могут быть использованы как в исследовательском плане, так и в практической деятельности со студентами в процессе оказания помощи в выборе траектории саморазвития, воспитания у себя качеств личности, способствующих выстраиванию позитивных отношений с другими людьми.

### ***Литература***

- Гаранина, Ж. Г., & Кулешова, Н. Е. (2022). Психологические особенности взаимосвязи манипулятивных склонностей и межличностных отношений студентов. *Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования*, 22(4), 477–486. <https://doi.org/10.15507/2078-9823.060.022.202204.477-486>
- Дериш, Ф. В. (2019). Половые особенности взаимосвязи Темной триады личности и эмоционального интеллекта. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*, 3, 356–371. <https://doi.org/10.17072/2078-7898/2019-3-356-371>
- Егорова, М. С., & Ситникова, М. А. (2014). Темная триада. *Психологические исследования*, 7(38). <https://doi.org/10.54359/ps.v7i38.580>
- Егорова, М. С., Ситникова, М. А., & Паршикова, О. В. (2015). Адаптация Короткого опросника Темной триады. *Психологические исследования*, 8(43). <https://doi.org/10.54359/ps.v8i43.1052>
- Ильичев, Р. И., & Золотарева, А. А. (2023). Пилотажная оценка и предварительные психометрические свойства русскоязычной версии шкалы Светлой триады. *Национальный психологический журнал*, 2(50), 3–13. <https://doi.org/10.11621/npj.2023.0201>

- Корниенко, Д. С., Вязовкина, В. К., & Неврюев, А. Н. (2023). «Светлая триада»: адаптация и психометрические показатели. *Психологический журнал*, 44(5), 66–75. <https://doi.org/10.31857/S020595920027725-3>
- Лебедева, Н. М. (2023). *Этнопсихология*. Москва: Юрайт.
- Маралов, В. Г., Кудака, М. А., & Смирнова, О. В. (2024). Выбор позиций взаимодействия: Темная и Светлая триады как предикторы поведения. *Российский психологический журнал*, 21(2), 222–239. <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.2.13>
- Маркина, О. С. (2023). Роль базисных убеждений для психологического благополучия личности в условиях транзитивности общества. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки*, 2, 61–73. <https://doi.org/10.18384/2310-7235-2023-2-61-73>
- Падун, М. А., & Котельникова, А. В. (2012). *Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика*. Москва: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Пустовик, В. А., & Храмова, Л. М. (2022). Связь компонентов Темной триады с базисными убеждениями и эмпатией. В *Системное исследование индивидуальности растущего человека как субъекта образования: Материалы всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Пермь, 16 декабря 2021 года* (с. 308–313). Пермь: «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет».
- Филенко, И. А., Богомаз, С. А., Атаманова, И. В., & Левицкая, Т. Е. (2023). Базисные убеждения и психологическое здоровье современной молодежи: медиационный анализ взаимодействий с учетом фактора пола. В *Актуальные проблемы современной социальной психологии и ее отраслей* (с. 522–530). Москва: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Цветкова, Н. А., & Лагвилава, К. Е. (2022). Ценности и базисные убеждения работающих и неработающих студентов. *Вестник университета*, 8, 203–211. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2022-8-203-211>
- Черткова, Ю. Д., & Зырянова, Н. М. (2019). Взаимосвязь базисных убеждений с диспозиционными чертами личности, локусом контроля и удовлетворенностью жизнью. *Социальные и гуманитарные науки: теория и практика*, 1(3), 775–789.
- Blötner, C., & Bergold, S. (2022). To be fooled or not to be fooled: Approach and avoidance facets of Machiavellianism. *Psychological Assessment*, 34(2), 147–158. <https://doi.org/10.1037/pas0001069>
- Chabrol, H., Van Leeuwen, N., Rodgers, R., & Séjourné, N. (2009). Contributions of psychopathic, narcissistic, Machiavellian, and sadistic personality traits to juvenile delinquency. *Personality and Individual Differences*, 47(7), 734–739. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.06.020>
- Correia, I., & Dalbert, C. (2008). School Bullying: Belief in a Personal Just World of Bullies, Victims, and Defenders. *European Psychologist*, 13(4), 248–254. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.13.4.248>
- Ferrajão, P. C., & Elklit, A. (2020). The contributions of different types of trauma and world assumptions to predicting psychological distress. *Traumatology*, 26(1), 137–146. <https://doi.org/10.1037/trm0000208>
- Gouveia, V. V., de Oliveira, I. C. V., de Moura Grangeiro, A. S., Monteiro, R. P., & de Holanda Coelho, G. L. (2021). The bright side of the human personality: Evidence of a measure of prosocial traits. *Journal of Happiness Studies*, 22(3), 1459–1480. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00280-2>
- Guo, Y., Chen, X., Ma, J., Li, Y., & Hommey, C. (2022). How belief in a just world leads to prosocial behaviours: The role of communal orientation. *Personality and Individual Differences*, 195, Article 111642. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111642>
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 7(2), 113–136. <https://doi.org/10.1521/soco.1989.7.2.113>

- Johnson, L. K. D. (2018). *The Light Triad Scale: Developing and Validating a Preliminary Measure of Prosocial Orientation* [Doctoral dissertation, Western University]. Electronic Thesis and Dissertation Repository. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/5515>
- Jonason, P. K., Foster, J. D., Kavanagh, P. S., Gouveia, V. V., & Birkás, B. (2018). Basic Values and the Dark Triad Traits. *Journal of Individual Differences*, 39(4), 220–228. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000267>
- Kajonius, P. J., Persson, B. N., & Jonason, P. K. (2015). Hedonism, Achievement, and Power: Universal values that characterize the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 77, 173–178. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.055>
- Kaufman, S. B., Yaden, D. B., Hyde, E., & Tsukayama, E. (2019). The light vs. dark triad of personality: Contrasting two very different profiles of human nature. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 467. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00467>
- Kjaervik, S. L., & Bushman, B. J. (2021). The link between narcissism and aggression: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 147(5), 477–503. <https://doi.org/10.1037/bul0000323>
- Li, J., Liu, C., Albertella, L., Rotaru, K., Li, K., Zhou, Y., Wei, X., Yuan, S., Liu, X., & Ren, L. (2024). Network analysis of the association between Dark Triad traits and depression symptoms in university students. *Personality and Individual Differences*, 218, Article 112495. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112495>
- Lim, V., & Feldman, G. (2020). Values and the dark side: Meta-analysis of links between Dark Triad traits and personal values [Registered Report Stage 1]. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.21755.05920/2>
- Matthews, L. T., & Marwit, S. J. (2004). Examining the Assumptive World Views of Parents Bereaved by Accident, Murder, and Illness. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 48(2), 115–136. <https://doi.org/10.2190/KCB0-NNVB-UGY6-NPYR>
- Musek, J., & Grum, D. K. (2021). The bright side of personality. *Heliyon*, 7(3), Article e06370. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06370>
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36(6), 556–563. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6)
- Poulin, M., & Cohen Silver, R. (2008). World benevolence beliefs and well-being across the life span. *Psychology and Aging*, 23(1), 13–23. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.23.1.13>
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50(4), 19–45. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1994.tb01196.x>
- Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116>
- Zhang, M. (2021). Assessing Two Dimensions of Interpersonal Trust: Other-Focused Trust and Propensity to Trust. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 654735. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.654735>

Поступила в редакцию: 22.09.2025

Поступила после рецензирования: 11.11.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

## Заявленный вклад авторов

**Владимир Георгиевич Маралов** – формулирование основной концепции исследований; разработка методологии исследования; подбор диагностического инструментария, вторичная обработка результатов, подготовка выводов и окончательного варианта текста статьи.

**Марина Александровна Кудака** – участие в анализе литературы, сборе и первичной обработке результатов на контингенте студентов Череповецкого государственного университета, подготовка первичного варианта текста статьи.

**Вячеслав Алексеевич Ситаров** – участие в формулировании концепции исследования, разработке методологии, вторичная обработка результатов, подготовка выводов и окончательного варианта текста статьи.

**Лариса Валерьевна Романюк** – участие в анализе литературы, сборе и первичной обработке результатов на контингенте студентов Московского городского педагогического университета, подготовка первичного варианта текста статьи.

**Ирина Ивановна Корягина** – участие в анализе литературы, сборе и первичной обработке результатов на контингенте студентов Ивановского государственного медицинского университета, подготовка первичного варианта текста статьи.

### Информация об авторах

**Владимир Георгиевич Маралов** – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии ФГБОУ ВО «Череповецкий государственный университет», г. Череповец, Российская Федерация; Researcher ID: X-5925-2018, Scopus ID: 57128513900, Author ID: 633771, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9627-2304>; e-mail: [vgmaralov@yandex.ru](mailto:vgmaralov@yandex.ru)

**Марина Александровна Кудака** – кандидат психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психологии ФГБОУ ВО «Череповецкий государственный университет», г. Череповец, Российская Федерация; Researcher ID: V-2277-2018, Author ID: 371039, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0352-390X>, e-mail: [kydakam@mail.ru](mailto:kydakam@mail.ru)

**Ситаров Вячеслав Алексеевич** – доктор педагогических наук, профессор департамента педагогики ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет», г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8426-7487>, e-mail: [sitarov@mail.ru](mailto:sitarov@mail.ru)

**Романюк Лариса Валерьевна** – доктор педагогических наук, профессор департамента педагогики ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет», г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2764-8205>, e-mail: [lora1408@mail.ru](mailto:lora1408@mail.ru)

**Корягина Ирина Ивановна** – кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Ивановский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения России, г. Иваново, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7821-6819>, e-mail: [koryaginairina@mail.ru](mailto:koryaginairina@mail.ru)

### Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.99

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.4>

## Реконструкция переживания ситуации захвата заложниками на основе анализа нарративов

Мария О. Булич\* , Галина У. Солдатова 

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва,  
Россия

\*Почта ответственного автора: [mariya.bulichh@gmail.com](mailto:mariya.bulichh@gmail.com)

---

### Аннотация

**Введение.** Захват заложников – одна из самых стрессогенных экстремальных ситуаций, оказывающих длительное воздействие на психику пострадавших. С опорой на концепцию переживания Ф. Е. Василюка в статье исследуются психологические феномены переживания заложниками террористического акта. **Новизна исследования** заключается в индуктивной реконструкции структуры переживания заложников как целостного субъективного процесса, протекающего в течение «ситуации захвата». **Методы.** С использованием метода обоснованной теории исследуются вторичные качественные источники – нарративы очевидцев (интервью в печатных и видео-форматах, воспоминания, открытые дневниковые записи в онлайн-формате), переживших трагедию заложников в Беслане и на Дубровке. Общий объем материалов составил 23 текста, возраст интервьюируемых и очевидцев на момент захвата у всех участников был от 18 лет. Аналитическая процедура включала открытое и осевое кодирование, метод постоянного сравнения категорий. Для повышения надежности использовалось двойное кодирование: часть материалов была независимо проанализирована внешним экспертом, имеющим опыт в области психологии экстремальных ситуаций. **Результаты.** Выделены ключевые категории, отражающие субъективный опыт заложников непосредственно во время захвата. Описаны особенности и структурные элементы эмоционального, когнитивного, поведенческого компонентов переживания, в том числе в контексте феномена стокгольмского синдрома, а также динамические особенности и переходы между выделенными феноменами и структурными компонентами (от шока к надежде, от оцепенения к мобилизации). **Обсуждение результатов.** Полученные результаты

углубляют понимание психологической работы личности в момент экстремального события и служат основой для дальнейшей реконструкции динамических аспектов переживания заложников как особой внутренней деятельности в ситуации террористического акта.

### **Ключевые слова**

переживание, заложники, экстремальный стресс, нарратив, стокгольмский синдром, обоснованная теория

### **Для цитирования**

Булич, М. О., Солдатова, Г.У. (2026). Реконструкция переживания ситуации захвата заложниками на основе анализа нарративов. *Российский психологический журнал*, 23(1), 61–79, <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.4>

---

## **Введение**

Экстремальные ситуации – это события, сопряженные с реальной угрозой жизни, внезапностью и высокой неопределенностью (Drury, 2007). Захват заложников представляет собой одну из наиболее травматичных форм стрессовых ситуаций. Он включает сочетание физического и психологического насилия, угрозу жизни, утрату свободы и контроля над происходящим. В отличие от стихийных бедствий или техногенных катастроф, здесь агрессия исходит от другого человека или группы людей и воспринимается как преднамеренная, что резко нарушает базовые представления о безопасности, предсказуемости и доверии к миру, деформирует образ реальности и подрывает устойчивые личностные структуры, в том числе базовые убеждения о себе и мире (Зинченко, Солдатова, Шайгерова, 2011; Солдатова, Шайгерова, Шляпников, 2008; Шойгу, 2007; Шойгу, 2019).

Анализ международной организации «Помощь заложникам по всему миру» (2024) показал, что в период с 2000 по 2019 годы число удержаний заложников, как государственными, так и негосударственными субъектами, увеличилось более чем в 30 раз. В аналитическом прогнозе отмечено, что эта тенденция будет сохраняться и в 2020–2029 годах (Hostage Aid Worldwide, 2024). В России наиболее крупными случаями остаются ситуации в Буденновске (1995), на Дубровке (2002) и в Беслане (2004), где были захвачены сотни мирных граждан. Несмотря на наличие публикаций, посвященных последствиям терактов, непосредственный субъективный опыт заложников в момент удержания по-прежнему остается малоизученным, при этом понимание особенностей «острых» состояний и их динамики играет важную роль при планировании спасательных операций во время и после инцидента (Решетников, 2006).

Согласно концепции Ф. Е. Василюка, переживание критической ситуации представляет собой особую форму внутренней психической активности, направленной на преодоление кризиса и восстановление целостности жизненного мира (Василюк, 1984; 2014). «Ситуация захвата» или «захват заложников» в юридическом контексте обычно рассматривается как ситуация захвата или удержания лица (лиц) в качестве заложников с целью принуждения третьей стороны к совершению или отказу от совершения каких-либо действий как условия освобождения заложника (Уголовный кодекс Российской Федерации [УК РФ], 1996, ст. 206). Это преступление относится к числу наиболее тяжелых по типологии кризисов, так как предполагает возникновение серьезных угроз для личности: фрустрацию, опасность для жизни, дезориентацию, утрату контроля и разрушение смысла. В настоящем исследовании переживание трактуется на основе концепции Ф.Е. Василюка как внутренняя деятельность субъекта, возникающая в ответ на разрушение устойчивого жизненного порядка и направленная на его восстановление (Василюк, 1984; 2014).

В настоящее время в психологии отсутствуют реконструированные описания субъективного опыта заложников, позволяющих выявить его содержательные и структурные компоненты. Несмотря на развитие исследований посттравматического стресса (Bisson, 2007; Brewin, Andrews & Valentine, 2000) и посттравматического роста (Tedeschi & Calhoun, 2004), изучение последствий экстремальных ситуаций для военных, жертв терроризма, захвата заложников и их семей (Easton & Turner, 1991; Favaro, 2000; Solomon, 1988; Laufer & Solomon, 2006; Отрадинская, 2011), негативных психических процессов, характерных для фазы удержания в «ситуации захвата», остаются малоизученными.

Цель исследования: психологическая реконструкция феноменологии переживания ситуации захвата на основе анализа нарративных данных бывших заложников.

Мы предполагаем, что субъективное переживание заложниками ситуации захвата имеет сложную внутреннюю структуру и включает феномены, отражающие различные аспекты внутренней психической деятельности человека в условиях экстремальной угрозы. Эти феномены могут быть реконструированы путем индуктивного анализа нарративов бывших заложников.

Новизна исследования заключается в индуктивной реконструкции структуры переживания заложников как целостного субъективного процесса, протекающего в момент захвата. Выделены и описаны основные компоненты переживания, включая динамические проявления и возможные взаимосвязи, что расширяет представления о природе адаптации человека к экстремальному стрессу и дает основания для дальнейшего изучения динамических аспектов кризисного реагирования.

## Методы

В исследовании использован метод обоснованной теории (Strauss & Corbin, 1998; Charmaz, 2006; Clarke, 2005), позволяющий выстраивать концептуальные модели на

основе индуктивного анализа текстов. Материалом послужили нарративные данные бывших заложников, полученные из открытых источников: интервью, документальных фильмов, онлайн-дневников. Применялись процедуры начального, фокусированного и теоретического кодирования, что позволило выявить основные категории и их взаимосвязи, а также двойного кодирования для повышения валидности. Этические требования были соблюдены за счет анализа только публичных данных без обращения к респондентам напрямую.

Для анализа феноменов психологического переживания в условиях теракта в настоящем исследовании использованы вторичные данные в виде нарративов бывших заложников — текстов от первого лица, опубликованных в открытых источниках. Решение опереться на подобные материалы продиктовано как этическими, так и методологическими соображениями. Прямой сбор данных (например, интервьюирование) представляет значительный риск ретравматизации для пострадавших и зачастую невозможен по причине временной удаленности событий (Heaton, 2004; Hinds, 1997). Личные тексты, уже находящиеся в открытом доступе, позволяют исследователю работать с реальными свидетельствами, не нарушая приватности и не вовлекая людей в повторное воспроизведение травматического опыта (Heaton, 2004).

Использование нарративов как эмпирического материала основано на принятых в качественной методологии представлениях о том, что такие тексты являются не только допустимым, но и значимым источником данных о субъективном опыте (Wertsch, 2002; Ankersmit, 2005). Подобная позиция соотносится с культурно-исторической традицией, в которой внутренние психические процессы рассматриваются как опосредованные социальным взаимодействием и формируемые в речи (Выготский, 1983). Согласно концепции памяти Ф. Бартлетта, воспоминание представляет собой реконструктивный процесс, в котором исходный опыт воспроизводится не буквально, а через призму культурных и личностно-смысловых схем (Bartlett, 1932). В данном исследовании эта позиция учитывается как методологическое допущение: осознавая, что тексты не отражают события в их объективной последовательности, исследователь рассматривает их как выражение личной переработки травматического опыта. Однако при фокусе на фрагментах, содержащих описание состояний и реакций, возникших в период пребывания в заложниках, такие тексты становятся возможным источником сведений о феноменах переживания.

Эмпирический материал составили тексты-нарративы очевидцев захватов: расшифрованные интервью, опубликованные воспоминания, личные записи в блогах от первого лица. Конкретно были отобраны свидетельства жертв двух терактов в России: захвата школы в Беслане (2004 г.) и театрального центра на Дубровке (Норд-Ост, 2002 г.).

Для повышения валидности исследования и учета реконструктивной природы памяти в анализ включались только те тексты, которые отвечали следующим требованиям:

- авторство от первого лица: текст должен быть представлен как личное свидетельство пережившего человека;
- наличие описаний событий, происходивших в момент пребывания в заложниках (а не после освобождения);
- вербализация собственных состояний, впечатлений и реакций, связанных с непосредственным переживанием в момент ситуации захвата;
- достаточная конкретность и подробность нарратива, позволяющая выделить осмысленные единицы анализа.

Из анализа исключались материалы, которые:

- представляли собой пересказ событий третьими лицами (журналистами, родственниками, исследователями);
- содержали исключительно постфактум-рефлексию — размышления об уроках, смыслах, моральных или политических выводах;
- не позволяли надежно установить временной локус описываемого опыта (например, тексты с размытыми временными рамками или абстрактным изложением);
- не содержали признаков внутреннего реагирования на ситуацию (например, ограничивались сухим или исключительно внешним изложением хода событий).

В исследовании изучались 23 текста, суммарный объем которых составил 144 машинописных страницы. Среди них: 8 текстов, посвященных теракту в Беслане; 15 текстов, посвященных теракту на Дубровке; 4 текста представляли собой стенограммы видеоподкастов, включающие речевые и невербальные маркеры (например, описание интонаций, плача, смеха). Эти интервью не содержали визуального ряда, позволяющего дополнительно анализировать феномен переживания в ситуации захвата, и потому анализировались как текстовые данные, включенные в общий массив источников.

Возраст интервьюируемых и очевидцев на момент захвата варьировал **от 18 до 63 лет** по имеющимся в источниках биографическим сведениям.

С учетом требований российского законодательства об авторских правах и уважения к частной жизни пострадавших, в тексте статьи прямое цитирование применяется исключительно к материалам, находящимся в публичном доступе, и только в том объеме, который оправдан научными задачами исследования. В аналитической части используются в большей степени обобщенные формулировки, а типичные формы переживаний описываются на основе обезличенных примеров.

Метод обоснованной теории использовался в конструктивистской версии (Clarke, 2005; Charmaz, 2006), согласно которой теория рассматривается как результат смысловой работы исследователя в контексте конкретного аналитического взаимодействия с текстами. Такой подход допускал реконструкцию феноменов переживания как живого субъективного опыта, не сводимого к заранее определенным объяснительным моделям.

Единицей анализа на этапе открытого кодирования в исследовании выступали фрагменты нарративов, содержащие высказывания, описывающие внутренние состояния, реакции и формы поведения заложника в момент захвата. Эти фрагменты в дальнейшем подвергались первичному кодированию с последующей категоризацией. Близкие по значению единицы группировались в укрупненные категории, репрезентирующие устойчивые модусы реагирования и содержания субъективного опыта. На последующих этапах осевого и теоретического кодирования выстраивались связи между категориями, а также результаты соотносились с концепцией переживания, что позволило реконструировать его структуру и выделить особенности внутренней организации. Сопоставление кодов с исходными текстами велось на протяжении всего анализа, что обеспечивало поэтапную абстракцию и формирование концептуального каркаса (Хорошилов, Машков, 2020; Мельникова, Хорошилов, 2020; Бусыгина, 2022).

Анализ осуществлялся вручную с использованием табличной системы на базе Microsoft Excel. Такой подход был обусловлен как умеренным объемом материала, так и необходимостью постоянного соотнесения кода с контекстом нарратива, что требовало высокой гибкости и контроля со стороны исследователя.

Для повышения надежности использовалось двойное кодирование: часть материалов была независимо проанализирована внешним экспертом, имеющим опыт в области психологии экстремальных ситуаций. Сопоставление кодов проводилось на уровне укрупненных категорий; расхождения обсуждались до достижения согласия в интерпретации. Формализованная оценка коэффициента согласованности не проводилась, поскольку в конструктивистском подходе приоритет отдается качественной интерпретации и интерсубъективной согласованности аналитических позиций.

Анализ завершался на этапе достижения теоретического насыщения — момента, когда новые данные переставали вносить существенные изменения в состав и структуру категорий, подтверждать устойчивость сформированной концептуальной модели.

## Результаты

В ходе качественного анализа была выделена 401 единица анализа, описывающая различные особенности состояния заложников во время захвата. На этапе фокусированного и теоретического осмысления эти единицы были сгруппированы в три обобщенные категории, отражающие условную структуру переживания: эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Внутри каждой из них были выделены подкатегории, уточняющие типы реакций и содержания субъективного опыта. Кроме того, была оформлена отдельная категория, отражающая проявления механизмов идентификации с агрессором, аналогичных стокгольмскому синдрому. Все выделенные категории представлены в табл. 1.

**Таблица 1**

*Категории, полученные в результате анализа переживания заложников во время теракта, и их содержание*

<b>Категория</b>	<b>Подкатегории / Содержание (при отсутствии подкатегорий)</b>
<b>Эмоциональный компонент</b>	Страх, аффект, стресс, спокойствие, злость, паника, агрессия, отчаяние, эмоциональное оцепенение, тревога.
<b>Когнитивный компонент</b>	Искажение восприятия ситуации Отношение к ситуации Взаимодействие с заложниками
<b>Поведенческий компонент</b>	Взаимодействие с захватчиками Отношения с внешним миром Обеспечение безопасности Индивидуальное совладающее поведение
<b>Стокгольмский синдром</b>	Сопереживание и понимание по отношению к захватчику, идентификация с агрессором

### ***Эмоциональный компонент***

Анализ эмоциональных реакций заложников позволяет рассматривать их не только как непосредственные аффективные проявления, но и как часть внутренней работы субъекта в условиях экстремального кризиса. Согласно концепции переживания Ф. Е. Василюка (1984), подобные состояния отражают особую форму жизнедеятельности, возникающую при блокировке внешнего действия и направленную на восстановление нарушенных связей с жизненным миром и сохранение внутренней целостности личности.

Во многих нарративах описаны интенсивные состояния страха, ужаса, ступора, оцепенения, которые возникают на фоне резкого краха привычной смысловой структуры: «кто-то наоборот окаменел», (BBC News Russian, 2017, параграф 11), «Все были очень сильно испуганы», «В первые часы мое состояние было паническим» (Степанова, 2006, с. 1). Эти переживания могут пониматься как начальная стадия переживания в деятельностном смысле, в которой субъект фиксирует разрушение опор и запускает процесс внутреннего реагирования (Василюк, 1984).

Острые аффективные проявления – плач, крики, истерический смех – могут рассматриваться как способы спонтанной регуляции аффективного перенапряжения,

вызванного травматическим событием. Данные феномены иллюстрируют примеры: «кто-то впал в истерику» и «у народа была и паника, и истерика» (BBC News Russian, 2017, параграфы 11, 24), «у кого-то начиналась истерика» (Степанова, 2006, с. 1). Согласно модели М. Хоровица, подобные реакции можно отнести к стадии дезорганизации, они служат переходом к когнитивной переработке травматического опыта (Hogowitz, 1986). С точки зрения модели совладания они также могут интерпретироваться как эмоционально ориентированные стратегии копинга, направленные на снижение субъективного дистресса (Lazarus & Folkman, 1984). Такие механизмы не противоречат пониманию переживания, а могут быть вписаны в его структуру как часть попытки сохранить субъективную устойчивость в условиях заблокированной активности.

В некоторых случаях участники описывали состояния эмоционального онемения, отрешенности или внутреннего «выключения»: «впали в какое-то оцепенение», «просто и без эмоций», «взяла и отстранилась» (Рохлин и др., 2003, параграфы 32–33). Эти состояния можно соотнести с концепцией переживания Ф. Е. Василюка, в которой критическая ситуация понимается как состояние невозможности действия и реализации значимых потребностей (Василюк, 1984). В этом контексте эмоциональное онемение может рассматриваться как первичная реакция на данную невозможность, которая в дальнейшем может переходить в процесс внутренней деятельности по переживанию критической ситуации. Параллельно подобные описания находят отклик в теории посттравматической диссоциации, в рамках которой они рассматриваются как адаптивный механизм временного отключения в условиях крайней угрозы (Van der Kolk, 2014).

Эпизоды гнева или агрессии, направленные на террористов или неопределенный внешний объект, могут трактоваться как попытки мобилизации и сохранения активности в условиях утраты контроля. В концепции Василюка такие проявления можно интерпретировать как внутреннее действие — форму сопротивления ситуации и восстановления субъектной позиции (Василюк, 1984). Аналогично, по данным Дж. Янов-Бульман, гнев в условиях травмы может выполнять функцию защиты нарушенных базовых убеждений и служить механизмом переработки бессилия (Janoff-Bulman, 1992).

Таким образом, эмоциональный компонент переживания не сводится к перечню чувств, а охватывает сложную внутреннюю динамику — от потрясения к попыткам внутреннего упорядочивания и мобилизации. Эти данные подтверждают понимание переживания как деятельностного процесса, восстанавливающего связность субъекта с собой и с миром (Василюк, 1984). Нарративы, содержащие элементы смены состояний, подводят к необходимости дальнейшего изучения динамической структуры переживания, включая ее фазовые и функциональные переходы.

### ***Когнитивный компонент***

Данный компонент включает особенности восприятия, внимания, памяти, мышления и оценочных суждений, отраженные в нарративах заложников. Его анализ позволяет

выявить, как когнитивные процессы взаимодействуют с эмоциональным фоном, формируют устойчивые или, напротив, фрагментарные внутренние картины происходящего. В русле концепции переживания Ф. Е. Василюка такая внутренняя активность может трактоваться как форма деятельностной переработки критической ситуации, возникающая в условиях невозможности внешнего действия и направленная на восстановление нарушенного жизненного мира и сохранение целостности субъекта (Василюк, 1984).

Во многих свидетельствах зафиксированы эпизоды дереализации: происходящее описывается как «нереальное», как фильм. Эти состояния могут быть интерпретированы как проявления диссоциации — защитной реакции, снижающей эмоциональную интенсивность через нарушение восприятия (Van der Kolk, 2014). Также отмечается сужение внимания до отдельных сенсорных элементов (звуков, лиц, движений) при игнорировании остального фона. Подобная фокусировка соответствует феномену «туннельного внимания», возникающему при восприятии угрозы и связанному с перераспределением когнитивных ресурсов на наиболее значимые стимулы (Horowitz, 1986). В терминах Ф.Е. Василюка такая концентрация может рассматриваться как первичная адаптивная форма внутренней активности, позволяющая удерживаться в ситуации за счет сохранения минимальной ориентировки в происходящем.

Наряду с этим, в нарративах часто упоминаются искажения временной и пространственной ориентации: субъективное ощущение «остановившегося» или «растянутого» времени, нарушение последовательности событий: «не понимала, где ночь, где день» (Локшина, 2002, параграф 20), «время шло очень медленно», «я засыпал минут на пятнадцать, а казалось, что спал несколько часов» (Сталь, 2002, с. 2–3). Эти феномены согласуются с описаниями нарушений хроноперцепции в условиях травматического стресса (Lifton, 1967) и могут рассматриваться как проявления дестабилизации структуры жизненного времени. В концепции Ф.Е. Василюка это может соотноситься с фазой «разрыва» в структуре переживания, когда привычная организация жизненного мира оказывается нарушена и требует внутренней реконструкции (Василюк, 1984).

При этом в ряде нарративов описаны когнитивные акты, направленные на осмысление происходящего: внутренние вопросы, мысленные сценарии развития событий, прогнозы и планы («Специально вспоминали какие-то бытовые мелочи, планы строили»; Амелькина, Велигжанина, Сафонова, 2002, параграф 16). Эти элементы могут трактоваться как формы смыслообразующей деятельности, отражающей стремление субъекта восстановить связность и предсказуемость мира (Park, 2010; Janoff-Bulman, 1992). В теории переживания такие процессы соответствуют фазе «развертывания» — активной внутренней работе, способствующей преодолению когнитивного разрыва и возвращению субъектной позиции.

Наконец, динамика когнитивной оценки происходящего — от шока к кратковременной надежде, от отчаяния к внутренней мобилизации — подчеркивает

тесную связь между когнитивными и эмоциональными процессами. В рамках теории переживания эти переходы можно интерпретировать как аспекты в том числе процессов восстановления жизненного мира и субъектной активности, нарушенных экстремальной ситуацией.

Таким образом, когнитивный компонент охватывает не только нарушения восприятия, памяти и мышления, но и элементы внутренней переработки, направленные на интеграцию критического опыта. Это позволяет рассматривать переживание как активный, поэтапный процесс смысловой реконструкции, протекающий в условиях утраты внешнего действия и требующий мобилизации внутренних ресурсов субъекта.

Поведенческий компонент включает разнообразные действия, предпринимаемые заложниками в условиях террористического захвата. Эти действия можно рассматривать как внешние проявления внутренней работы субъекта по преодолению критической ситуации. В контексте концепции переживания Ф. Е. Василюка поведение отражает не только реакцию на угрозу, но и попытки сохранить субъектность, восстановить целостность и обрести опору в условиях, где прежние способы действия становятся недоступными.

Одним из центральных поведенческих векторов становится стремление обеспечить физическую безопасность. Сюда входят действия по укрытию, соблюдение требований террористов. Подобные проявления могут трактоваться как попытки минимизации угрозы и концентрации ресурсов на поддержании жизни. Несмотря на внешнюю пассивность, эти действия могут быть осмыслены как стратегия выбора меньшего зла, отражающая адаптивную активность в условиях ограничения.

Наряду с этим наблюдаются индивидуальные стратегии совладания, направленные не столько на внешнюю ситуацию, сколько на внутреннее состояние. Использование молитвы («тогда стала молиться, молиться очень искренне», «мы даже вместе молились» (Лютых, Окунев, 2022, параграфы 37, 39)), фантазирования, ментального отвлечения («Мы все время во что-нибудь играли. В слова, морской бой, дурацкие крестик-нолики, до колик смеялись (Рохлин др., 2003, параграф 34)») и других форм самоуспокоения указывает на попытку субъекта сохранить внутренний порядок, символическую опору и связность сознания. В терминах Ф. Е. Василюка такие действия можно рассматривать как способы «работы переживания», где человек ищет новые основания для удержания себя в ситуации, разрушившей привычный способ бытия.

Поведенческий компонент включает также взаимодействие с другими заложниками, где проявляется стремление к поддержке, взаимопомощи, совместной регуляции эмоционального напряжения: «Рассказывали в лицах соседям, как дальше развивались события в спектакле. Поддерживали, как могли» (Кичин, 2002, параграф 28), «все друг другу как-то помогали» (Лютых, Окунев, 2022, параграфы 37, 39). Эти формы поведения позволяют говорить о коллективном измерении переживания: объединение в минимальное «мы» может служить формой восстановления утраченной социальной структуры и ценностного ориентира. Взаимопомощь, участие, альтруизм,

равно как и игнорирование или отчуждение, становятся индикаторами различного качества и глубины переживания происходящего.

Контакты с захватчиками, пусть и ограниченные, также несут поведенческую нагрузку. Некоторые заложники вступали в диалог, пытались переубедить, влиять, получать информацию, тем самым восстанавливали хотя бы символическое ощущение влияния на происходящее («Мы пытались разговаривать с террористками», «Мы спрашивали, почему же они, мусульмане, поднимают руку...», Степанова, 2006, с. 2). В отдельных случаях подобное поведение может быть интерпретировано как форма поддержания субъектности, где человек использует коммуникацию как инструмент адаптации.

Все это демонстрирует, что поведение заложников нельзя свести к реактивной модели. Оно отражает *динамические переходы* между состояниями: от оцепенения к действию, от подчинения к внутреннему сопротивлению, от дезорганизации к поиску новых форм порядка. Эти переходы не всегда линейны и зависят от множества факторов: личностных ресурсов, социального окружения, символических опор. Анализ поведенческого компонента позволяет фиксировать не только внешние формы адаптации, но и глубинные трансформации в структуре переживания.

Таким образом, поведение в экстремальной ситуации следует рассматривать как важный пласт переживания, в котором отражаются как защитные, так и преобразующие процессы. Это открывает перспективу к изучению **динамического компонента**, фиксирующего изменения форм реагирования и способов удержания субъектности в условиях, разрушающих обыденную жизненную структуру.

**Стокгольмский синдром.** Анализ нарративов показал наличие своеобразных форм идентификации с захватчиком, которые могут быть интерпретированы как проявления феномена, известного в литературе под названием «стокгольмский синдром». Данный феномен является контекстно специфичным, то есть формируется преимущественно в условиях насильственного захвата, длительной изоляции и угрозы жизни, и описан как парадоксальная форма адаптации к экстремальной ситуации, при которой заложники проявляют положительные чувства, сопереживание и симпатию к похитителям (Favao, 2000; Namnyak et al., 2008; Kumar, 2022)

В рамках настоящего исследования подобные проявления не рассматривались как однозначный клинический синдром, но были выделены в отдельный компонент как значимая часть переживания. Такие формы отношения к захватчику можно трактовать как **совладающее поведение**, направленное на снижение внутреннего напряжения и восстановление хотя бы частичной психологической устойчивости в условиях полной внешней зависимости. Это согласуется с идеей Ф.Е. Василюка о переживании как внутренней работе субъекта по восстановлению разрушенного жизненного мира: в ситуации, когда привычные опоры исчезают, человек может стремиться встроиться в новую систему координат — в данном случае в ролевую структуру, навязанную захватчиком.

В материалах прослеживаются два направления подобной адаптации:

1. Формирование сочувствия, эмпатии, символической идентификации с захватчиком. Это выразилось в описаниях сочувствия, попыток понять захватчика, сожаления об обстоятельствах их жизни. Также это может включать как понимание мотивации террористов, так и действий, направленные на установление с ними контакта, помощь им или эмоциональную вовлеченность. Подобные реакции могут представлять собой попытку субъекта снизить воспринимаемую угрозу, превращая фигуру агрессора в потенциально близкого или оправданного. В культурно-исторической логике переживания подобная трансформация позволяет сохранить внутреннюю связанность опыта, пусть и за счет изменения отношения к происходящему.

2. Негативное отношение к властям и внешнему миру. На фоне обостренной уязвимости и ограниченного доступа к информации у некоторых заложников возникали выраженные критические или даже враждебные оценки действий силовых структур. Это может рассматриваться как смещение фокуса агрессии с непосредственного источника угрозы (захватчика) на внешнего наблюдателя, в том числе в связи с тем, что власть часто воспринимается как неэффективная, не спасающая. Такое смещение выполняет защитную функцию, позволяя сохранить в сознании иллюзию управляемости ситуации и минимизировать ощущение полной беспомощности.

Важно подчеркнуть, что подобные проявления не возникали одномоментно. В ряде случаев отмечалась динамика отношений с захватчиком, от страха и ужаса до попыток контакта, сочувствия или даже защиты. Эти переходы подчеркивают необходимость анализа не только содержания переживаний, но и их временной эволюции — динамических сдвигов, которые могут многое сказать о способах совладания с критической ситуацией

Таким образом, подобные феномены следует рассматривать как часть более широкого процесса, в рамках которого человек ищет способы сохранить внутреннее равновесие. Они тесно связаны с остальными выделенными компонентами переживания и могут рассматриваться как индикатор глубины кризиса, с которым сталкивается личность. Их появление требует не оценки, а внимательного и многомерного анализа, в том числе при построении комплексных моделей поведения и переживания заложников.

Следует отдельно упомянуть, что в опыте всех заложников большую роль играло физическое состояние: усталость, жажда, боль от полученных ранений, неудобство поз. Хотя физическое истощение не было выделено нами в самостоятельную категорию (оно выступает постоянным фоном, а не психическим феноменом), его влияние на возможность разворачивания процесса переживания или наоборот выбора автоматических реакций играет важную роль.

## Обсуждение результатов

Проведенный анализ нарративов позволил реконструировать ключевые компоненты переживания ситуации захвата заложников: когнитивный, эмоциональный, поведенческий и феномен, сходный с проявлениями стокгольмского синдрома. Каждый из этих компонентов демонстрирует не только содержательные характеристики, но и динамические изменения в течение времени захвата. В том числе на заключительных этапах кодирования были выявлены важные динамические аспекты, позволяющие продемонстрировать понимание внутреннего процесса переживания как развернутой психической деятельности. Полученные результаты, отражающие данные компоненты переживания, согласуются с результатами обзорных работ, в которых описывается многообразие реакций индивидуальных и групповых заложников, объединенных в эмоциональную, когнитивную, социальную сферу, а также описаны возможные проявления стокгольмского синдрома и некоторые специфические особенности восприятия (Alexander & Klein, 2009; 2010). Недавнее качественное исследование на основе вторичных данных копинг-механизмов людей, находившихся в ситуации в Газе, показало, что внутриличностные и межличностные стратегии совладания используются одновременно и изменяются в зависимости от условий; при этом зрелость, опыт и возраст оказывают влияние на выбор механизмов (Levkovich et al., 2025). Таким образом, соответствие между полученными результатами и литературой подтверждает необходимость рассматривать переживание заложничества как динамический процесс. При этом анализ и обзорных работ, и эмпирических исследований показывает, что переживание не только стадийный процесс, а целостный комплекс взаимосвязанных когнитивных, эмоциональных, поведенческих и социально-значимых стратегий, изменяющихся во времени.

Когнитивный компонент на начальных этапах переживания проявлялся преимущественно в форме фрагментарных и сенсорных образов. Подобные когнитивные особенности описаны и в исследовании Alexander и Klein (2009), где у заложников отмечались спутанность, дезориентация, нарушения концентрации и навязчивые воспоминания.

Под воздействием эмоциональной и ситуационной нагрузки когнитивная переработка происходящего постепенно переходила к более организованной, хотя и часто избирательной интерпретации событий. Внимание фокусировалось на критически значимых стимулах, что можно рассматривать как проявление адаптивной мобилизации когнитивных ресурсов в условиях экстремального стресса.

Данная трансформация когнитивных процессов соотносится с представлением о переживании как деятельности (Василюк, 1984), предполагающей динамическое перераспределение внимания, когнитивных оценок и смысловых ориентиров в зависимости от уровня угрозы и доступности психологических опор.

Эмоциональный компонент также демонстрировал выраженную динамику. В начальной фазе преобладали острые стрессовые реакции (шок, паника, ступор),

тогда как в дальнейшем участники описывали состояния подавленности, агрессии, стремление к смирению или поиску внутреннего равновесия. Сходная динамика эмоциональных состояний зафиксирована в исследованиях копинг-стратегий у бывших пленников, которые нередко опирались на надежду воссоединения с семьей или на религиозную веру, что придавало смысл страданиям и снижало уровень дистресса. В интервью с израильскими заложниками именно надежда на встречу с близкими и вера выступали мощными эмоциональными ресурсами, позволявшими выжить в условиях плена (Levkovich et al., 2025). Эти изменения можно интерпретировать как проявления перехода от фазы аффективной дезорганизации к мобилизации и последующему поиску внутренних ресурсов. Эмоциональные состояния не только оказывали влияние на когнитивную и поведенческую сферы, но и выполняли регулирующую функцию, формируя феномены переживания и поддерживая образ будущего.

Поведенческий компонент варьировался от конформных реакций и избегания до рискованных активных действий, направленных на спасение себя и других. На протяжении захвата прослеживалась смена форм поведения, где пассивные реакции сменялись более активными или, наоборот, действия уступали место адаптивному замиранию. Схожая вариативность поведения отмечается и в межличностных стратегиях, описанных в других исследованиях: заложники переходили от замкнутости к взаимопомощи и «мы-чувству», находили смысл в заботе о детях, использовали профессиональную идентичность как ресурс, а также выстраивали «рекурсивные» отношения с похитителями, что позволяло смягчать угрозы и поддерживать групповую устойчивость (Levkovich et al., 2025). Эти изменения могут быть рассмотрены как последовательные этапы произвольного и непроизвольного реагирования, встроенные в динамику переживания как особой деятельности по восстановлению субъективного контроля и смысловых опор.

Отдельное внимание заслуживает феномен, сходный с проявлениями стокгольмского синдрома, который в ряде случаев развивался на фоне предыдущих компонентов. Его признаки (эмпатия к захватчикам, идентификация, негативизм в отношении властей) также обнаруживали динамическую природу: от первоначального страха и враждебности – к сочувствию, пониманию, благодарности, иногда даже готовности помочь. Данный феномен можно рассматривать как особую форму смыслообразования в условиях утраты внешнего контроля, что согласуется с идеей переживания как процесса внутреннего создания или перестройки жизненного мира в экстремальных обстоятельствах.

Таким образом, результаты анализа подтверждают возможность рассмотрения переживания захвата не как фиксированной реакции, а как развернутой внутренней работы, где каждый компонент может изменяться во времени, взаимодействовать с другими и способствовать либо дезорганизации, либо восстановлению субъектной позиции. Это позволяет выйти за пределы линейных или стадийных моделей и рассматривать динамические комплексы — устойчивые сочетания когнитивных, эмоциональных и поведенческих элементов, сменяющие друг друга в зависимости

от этапа событий и индивидуальных особенностей. Сходная идея прослеживается и в обзорных исследованиях, где подчеркивается множественность и изменчивость реакций заложников (Alexander & Klein, 2009; 2010), а также в недавней работе Levkovich и коллег (2025), показавшей, что внутриличностные и межличностные стратегии совладания функционируют одновременно и трансформируются в зависимости от условий.

Полученные данные также подчеркивают значимость изучения динамики переживания: переходов между состояниями, внутреннего временного развертывания реакции, формирования смыслов и опор в ходе плена. В перспективе представляется ценным анализировать переживание не только по компонентам, но и как целостный процесс во времени, выделяя типичные динамические конфигурации и возможные траектории адаптации.

Особое внимание заслуживает перспектива анализа детской выборки. Дети-заложники, в силу возрастных, когнитивных и эмоциональных особенностей, могут демонстрировать иные формы переживания.

К ограничениям исследования можно отнести использование вторичных данных, отсутствие возможности прямого контакта с респондентами, а также неравномерность представления возрастных, гендерных и ситуативных параметров. Несмотря на это, нарративный материал обладает значительным потенциалом для реконструкции субъективного опыта в условиях, недоступных для традиционных методов

### **Заключение**

Настоящее исследование позволило реконструировать структуру переживания заложников в ситуации террористического захвата, опираясь на анализ их нарративов и метод обоснованной теории. В результате были выделены четыре взаимосвязанных компонента переживания: когнитивный, эмоциональный, поведенческий и компонент стокгольмского синдрома. Каждый из них включает внутреннюю дифференциацию и характеризуется собственной структурой, проявлениями и взаимосвязями с другими аспектами переживания.

Полученные данные демонстрируют, что даже в условиях крайнего внешнего принуждения и отсутствия контроля человек продолжает активную внутреннюю работу по осмыслению, сохранению целостности и адаптации к экстремальной ситуации. Переживание в этой ситуации носит не только ситуативный, но и процессуальный характер.

Важно подчеркнуть, что в ходе анализа были зафиксированы проявления динамических изменений: переходы между психическими состояниями, колебания интенсивности переживания и смена доминирующих форм реагирования. В частности, в нарративах прослеживались **эмоциональные переходы** (от шока и паники к кратковременной надежде, от отчаяния к смирению), **когнитивные изменения** (от фрагментарного и искаженного восприятия происходящего к попыткам осмысления

ситуации и построения мысленных сценариев развития событий), а также **изменения поведенческих стратегий** (от оцепенения к более активным формам поведения).

Описанная динамика указывает на то, что переживание не является статичным набором реакций, а представляет собой процесс, чувствительный к изменениям условий самой ситуации. Так, в ряде свидетельств изменение реакций соотносилось с развитием событий захвата, изменением уровня угрозы, взаимодействием с захватчиками или поддержкой со стороны других заложников. Вместе с тем вариативность описываемых форм реагирования позволяет предположить и роль индивидуальных особенностей личности, например, доступных психологических ресурсов, способов совладания и личностных стратегий интерпретации происходящего. Таким образом, даже ограниченное описание динамических переходов указывает на возможную значимость ситуационных и индивидуальных факторов в развитии переживания экстремальной ситуации.

Анализ динамических аспектов не являлся основной задачей настоящего исследования, выявленные переходы были зафиксированы лишь на уровне отдельных наблюдений. Тем не менее полученные данные указывают на перспективность дальнейшего изучения временного развертывания переживания, а также возможности выделения устойчивых динамических комплексов, отражающих закономерные последовательности изменений в структуре внутренней жизни заложников.

Структура переживания, описанная в работе, отражает не только внутреннюю жизнь субъекта в критической ситуации, но и его отношение к другим людям, миру и самому себе. Эти данные могут быть использованы для разработки психологических вмешательств, программ реабилитации и подготовки специалистов, работающих с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях.

Таким образом, исследование вносит вклад в понимание процессов переживания в экстремальных ситуациях с захватом заложников и открывает новые перспективы для понимания сложности, многоуровневости и динамичности внутреннего мира человека в подобных условиях.

## **Литература**

- Амелькина, А., Велигжанина, А., Сафонова, М. (2002, 31 октября). Рассказывают заложники В. Попов, С. Ильина. Комсомольская правда. [https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvayut-zalozhniki-v.popov-s-ilina\\_ru.html](https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvayut-zalozhniki-v.popov-s-ilina_ru.html)
- Бусыгина, Н. П. (2022). *Качественные и количественные методы исследований в психологии: Учебник для вузов*. Москва: Издательство Юрайт.
- Василюк, Ф. Е. (1984). *Психология переживания*. Москва: Издательство Московского университета.
- Василюк, Ф. Е. (2014). Типы духовного совладания. *Консультативная психология и психотерапия*, 22(5), 139–152.
- Выготский, Л. С. (1983). *Собрание сочинений: В 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики*. Москва: Педагогика.
- Зинченко, Ю. П., Солдатова, Г. У., Шайгерова, Л. А. (2011). Террористический акт как экстремальная ситуация в обществе рисков. *Национальный психологический журнал*, (2), 98–111.

- Кичин, В. (2002, 29 октября). Рассказывает заложник Георгий Васильев. *Nord-Ost*. [https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnik-georgiy-vasilev\\_ru.html](https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnik-georgiy-vasilev_ru.html)
- Локшина, Л. (2002, 30 ноября). Нерастреленная дважды. *Московский комсомолец*. <https://www.mk.ru/editions/daily/article/2002/11/30/130259-nerastreennaya-dvazhdy.html>
- Рохлин, А., Гузаирова, А., Афанасьева, Н., Рыбкин, П. (2003, 24 октября). Рассказывают заложники Н. Любимов, А. Розовская, М. Шумский, М. Казаринова и др. *Nord-Ost*. [https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvayut-zalozhniki-n.lyubimov-a.rozovskaya-m.shumskiy-m.kazarinova-i-dr-2\\_ru.html](https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvayut-zalozhniki-n.lyubimov-a.rozovskaya-m.shumskiy-m.kazarinova-i-dr-2_ru.html)
- Лютых, С., Окунев, Д. (2022, 26 октября). Теракт на Дубровке: воспоминания заложников «Норд-Оста», как проходил штурм театрального центра. *Lenta.ru*. [https://lenta.ru/articles/2022/10/26/nord\\_ost/](https://lenta.ru/articles/2022/10/26/nord_ost/)
- Мельникова, О. Т., Хорошилов, Д. А. (2020). *Методологические проблемы качественных исследований в психологии*. Акрополь.
- Отрадинская, В. В. (2011). *Социально-психологические особенности переживания и совладания с ситуацией потери ребенка в террористическом акте (на примере матерей Беслана)* (Канд. диссертация). Российский государственный социальный университет, Москва.
- Решетников, М. М. (2006). *Психическая травма*. Восточно-Европейский институт психоанализа.
- Солдатова, Г. У., Шайгерова, Л. А., Шляпников, В. Н. (2008). Психологические последствия террористического акта: опыт Беслана. *Психологический журнал*, 29(6), 15–25.
- Сталь, А. (2002, 26 декабря). Рассказывает заложник А. Сталь. *Nord-Ost*. [https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnik-a.stal-3\\_ru.html](https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnik-a.stal-3_ru.html)
- Степанова, Л. (2006, 5 мая). Рассказывает заложница жительница Снежинска. *Nord-Ost*. [https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnitsa-zhitelnitsa-snezhinska\\_ru.html](https://nord-ost.org/terakt/rasskazyvaet-zalozhnitsa-zhitelnitsa-snezhinska_ru.html)
- Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ (ред. от 01.07.2025). Ст. 206. Захват заложника. [КонсультантПлюс]. [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_10699/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10699/)
- Хорошилов, Д. А., Машков, Д. С. (2020). Метод обоснованной теории как инструмент психологического картографирования социальных ситуаций. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 10(1), 18–32.
- Шойгу, Ю. С. (ред.). (2007). *Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных*. Смысл.
- Шойгу, Ю. С. (ред.). (2019). *Психология экстремальных ситуаций: Учебник для вузов*. Санкт-Петербург: Питер.
- Alexander, D. A., & Klein, S. (2009). Kidnapping and hostage-taking: a review of effects, coping and resilience. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 102(1), 16–21. <https://doi.org/10.1258/jrsm.2008.080347>
- Alexander, D. A., & Klein, S. (2010). Hostage-taking: motives, resolution, coping and effects. *Advances in Psychiatric Treatment*, 16(3), 176–183. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.108.005991>
- Ankersmit, F. R. (2005). *Sublime historical experience*. Stanford University Press.
- Bartlett, F. C. (1932). *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge University Press.
- BBC News Russian. (2017, 23 октября). «Они не собирались нас убивать»: воспоминания заложницы «Норд Оста». *BBC News Russian*. <https://www.bbc.com/russian/features-41711874>
- Bisson, J. I. (2007). Post-traumatic stress disorder. *British Medical Journal*, 334(7597), 789–793. <https://doi.org/10.1136/bmj.39162.538553.BE>
- Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5),

- 748–766. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.748>
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. Sage Publications.
- Clarke, A. E. (2005). *Situational analysis: Grounded theory after the postmodern turn*. Sage Publications.
- Drury, J., & Cocking, C. (2007). The mass psychology of disasters and emergency evacuations: A research report and implications for practice [Research report]. Department of Psychology, University of Sussex. <https://www.researchgate.net/publication/253362722>
- Easton, J. A., & Turner, S. W. (1991). Detention of British citizens as hostages in the Gulf—Health, psychological, and family consequences. *British Medical Journal*, 303(6812), 1231–1234. <https://doi.org/10.1136/bmj.303.6812.1231>
- Favaro, A., Degortes, D., Colombo, G., & Santonastaso, P. (2000). The effects of trauma among kidnap victims in Sardinia, Italy. *Psychological Medicine*, 30(4), 975–980. <https://doi.org/10.1017/S0033291799001877>
- Heaton, J. (2004). *Reworking qualitative data*. Sage Publications.
- Hinds, P. S., Vogel, R. J., & Clarke-Steffen, L. (1997). The possibilities and pitfalls of doing a secondary analysis of a qualitative data set. *Qualitative Health Research*, 7(3), 408–424. <https://doi.org/10.1177/104973239700700306>
- Horowitz, M. J. (1986). *Stress Response Syndromes* (2nd ed.). Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Hostage Aid Worldwide. (2024). *Global Hostage Report 2024*. Retrieved from <https://hostageaid.org/wp-content/uploads/2025/03/Hostage-Aid-Global-Hostage-Report-2024-Version-V1.1.pdf>
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: Free Press.
- Kumar, P. (2022). Stockholm syndrome: An understanding. *Journal of Psychosocial Wellbeing*, 3(1), 1–4. <https://doi.org/10.55242/JPSW.2022.3101>
- Laufer, A., & Solomon, Z. (2006). Posttraumatic symptoms and posttraumatic growth among Israeli youth exposed to terror incidents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(4), 429–447. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.4.429>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Levkovich, I., Elyoseph, Z., & Shinan-Altman, S. (2025). Coping strategies during captivity: a qualitative study on released civilian abductees in Gaza. *BMC Psychology*, 13, 883. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03183-0>
- Lifton, R. J. (1967). *Death in life: Survivors of Hiroshima*. New York: Random House.
- Namnyak, M., Tufton, N., Szekeley, R., Toal, M., Worboys, S., & Sampson, E. L. (2008). 'Stockholm syndrome': Psychiatric diagnosis or urban myth? *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 117(1), 4–11. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2007.01112.x>
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Solomon, Z. (1988). The effect of combat-related posttraumatic stress disorder on the family. *Psychiatry (New York)*, 51(3), 323–329. <https://doi.org/10.1080/00332747.1988.11024407>
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (2nd ed.). Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18.
- Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York: Viking.
- Wertsch, J. V. (2002). *Voices of collective remembering*. Cambridge University Press.

Поступила в редакцию: 06.08.2025

Поступила после рецензирования: 28.08.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

### **Заявленный вклад авторов**

**Мария Олеговна Булич** – разработка дизайна исследования, сбор и анализ данных, интерпретация результатов, подготовка текста рукописи.

**Галина Уртанбековна Солдатова** – постановка проблемы, научное руководство, консультирование по методологии исследования, критический анализ и доработка текста рукописи.

### **Информация об авторах**

**Мария Олеговна Булич** – аспирант факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова», Москва, Российская Федерация; ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-5976-3147>; e-mail: [mariya.bulichh@gmail.com](mailto:mariya.bulichh@gmail.com)

**Галина Уртанбековна Солдатова** – академик РАО, доктор психологических наук, профессор кафедры психология личности факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова», Москва, Российская Федерация; ResearcherID: I-6107-2012, Scopus ID: 15623581100, Author ID: 625610, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>; e-mail: [soldatova.galina@gmail.com](mailto:soldatova.galina@gmail.com)

### **Информация о конфликте интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.923

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.5>

## Индивидуально-личностные детерминанты копинг-стратегий при принятии решений в условиях неопределённости

Ирина Г. Юркова , Ксения В. Фарбитник ,  
Людмила С. Скрипниченко\* , Юлия Э. Каткова , Михаил В. Мезужок 

Кубанский государственный университет, Краснодар, Российская Федерация

\*Почта ответственного автора: [lud-skr@mail.ru](mailto:lud-skr@mail.ru)

---

### Аннотация

**Введение.** Актуальность исследования обусловлена потребностью общества в формировании и развитии психологически устойчивых индивидов, стремящихся к эффективной деятельности в условиях неопределенности. Проблема принятия решений остается недостаточно изученной с позиции индивидуально-личностных характеристик индивида, которые способствуют выбору стратегии действий в условиях неопределенности. Цель экспериментального исследования – выявить индивидуально-личностные детерминанты копинг-стратегий руководителей при принятии решений в условиях неопределенности. **Методы.** Выборка: руководители структурных подразделений строительных компаний г. Краснодара (59 чел.). Применены: «Мельбурнский опросник принятия решений» (автор Л. Манна, адаптация Т. В. Корниловой), «Кто я есть в этом мире» (автор В. А. Сонин), «Личностные факторы принятия решений (ЛФР-25)» (автор Т. В. Корнилова), «Шкала локуса контроля Роттера» (автор Дж. Роттер), «Самооценка психических состояний» (автор Г. Айзенк). Анализ данных осуществлялся методами математико-статистического анализа, (SPSS 27.0), анализ средних значений, метод иерархической кластеризации, Т-критерий Стьюдента для независимых выборок, **Результаты.** Методом иерархической кластеризации было получено четыре основных кластера респондентов по схожести характеристик: «экстерналы», «рационально-бдительные», «эмоционально-бдительные», «интерналы». С ростом интернального локуса контроля и самооценки руководители реже проявляют тревогу и фрустрацию при принятии решений в ситуациях неопределенности и менее склонны использовать копинг-стратегии (избегание, сверхбдительность, прокрастинация). Для руководителей с экстернальным локусом контроля, самооценкой

с тенденцией к занижению, выраженной тревожностью и фрустрацией характерна вариативность копинг-стратегий: в зависимости от обстоятельств они могут прибегать как к рациональному анализу (бдительность), так и к защитным, иррациональным стратегиям (избегание, прокрастинация, сверхбдительность), что обусловлено их личностными особенностями и эмоциональным состоянием в ситуации к использованию. **Обсуждение результатов.** Результаты проведенного исследования позволили выявить: в качестве детерминант копинг-стратегий при принятии решений в условиях неопределенности у молодых руководителей выступают уровень самооценки, направленность локус контроля и такие эмоциональные состояния, как тревожность и фрустрация.

### Ключевые слова

индивидуально-личностные детерминанты, копинг-стратегии, принятие решений, неопределенность, локус контроля, уровень самооценки, психические состояния, личностные факторы

### Для цитирования

Юркова, И.Г., Фарбитник, К.В., Скрипниченко, Л.С., Каткова, Ю.Э., Мезужок, М.В. (2026). Индивидуально-личностные детерминанты копинг-стратегии при принятии решений в условиях неопределенности. *Российский психологический журнал*, 23(1), 80–99. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.5>

---

## Введение

Современная социально-экономическая реальность характеризуется высокой степенью неопределенности, что делает способность субъекта принимать эффективные решения как на индивидуальном, так и на организационном уровне. Понятие неопределенности в психологии традиционно связывается с ситуацией множественного выбора, отсутствием однозначных алгоритмов действия и прогнозируемости исходов, что порождает у человека состояние когнитивного и эмоционального напряжения (Годунов, Абакумова, Голубова, 2019). Вслед за С. Е. Shannon и W. Weaver (Shannon & Weaver, 1949), многие исследователи подчеркивают, что неопределенность тем выше, чем больше альтернатив представлено субъекту (Marroquín, Tennen & Stanton, 2017). Таким образом, проблематика принятия решений неразрывно связана с феноменом неопределенности, который выступает не просто внешним фоном, а неотъемлемым атрибутом мыслительной деятельности.

В психологии сложилось несколько теоретических подходов к изучению принятия решений, которые могут быть сопоставлены по основанию «роль личности и роль

рационального расчета». Ранний, когнитивно-ориентированный подход, восходящий к работам О. К. Тихомирова (Тихомиров, 1969) и развитый в трудах Г. Н. Солнцевой (Солнцева, Смолян, 2009), фокусировался на количественном анализе исходов и вероятностей. В рамках этой традиции принятие решения рассматривалось преимущественно как рациональный, алгоритмизируемый акт, а личностные переменные выступали скорее как «помехи» или неучтенные факторы. В наиболее общей трактовке принятие решения представляет собой выбор альтернатив, которые совершает человек либо группа лиц в условиях неопределенности.

В противовес этой традиции, субъектно-волевой подход, представленный именем С. Л. Рубинштейна (Рубинштейн, 1999), акцентирует принципиально иную сторону процесса. Для Рубинштейна принятие решения может осуществляться по-разному: без колебаний (волевое усилие отсутствует), чисто интеллектуальное принятие решений, с мучительными колебаниями (интеллектуальное и волевое усилие). Если в когнитивном подходе личность «выносится за скобки», то в рубинштейновской традиции она, напротив, помещается в самый центр процесса выбора. Это создает теоретическое напряжение: решение одновременно является и рациональным поиском лучшей альтернативы, и экзистенциальным актом самоопределения.

Попыткой преодолеть это противоречие выступает интегративный подход Т. В. Корниловой, которая определяет принятие решения как выбор в условиях неопределенности, предполагает в качестве ключевых именно те процессы личностной саморегуляции, которые отражают интегративные переменные, группирующие вокруг себя измеримые личностные переменные (Корнилова, 2003). В данной модели органично сочетаются представления о рациональном целеполагании и о личностной регуляции выбора. Именно этот подход представляется нам наиболее продуктивной теоретической основой для изучения реальных решений, принимаемых руководителями, поскольку он позволяет удерживать в фокусе внимания как объективные характеристики ситуации, так и субъективные, личностные переменные. По мнению Т. В. Корниловой, неопределенность учитывается как новый методологический принцип и ключевой элемент науки, на который ориентируются психологические теории мышления, сознания, саморегуляции личности (Корнилова, 2003).

Зарубежные исследователи, в свою очередь, смещают акцент на качественное содержание неопределенности, изучая, как индивидуальные различия (например, ценностные ориентации или толерантность к неопределенности) опосредуют процесс выбора (Arieli, Sagiv & Roccas, 2020; Ceschi et al., 2019), что содержательно близко к интегративной линии Т. В. Корниловой и обогащает ее эмпирическими данными о роли личностных диспозиций.

Процесс принятия решений можно рассматривать как ключевую составляющую любого психического процесса, так и деятельности и поведения в целом, т.к. субъект всегда находится перед задачей выбора из некоторого числа альтернатив. Наиболее остро проблема принятия решений в условиях неопределенности стоит перед

руководителями, чья профессиональная деятельность по своей природе связана с управленческими решениями в условиях риска, дефицита времени. Это обусловлено социально-политическими, административно-законодательными, производственными, коммерческими, финансовыми и другими факторами. В управленческой теории и практике существует потребность в получении точных описаний процесса выбора-принятия решений в условиях ограниченной рациональности. Как отмечает С. В. Ерёмин и соавторы (Ерёмин & Савоненко 2021), ограничения обусловлены, прежде всего, познавательными возможностями менеджера, управленца, в частности его восприятия, внимания и умственных способностей. Поэтому в условиях реальной практики система управления требует охвата в принятии решений всего процесса в целом и отдельных его этапов с необходимой точностью и глубиной.

Как отмечают Т. Ю. Базаров и Е. Д. Вашурина, специфика современного управления требует от руководителя не просто анализа информации, но и готовности действовать в принципиально непредсказуемой среде (Вашурина, Базаров, 2020). В этой ситуации ключевым регуляторным механизмом становятся копинг-стратегии – это сознательные и целенаправленные действия или методы, которые человек использует для управления стрессом или трудной ситуацией. Копинг включает в себя поведенческие, когнитивные и эмоциональные подходы, направленные на решение проблемы или уменьшение ее влияния на человека. Здесь мы снова сталкиваемся с различием продуктивных и непродуктивных паттернов, которое требует теоретического обоснования.

Р. Лазарус и его коллега С. Фолкман разработали первую классификацию копинг-стратегий, выделив два основных подхода: копинг, ориентированный на решение проблемы, и копинг, сосредоточенный на эмоциях. Большинство последующих классификаций копинг-стратегий, появившихся после работы Лазаруса и Фолкман, сохранили подобное разделение, определяя подходы как «работа с проблемой» и «работа с восприятием проблемы» (Lazarus & Folkman, 1984). Применительно к процессу принятия решений, модель Л. Манна выделяет такие копинг-стратегии, как бдительность (продуктивный, рациональный анализ), а также избегание, прокрастинацию и сверхбдительность (непродуктивные паттерны, ведущие к уходу от решения или поспешному, необдуманному выбору) (Mann, Burnett & Radford, 1997). Выбор в качестве теоретической основы именно типологии Манна обусловлен тем, что она напрямую описывает копинг-стратегии в контексте принятия решений, а не в общежизненных ситуациях, что максимально релевантно задачам нашего исследования. Отмечая прикладную полезность и продуктивность понятия совладания, А. Н. Демин делает акцент на том, что копинг-поведение, как правило, ситуативно, радиус его действия уже, чем жизненный путь. Именно поэтому в трудные периоды жизни особо значима для преодоления кризиса субъектная зрелость личности, в частности, сформированность таких субъектных характеристик, как активность, самоорганизация (Демин, 2004).

Психология личности располагает обширной базой знаний относительно влияния индивидуальных особенностей на процессы принятия решений. Согласно

исследованиям Д.А. Леонтьева, эффективность выбора зависит от уровня автономии и психологической зрелости индивида (Леонтьев, 2018). Научные труды подтверждают влияние таких факторов, как locus контроля, самооценка и эмоциональные реакции (например, тревожность и чувство неудовлетворённости) на решения (Мироненко, 2015; Станибула, 2018; Годунов, Ахмедова, Портнов, 2024).

Несмотря на интенсивное изучение взаимосвязи личностных качеств и отношения к неопределённости в зарубежных исследованиях (Dreves & Blackhart, 2019; Berzonsky & Ferrari, 1996), отечественная психология испытывает недостаток эмпирических данных, детально раскрывающих, каким образом комбинация самооценки, типа локализации контроля и эмоциональных состояний определяет предпочтение тех или иных способов совладания с трудностями при осуществлении руководящих решений.

Обзор зарубежных исследований фиксирует теоретический сдвиг от понимания неопределённости как объективной характеристики ситуации (Shannon & Weaver, 1949; Thomas K. W. & Kilmann R. H., 2007) к анализу субъективного переживания неопределённости, опосредованного личностными диспозициями – ценностными ориентациями, толерантностью к неопределённости, временной перспективой (Baroncellia S. et al., 2024; Eager, B. et al., 2019; Shiffrin R. M., 2022). Данная позиция содержательно сближается с интегративным подходом Т. В. Корниловой (Корнилова, 2003), рассматривающим принятие решения как личностно опосредованный процесс.

При этом большинство зарубежных публикаций преимущественно сосредоточены на изучении влияния отдельных психологических свойств на выбор поведения в общей популяции, практически игнорируя комплексный анализ взаимодействия самооценки, типа контроля над обстоятельствами, тревоги и чувства разочарованности применительно к выбору конкретных механизмов преодоления проблем среди менеджеров (Li et al., 2024; Fischer et al., 2021). Таким образом, цель нашего исследования заключается в следующем: используя классификацию Л. Манна (Mann, Burnett & Radford, 1997) и концепцию саморегуляции выбора, экспериментально установить стабильные комбинации личностных характеристик, определяющих эффективные либо неэффективные способы принятия решений в сфере управления.

В настоящее время, проблема принятия решений остается недостаточно изученной с позиции индивидуально-личностных детерминант индивида, которые способствуют выбору стратегии действий в условиях неопределённости. На наш взгляд, этому препятствуют два аспекта: во-первых, нехватка четких типологий лидеров, основанных на устойчивых комбинациях указанных факторов, и, во-вторых, неясность относительно того, какие конкретные личностные характеристики приводят к преобладанию эффективной готовности реагировать, а какие провоцируют применение контрпродуктивных подходов (таких как уклонение, затягивание или гипернастороженность).

Недостатком проведенных ранее исследований является тот факт, что в большинстве случаев рассматриваются лишь отдельные воздействия определенных личностных признаков, тогда как механизмы совместного влияния этих характеристик

на предпочтительность тех или иных копинговых стратегий остаются неизученными. Не существует надежных эмпирических классификаций, объединяющих разные уровни личностных свойств, что затрудняет предсказание выбора менеджерами эффективных или неэффективных методов реагирования на неопределенность в процессе управления.

Научная новизна настоящего исследования заключается в том, что впервые на выборке российских руководителей (на примере строительной отрасли) предпринимается попытка не просто установить корреляционные связи между отдельными личностными характеристиками и копинг-стратегиями, но и построить эмпирическую типологию, интегрирующую эти переменные. Это позволит перейти от описания разрозненных влияний к целостному пониманию личностных синдромов, детерминирующих тот или иной паттерн совладания с неопределенностью в процессе принятия решений.

Практическое значение данной работы состоит в возможности применения полученных выводов в рамках процедур подбора персонала, оценивания и дальнейшего совершенствования компетенций управленцев. Установленные типы личностных профилей, склонных к выбору неэффективных форм адаптации (уклонение, откладывание, чрезмерная настороженность), позволяют создать специализированные программы психолого-консультативной поддержки, повысить устойчивость к стрессу и развить способности эффективного принятия решений у руководителей, работающих в ситуациях повышенной неопределенности.

Таким образом, возникает противоречие между признаваемой теоретической и практической значимостью личностных факторов в регуляции процесса принятия решений и недостаточной эмпирической изученностью их роли как детерминант конкретных копинг-стратегий у руководителей, действующих в условиях неопределенности. Это противоречие определяет цель настоящего исследования: выявить индивидуально-личностные детерминанты копинг-стратегий руководителей при принятии решений в условиях неопределенности. Гипотезой исследования является предположение о том, что в качестве таких детерминант выступают уровень самооценки, тревожности и фрустрации, а также направленность локуса контроля, причем их различные сочетания формируют устойчивые типы, характеризующиеся предпочтением определенных копинг-стратегий (гипотеза исследования).

## Методы

В исследовании приняли участие 59 руководителей структурных подразделений нескольких строительных компаний. Из них 39 руководителей-мужчин (66% от общего числа респондентов) и 20 руководителей женского пола (34% опрошенных). Возраст респондентов составил  $32,5 \pm 1,47$  года ( $M \pm SD$ ), диапазон от 30 до 35 лет. Все респонденты имеют высшее профильное образование, стаж работы в строительной отрасли в среднем 10 лет, опыт на руководящей должности от 3 до 5 лет.

Для решения задач исследования применялись следующие эмпирические методы сбора данных: «Мельбурнский опросник принятия решений» Л. Манна (1997) в адаптации Т. В. Корниловой, М. А. Чумаковой, С. А. Корнилова (2010), «Личностные факторы принятия решений (ЛФР-25)» Т. В. Корниловой (2003), «Шкала локуса контроля» Дж. Роттера (1966) в адаптации В. А. Сониной (2022), «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка (1975) в адаптации А. И. Крупновой (1990). Для изучения содержательных аспектов самосознания, лежащих в основе субъективной значимости принимаемых решений, применялась проективная методика «Кто я есть в этом мире» В. А. Сониной (2001), выбор которой обусловлен необходимостью изучения содержательных аспектов самосознания и смысложизненных ориентаций, в отличие от стандартизированных шкал, фиксирующих лишь количественный уровень самооценки. Это соответствует теоретической рамке исследования личностной регуляции принятия решений.

Сбор данных проводился посредством применения платформы Google Forms. Для анализа полученных данных применялись методы математико-статистического анализа, содержащиеся в стандартном пакете программ IBM SPSS 27.0. Методы статистической обработки: анализ средних значений, метод иерархической кластеризации, Т-критерий Стьюдента для независимых выборок, для выявления статистически значимых различий в индивидуально-личностных характеристиках между кластерами.

## Результаты

Методом иерархической кластеризации было получено 4 основных кластера респондентов по схожести характеристик. Кластеры сформированы в соответствии с изучаемыми индивидуально-личностными характеристиками и копинг-стратегиями. В первом кластере 15 % респондентов (9 человек) от общего количества опрошенных, во втором - 31% (18 человек), в третьем - 19 % (11 человек), в четвертом - 35 % (21 человек).

Рассмотрим содержательные особенности индивидуально-психологических характеристик респондентов выделенных кластеров.

В группе респондентов 1 кластера ( $n=9$ ), экстернальный локус контроля ( $M=14,0$ ,  $SD=2,1$ ) доминирует над интернальным ( $M=9,0$ ,  $SD=1,8$ ), что превышает нормативные значения экстернальности (норма 10–12). У респондентов выявлен повышенный уровень тревожности ( $M=14,6$ ,  $SD=2,3$ ) и фрустрации ( $M=13,7$ ,  $SD=2,1$ ), что соответствует высокому уровню по шкале Айзенка (выше 15 – высокий, 8–14 – средний, фактические значения приближаются к верхней границе среднего/высокого). По копинг-стратегиям при принятии решений респонденты демонстрируют высокие или выше среднего значения по всем шкалам опросника: избегание ( $M=14,1$ ,  $SD=2,2$ ), прокрастинация ( $M=12,7$ ,  $SD=1,9$ ) и сверхбдительность ( $M=12,8$ ,  $SD=1,8$ ) превышают нормативные

значения (норма 8–12), бдительность ( $M=16,2$ ,  $SD=1,9$ ) – уровень выше среднего (норма 14–18), что указывает на выраженность непродуктивных стратегий. Для респондентов характерен завышенный уровень рациональности ( $M=7,4$ ,  $SD=1,1$ ) при норме 4–6, при этом самооценка у руководителей данной группы с тенденцией к заниженной ( $M=40,3$ ,  $SD=3,8$ ) при норме 45–55 баллов.

При анализе индивидуально-личностных характеристик респондентов 2 кластера ( $n=18$ ) следует отметить средние значения экстернальности ( $M=11,5$ ,  $SD=1,6$ ) и интернальности ( $M=11,4$ ,  $SD=1,7$ ), что соответствует нормативным значениям (10–12). Такое соотношение описывает респондентов как людей, которые адекватно оценивают различные события и понимают, что в процессе принятия решений не малую роль играют не только внутренние факторы (навыки, уверенность, и т.д.), но и внешние обстоятельства. При этом у них преобладает низкий уровень тревожности ( $M=5,4$ ,  $SD=1,8$ ) и фрустрации ( $M=3,9$ ,  $SD=1,5$ ), что соответствует низкому уровню по шкале Айзенка (0–7), а также адекватный уровень самооценки ( $M=45,0$ ,  $SD=2,9$ ) в пределах нормы (45–55). В копинг-стратегиях при принятии решений у респондентов преобладает бдительность ( $M=15,1$ ,  $SD=1,7$ ) – уровень средний/выше среднего, при низких значениях избегания ( $M=9,9$ ,  $SD=1,6$ ), прокрастинации ( $M=7,7$ ,  $SD=1,4$ ) и сверхбдительности ( $M=7,6$ ,  $SD=1,3$ ), что соответствует нормативным или пониженным значениям. Следовательно руководители со средним уровнем локус контроля и адекватной самооценкой, выбирают наиболее продуктивные стратегии принятия решений в неопределенных ситуациях.

В 3 кластере ( $n=11$ ), также, как и во втором, выявлены средние значения экстернальности ( $M=11,3$ ,  $SD=1,5$ ) и интернальности ( $M=11,6$ ,  $SD=1,6$ ) в пределах нормы. Руководители, этого кластера, в процессе принятия решений равноценно рассматривают влияние как внешних обстоятельств, так и собственных сил и умений на результат. При этом у них ярко выражена бдительность как ведущая копинг стратегия бдительность ( $M=16,2$ ,  $SD=1,8$ ) – высокий уровень, при низких значениях избегания ( $M=8,6$ ,  $SD=1,5$ ), прокрастинации ( $M=8,5$ ,  $SD=1,4$ ) и сверхбдительности ( $M=8,4$ ,  $SD=1,4$ ), что соответствует нижней границе среднего/норме. Для респондентов 3 кластера характерна адекватная самооценка ( $M=45,5$ ,  $SD=3,1$ ), однако с тенденцией к завышению (в пределах верхней границы нормы). Уровень тревожности ( $M=11,0$ ,  $SD=2,0$ ), фрустрации ( $M=9,5$ ,  $SD=1,9$ ), агрессивности ( $M=14,5$ ,  $SD=2,4$ ) и ригидности ( $M=13,4$ ,  $SD=2,1$ ) соответствует средним значениям (8–14), при этом показатели агрессивности и ригидности приближаются к верхней границе среднего уровня. Таким образом, для данной группы респондентов свойственна продуктивная копинг-стратегия принятия решений (бдительность), несмотря на наличие умеренных эмоциональных реакций (тревожность, фрустрация).

В группе респондентов 4 кластера ( $n=21$ ) ярко выражен внутренний локус контроля (интернальность  $M=14,5$ ,  $SD=1,9$ , экстернальность  $M=8,5$ ,  $SD=1,7$ ), что значительно превышает нормативные значения интернальности (норма 10–12)). Респонденты склонны брать ответственность на себя за результаты своих достижений и последствия личностного выбора респонденты, не склонны опираться в процессе принятия

решений на внешние обстоятельства и других людей. Тревожность и (M=7,6, SD=1,8) и фрустрация (M=5,1, SD=1,6) находятся на низком уровне (0–7). В копингах принятия решений преобладает бдительность (M=15,7, SD=1,8) – уровень выше среднего, при умеренных значениях избегания (M=11,1, SD=1,9), прокрастинации (M=8,9, SD=1,5) и сверхбдительности (M=9,1, SD=1,5), что соответствует средним значениям, при этом самооценка у них имеет тенденцию к завышению (M=47,4, SD=3,2) в пределах верхней границы нормы.

В результате полученных данных (табл. 1) можно сделать вывод, что с ростом уровня самооценки возрастает уровень интернального локус контроля, при этом копинг-стратегия бдительность при принятии решений в ситуациях неопределенности начинает занимать более значимое место. А респондентам с более низкими уровнями самооценки и интернального локус контроля, с выраженной тревожностью и фрустрацией свойственны все копинг стратегии, такие руководители могут выбирать как рациональную стратегию, так и иррациональную, для которой характерны избегание принятия решений, прокрастинация или сверхбдительность, в зависимости от обстоятельств.

**Таблица 1**

*Средние значения индивидуально – личностных характеристик и копинг-стратегий при принятии решений всех кластеров*

	Средние значения			
	1 кластер (9 чел.)	2 кластер (18 чел.)	3 кластер (11 ел.)	4 кластер (21 чел.)
Готовность к риску	1,6	2,6	4,5	1,9
Рациональность	7,4 ↑	4,9	4,9	6,6 ↑
Экстернальность	14 ↑	11,5	11,3	8,5 ↓
Интернальность	9 ↑	11,4	11,6	14,5 ↑
Тревожность	14,6 ↑	5,4 ↓	11 ↑	7,6 ↓
Фрустрация	13,7 ↑	3,9 ↓	9,5 ↑	5,1 ↓
Агрессивность	9,2	8,2	14,5	7,3
Ригидность	12,2	7,3	13,4	8,4
Бдительность	16,2 ↑	15,1 ↑	16,2 ↑	15,7 ↑
Избегание	14,1 ↑	9,9	8,6	11,1
Прокрастинация	12,7	7,7	8,5	8,9
Сверхбдительность	12,8	7,6	8,4	9,1
Самооценка	40,3 ↓	45 ↑	45,5 ↑	47,4 ↑

**Примечание:** ↑ - значение характеристики имеет тенденцию к завышению; ↓ - значение имеет тенденцию к занижению; → и ← - увеличение или уменьшение значения какой-либо характеристики от 1 к 4 кластерам.

С помощью Т-критерия Стьюдента были выявлены следующие статистически значимые различия между шкалами в выделенных кластерах (табл. 2).

**Таблица 2**

*Статистически значимые различия между индивидуально-личностными характеристикам респондентов по кластерам*

	1 и 2 кластеры	2 и 3 кластеры	2 и 4 кластеры	1 и 3 кластеры	3 и 4 кластеры	1 и 4 кластеры
Готовность к риску	2,3 (p<0,05)	-	-	5,2 (p<0,001)	-	2,5 p<0,05)
Экстернальность	-	-	2,9 (p<0,01)	-	3,2 (p<0,01)	4,5 (p<0,001)
Интернальность	-	-	2,9 (p<0,01)	-	3,2 (p<0,01)	4,5 (p<0,001)
Тревожность	5,8 (p<0,001)	4,6 (p<0,001)	2,6 (p<0,05)	2,1 (p<0,05)	3,2 (p<0,01)	4,7 (p<0,001)
Фрустрация	4,5 (p<0,001)	4,1 (p<0,001)	-	-	3,7 (p<0,001)	4,2 (p<0,001)
Агрессивность	-	5,5 (p<0,001)	-	3,1 (p<0,01)	8,8 (p<0,001)	-
Ригидность	4,9 (p<0,001)	6 (p<0,001)	-	-	4,9 (p<0,001)	3,6 (p<0,01)
Избегание	4,3 (p<0,001)	-	-	5,9 (p<0,001)	3,6 (p<0,01)	4,3 (p<0,001)
Прокрастинация	5,3 (p<0,001)	-	-	4,3 (p<0,001)	-	3,4 (p<0,01)
Сверхбдительность	7,8 (p<0,001)	-	2,4 (p<0,05)	5,4 (p<0,001)	-	3,9 (p<0,001)
Самооценка	2,9 (p<0,01)	-	-	2,6 (p<0,05)	-	4,8 (p<0,001)

**Примечание:** Значение –  $\alpha$ , (p)

Рассмотрим статистически значимые различия Т-критерия Стьюдента между 1 и 2 кластерами (в соответствии с таблицей 2). Выявлены статистически значимые различия по шкале готовность к риску ( $\alpha = 2,3$ , p<0,05), тревожность ( $\alpha = 5,8$ , p<0,001), фрустрация ( $\alpha = 4,5$ , (p<0,001). Исходя из этого можно сделать вывод, что в рассматриваемых кластерах респонденты проявляют эмоциональные реакции в процессе принятия решений с разной степенью интенсивности и направленностью. Респонденты 1 кластера «Экстерналы» демонстрируют высокий уровень тревожности (M=14,6) и фрустрации (M=13,7), что свидетельствует о выраженном эмоциональном напряжении,

неуверенности и переживании трудностей в ситуациях неопределенности. Готовность к риску у них низкая ( $M=1,6$ ), что указывает на избегание рискованных решений из-за страха неудачи и стремления сохранить стабильность. Респонденты 2 кластера «Рационально-бдительные» характеризуются низким уровнем тревожности ( $M=5,4$ ) и фрустрации ( $M=3,9$ ), что говорит об эмоциональной стабильности, уверенности в своих силах и способности сохранять самообладание в сложных ситуациях. Готовность к риску у них несколько выше ( $M=2,6$ ), хотя остается в пределах умеренных значений. По уровню самооценки выявлена сильная статистическая значимость различий ( $\alpha = 2,9$ ,  $p < 0,01$ ) между респондентами 1 и 2 кластеров. Также высокий уровень статистической значимости по шкалам стилей принятия решений: прокрастинация ( $\alpha = 5,3$ ,  $p < 0,001$ ), избегание ( $\alpha = 4,3$ ,  $p < 0,001$ ), сверхбдительность ( $\alpha = 7,8$ ,  $p < 0,001$ ). Соответственно руководители с разными уровнями самооценки проявляют разные стратегии принятия решений.

Между 2 и 3 кластерами значимые статистические различия выявлены по шкалам: тревожность ( $\alpha = 4,6$ ,  $p < 0,001$ ), фрустрация ( $\alpha = 4,1$ ,  $p < 0,001$ ), ригидность ( $\alpha = 6$ ,  $p < 0,001$ ). Соответственно, респонденты данных групп не различаются по копинг стратегиям принятия решений, однако различаются по эмоциональным реакциям в ситуациях неопределенности.

У респондентов 2 и 4 кластеров значимые различия выявлены по локусу контроля: экстернальность ( $\alpha = 2,9$ ,  $p < 0,01$ ), интернальность ( $\alpha = 2,9$ ,  $p < 0,01$ ) и по шкале сверхбдительность ( $\alpha = 2,4$ ,  $p < 0,05$ ). Исходя из этого, можно сделать вывод, что руководители рассматриваемых группы, отличаются по направленности локуса контроля, а соответственно в процессе принятия решений проявляют различные эмоциональные реакции (по шкале тревожность, в том числе выявлены значимые различия ( $\alpha = 2,6$ ,  $p < 0,05$ )).

Выявлены статистически значимые различия между 1 и 3 кластерами по шкалам: готовность к риску ( $\alpha = 5,2$ ,  $p < 0,001$ ), тревожность ( $\alpha = 2,1$ , ( $p < 0,05$ ), избегание ( $\alpha = 5,9$ ,  $p < 0,001$ ), прокрастинация ( $\alpha = 4,3$ ,  $p < 0,001$ ), сверхбдительность ( $\alpha = 5,4$ ,  $p < 0,001$ ) и самооценка ( $\alpha = 2,6$ , ( $p < 0,05$ ). Следовательно, при принятии решений в ситуациях неопределенности респонденты с более устойчивой самооценкой готовы к риску и гибки, а у респондентов с тенденцией к заниженной самооценке преобладают защитные механизмы, в виде уклонения от ответственности в процессе принятия решений или откладывания осуществления выбора и принятия решения.

Далее проанализируем различия между респондентами из 3 и 4 кластеров. Значимые различия выявлены по локусу контроля (экстернальность ( $\alpha = 3,2$ ,  $p < 0,01$ ), интернальность ( $\alpha = 3,2$ ,  $p < 0,01$ )), тревожности ( $\alpha = 3,2$ ,  $p < 0,01$ ), фрустрации ( $\alpha = 3,7$ ,  $p < 0,001$ ), ригидности ( $\alpha = 4,9$ ,  $p < 0,001$ ), избеганию ( $\alpha = 3,6$ , ( $p < 0,01$ ), отметим, что по уровню самооценки значимых различий не выявлено. Соответственно, респонденты этих двух групп имеют разную направленность локуса контроля. У респондентов с экстернальным локусом контроля в процессе принятия решений может проявляться

стратегия избегания и замедление процесса осуществления принятия решения, о чем свидетельствует сильная статистическая значимость по шкале ригидность. Также состояния фрустрации и тревожности может способствовать отказу от обоснованного риска в пользу **более консервативных и безопасных решений**. Следует отметить, что у респондентов 3 кластера по шкале агрессивность выявлены значимые различия по шкале агрессивность с респондентами 1 кластера ( $\alpha = 3,1$ ,  $p < 0,001$ ), с респондентами 2 кластера ( $\alpha = 5,5$ ,  $p < 0,001$ ) и 4 кластера ( $\alpha = 8,8$ ,  $p < 0,001$ ). Выявленные значимые различия подтверждают, что респонденты 3 кластера отличаются по эмоциональным состояниям, которые могут влиять на использование копинг-стратегий при принятии решений, от респондентов других кластеров.

Рассмотрим значимые различия между 1 и 4 кластерами (в соответствии с таблицей 2). Выявлены значимые различия по урону самооценки ( $\alpha = 4,8$ ,  $p < 0,001$ ), по локусу контроля - экстернальность ( $\alpha = 4,5$ ,  $p < 0,001$ ), интернальность ( $\alpha = 4,5$ ,  $p < 0,001$ ), по шкалам: тревожность ( $\alpha = 4,7$ ,  $p < 0,001$ ), фрустрация ( $\alpha = 4,2$ ,  $p < 0,001$ ), ригидность ( $\alpha = 3,6$ ,  $p < 0,01$ ), избегание ( $\alpha = 4,3$ ,  $p < 0,001$ ), прокрастинация ( $\alpha = 3,4$ ,  $p < 0,01$ ), сверхбдительность ( $\alpha = 3,9$ ,  $p < 0,001$ ).

Результаты корреляционного анализа подтверждают теоретические положения о том, что локус контроля влияет на выбор копинг-стратегий через механизмы самооценки и эмоциональной регуляции. В работе В. В. Абрамова (2014) локус контроля рассматривается как важнейший копинг-ресурс личности, наряду с жизнестойкостью и волевым субъективным контролем. Автор подчеркивает, что именно интернальность позволяет человеку мобилизовать внутренние ресурсы для активного преодоления трудностей, тогда как экстернальность связана с пассивными стратегиями и ожиданием помощи извне.

## Обсуждение результатов

На основе полученных данных было выявлено, что в качестве детерминант копинг-стратегий при принятии решений в условиях неопределенности у молодых руководителей выступает уровень самооценки, направленность локуса контроля и такие эмоциональные состояния, как тревожность и фрустрация.

Исходя из анализа полученных данных каждый кластер получил условные названия.

Кластер №1 «Экстерналы» - имеют адекватную, с тенденцией к заниженной, самооценку, а также склонность к бдительности и высокой рациональности. Все шкалы по копингам принятия решения выше среднего, т.е. такие руководители склонны использовать различные защитные стратегии при принятии решений в ситуациях неопределенности. В процессе принятия решений руководители с экстернальным локусом контроля сталкиваются с трудностями в осуществлении того или иного выбора. Это может выражаться в избегании ответственности, высокой напряженности,

низком уровне самоконтроля, эмоциональной неустойчивости и в итоге в принятии поспешного выбора. Решение в таком случае принимается в первую очередь с целью снижения эмоционального напряжения, при этом выбор может осуществляться поспешно без полноценного анализа. Полученные данные о связи высокого уровня тревожности и фрустрации с использованием широкого спектра копинг-стратегий у экстерналов согласуются с транзакционной моделью стресса и копинга Р. Лазаруса и С. Фолкман, которая в российской психологии разрабатывалась в трудах В. М. Ялтонского и Н. А. Сироты (2008). Согласно этой модели, когнитивная оценка ситуации и оценка собственных ресурсов определяют выбор стратегий совладания.

Кластер № 2 «Рационально – бдительные». У данных респондентов локус контроля на среднем уровне, тревожность и фрустрация на низком уровне, а самооценка находится на нормальном адекватном уровне. В процессе принятия решений преобладает копинг «бдительность». Такие руководители имеют направленность на проведение поиска информации, а также продумывают свои решения заранее перед осуществлением окончательного выбора. В неопределенной ситуации они могут рассматривать рискованные решения для достижения намеченных результатов.

Кластер №3 «Эмоционально-бдительные». У респондентов данной группы локус контроля также не имеет выраженного направления. Однако, в отличие от 2 группы уровень тревожности и фрустрации средний, в том числе и остальные психические состояния - агрессивность и ригидность на среднем уровне и выше по значениям, чем в других кластерах. По копингам принятия решений явное преобладание бдительности над остальными шкалами. Таким образом для данной группы респондентов свойственна бдительная копинг стратегия принятия решений, при наличии таких эмоциональные реакции как фрустрация и тревожность. Можно сделать вывод, что несмотря на то, что принятие решений у респондентов сопровождается эмоциональными реакциями у них наиболее рациональный стиль принятия решений – бдительность.

В проведенном исследовании респонденты 2 и 3 кластеров демонстрируют сходные показатели локуса контроля (в пределах нормативных значений), но различаются по уровню эмоциональных реакций. Это позволяет предположить, что именно эмоциональная регуляция, а не только базовые убеждения о контроле, определяет выбор копинг-стратегий в конкретных ситуациях принятия решений. Данный вывод согласуется с исследованиями Е. Н. Махмутовой и А. А. Чуганской (2021), показавшими, что у респондентов с интернальным локусом контроля наблюдаются более высокие показатели самоконтроля и способности к противостоянию стрессовым факторам.

Кластер №4 «Интерналы». В данной группе преобладает интернальный локус контроля, выражена тенденция к рациональности, значения по эмоциональным состояниям низкие, а самооценка имеет тенденцию к завышению. При этом в копинг-стратегиях принятия решений преобладает бдительность. Полученные данные находят подтверждение в современных российских исследованиях. В частности, в работе Е. А. Брагиной с соавторами (2022) установлены значимые корреляционные связи

активных проблемно-ориентированных копинг-стратегий с интернальностью в области достижений и неудач, что полностью соответствует нашим данным: интерналы значимо чаще используют продуктивную стратегию бдительности и реже прибегают к избеганию.

Результаты проведенного анализа указывают, что в исследовании получила подтверждение гипотеза о том, что в качестве детерминант копинг-стратегий при принятии решений в условиях неопределенности у молодых руководителей выступает уровень самооценки, тревожности и фрустрации, а также направленность локус контроля.

Полученные результаты согласуются с классическими и современными исследованиями в области психологии стресса, копинг-поведения и личностной регуляции принятия решений. В исследовании С. Н. Реховской с соавторами (2025) было показано, что использование оптимальных копинг-стратегий, наличие интернального локуса контроля являются залогом психологической готовности к успешной самостоятельной профессиональной деятельности в экстремальных условиях. Авторы подчеркивают, что именно эмоциональная регуляция и сформированная профессиональная идентичность позволяют специалистам сохранять адаптивные стратегии совладания даже в ситуациях высокого стресса.

Выявленные различия в уровне самооценки между кластерами и ее связь с выбором копинг-стратегий находят подтверждение в исследованиях С. К. Нартовой-Бочавер (2005), показывающих, что самооценка выступает значимым предиктором психического здоровья и совладания со стрессом. В контексте принятия решений работа С. А. Станибулы (2018) выявляет взаимосвязи между самооценкой и стилями принятия решений, показывая, что адекватная самооценка связана с более адаптивными стилями совладания. В нашем исследовании руководители с тенденцией к заниженной самооценке (1 кластер) демонстрируют вариативность копинг-стратегий, включая непродуктивные, тогда как респонденты с адекватной и тенденцией к завышенной самооценке (2, 3, 4 кластеры) преимущественно используют продуктивную стратегию бдительности.

## **Заключение**

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что с ростом интернального локуса контроля и самооценки руководители реже проявляют тревогу и фрустрацию при принятии решений с ситуаций неопределенности и менее склонны использовать такие копинг-стратегии, как избегание, сверхбдительность, прокрастинация. Руководители с экстернальным локусом контроля, самооценкой с тенденцией к занижению, выраженной тревожностью и фрустрацией более склонны к использованию иррациональных копинг-стратегий принятия решений в ситуациях неопределенности. Вариативность этих копингов может быть связана с неоднородностью феномена неопределенности и зависеть от многих факторов, в частности, от личностных характеристик человека. Этот вопрос представляет перспективу дальнейших исследований.

Полученные в ходе исследования выводы открывают возможность внедрения комплексной программы психологической поддержки начинающих руководителей, ориентированной на формирование адаптивных стратегий преодоления трудностей

и внутренних ресурсов, обеспечивающих эффективное решение задач в условиях неопределенности. Так как самооценка и внутренняя ориентация являются основными факторами выбора успешных копинг-методов, целесообразно внедрить в систему подготовки молодых управляющих такие мероприятия, как коучинговые сессии по целеполаганию, семинары по развитию личной эффективности лидера, курсы по управлению временем, формированию уверенности в себе и осознанному принятию ответственности. Для снижения эмоционального напряжения в ситуациях неопределенности и предотвращения использования непродуктивных копинг-стратегий рекомендуются тренинги по стресс-менеджменту, техникам саморегуляции, развитию эмоционального интеллекта, на принятие решений в ситуациях неопределенности, индивидуальные коучинг-сессии.

При интерпретации полученных результатов необходимо учитывать ряд ограничений, которые могут влиять на степень обобщения выводов. Строительная отрасль характеризуется высокой степенью неопределенности (сезонность, зависимость от экономической конъюнктуры, административные барьеры), что может формировать специфические паттерны совладающего поведения, отличающиеся от других сфер деятельности. Также исследование не учитывало влияние организационной культуры конкретных компаний на формирование предпочитаемых копинг-стратегий. Различия в корпоративных стандартах, стилях управления и системах мотивации могут существенно модифицировать индивидуальные паттерны принятия решений. При этом следует отметить, что данное исследование является кросс-секционным (срезовым), что не позволяет установить причинно-следственные связи и проследить динамику изменений изучаемых характеристик во времени.

Достигнутые результаты и обнаруженные ограничения указывают на направления для последующих научных исследований. Намечено провести дополнительное исследование, направленное на выявление связей между индивидуальными особенностями личности руководителей и процессом принятия ими решений, расширить арсенал диагностических инструментов для изучения спектра используемых ими стратегий совладания, а также дополнить исследовательские методы показателями объективной эффективности руководства (оценка начальством, выполнение ключевых показателей эффективности, экспертиза качества принятых решений). Кроме того, предполагается расширить круг участников исследования путем включения представителей разных сфер деятельности (производство, информационные технологии, образование, медицина), чтобы выявить особенности влияния личностных факторов на выбор адаптационных стратегий в зависимости от отрасли.

## Литература

- Абрамов, В. В. (2014). Временная ориентация личности как фактор формирования копинг-поведения. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 7(1), 66–72.
- Аскарова, Г. (2021). Основные подходы к изучению копинг-стратегий в трудных жизненных ситуациях. *Scientific progress*, 1(5), 308–316.

- Базаров, Т. Ю., & Битюцкая, Е. В. (2019). Особенности восприятия жизненных событий людьми с разными предпочитаемыми стилями реагирования на изменения. *Вопросы психологии*, 3(3), 94–106.
- Балдашев, Р. М., & Романович, В. К. (2024). Факторы, влияющие на принятие управленческих решений в условиях неопределённости и риска. *Экономика и бизнес: теория и практика*, 3(1), 109, 46–49.
- Брагина, Е. А., Иванова, О. Н., & Петров, С. В. (2022). Взаимосвязь локуса контроля и копинг-стратегий у менеджеров среднего звена. *Психологические исследования*, 15(84), 45–52. <https://doi.org/10.54359/ps.v15i84.1234>
- Бетерев, В. В. (2024). *Объективная психология*. Юрайт.
- Валявко, С. М., & Жокина, П. А. (2016). Современные исследования проблемы самооценки в зарубежной психологии. *Системная психология и социология*, 4(20), 13–21.
- Вашурина, Е. Д., & Базаров, Т. Ю. (2020). Особенности принятия решений и лидерства в условиях неопределённости. *Организационная психология*, 10(3), 185–206.
- Вольвич, Ю. К. (2017). Психологические ресурсы регуляции стресс-преодолевающего поведения личности как субъекта организационных процессов. *Человек. Сообщество. Управление*, 18(4), 162–178.
- Годунов, М. В., Абакумова, И. В., & Голубова, В. М. (2019). Теоретические подходы к изучению эффектов неопределённости в процессах смысловой регуляции развития личности. *Российский психологический журнал*, 16(3), 59–71.
- Годунов, М. В., Ахмедова, С. Н. К., & Портнов, Е. А. (2024). Специфика избегающего поведения студентов в различных ситуациях. *Научно-педагогическое обозрение*, 2(54), 122–128.
- Гордиенко, Н. В. (2020). Индивидуально-гендерные реакции личности как стратегии совладания в ситуации неопределённости. *Международный журнал медицины и психологии*, 3(2), 7–14.
- Грибкова, Г. В. (2019). К вопросу о принятии управленческого решения в условиях неопределённости. *Экономика и социум*, (56), 168–171.
- Гришина, Н. В. (2008). *Психология конфликта* (2-е изд.). Питер.
- Гурцкой, Д. А. (2023). Личностные и эмоционально-волевые компоненты как детерминанты процесса принятия решений. *Научно-педагогическое обозрение*, 2(48), 113–121.
- Демин, А. Н. (2004). *Личность в кризисе занятости: Стратегии и механизмы преодоления кризиса*. Кубанский государственный университет.
- Добряков, А. А., & Кобызев, В. С. (2017). Методы принятия решений в условиях неопределённости. *Естественные и технические науки*, (108), 152–155.
- Докторова, Н. П. (2022). Особенности принятия управленческих решений в условиях неопределённости. *Сборник научных работ серии «Государственное управление»*, (26), 6–12.
- Ерёмин, С. В., Попов, А. А., Тимченко, О. В., & Савоненко, Р. А. (2021). Проблемы принятия управленческих решений в условиях неопределённости. *Инновационные научные исследования*, 5(2), 146–157.
- Зангиев, Б. (2017). Принятие управленческих решений в условиях неопределённости внешней среды. *Экономика и социум*, (35), 593–595.
- Кравцова, Е. Н. (2019). Выявление копинг-стратегий при принятии решения у студентов. В *Молодость. Интеллект. Инициатива: Материалы VII Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов* (с. 298–299).
- Корнилова, Т. В. (2003). *Психология риска и принятия решений*. Аспект-Пресс.
- Леонтьев, Д. А. (2018). Синергетика и личность: к неравновесной персонологии. *Методология и история психологии*, 3, 96–104.
- Леонтьев, А. Н. (2013). *Избранные психологические произведения*. Педагогика.
- Лопатин, Д. В. (2024). Влияние информационных технологий на принятие решений в условиях неопределённости. *Вестник науки*, 5(74), 1136–1141.

- Малетова, Т. С., & Шухман, М. Э. (2023). Методы принятия управленческих решений в условиях неопределённости и риска. *Сборник научных работ серии «Финансы, учет, аудит»*, 4(32), 143–152.
- Махмутова, Е. Н., & Чуганская, А. А. (2021). Копинг-стратегии как основа выбора профессиональной деятельности женщинами-предпринимателями: опыт психолингвистического анализа. *Человеческий капитал*, 12(156), 296–303.
- Мельник, Н. А., & Чаленко, Н. Р. (2016). Принятие управленческих решений в условиях неопределённости для предприятия на внешнем рынке. *Экономика, социология и право*, 4(2), 33–34.
- Минюрова, С. А. (2017). *Психология самопознания и саморазвития*. ФЛИНТА.
- Мироненко, И. А. (2015). *Современные теории в психологии личности*. Питер.
- Нартова-Бочавер, С. К. (2005). *Психологическое пространство личности*. Прометей.
- Подольянец, В. А., & Демененко, И. А. (2017). Реализация управленческих решений в условиях неопределённости и риска. *Интеграция наук*, 10(14), 54–55.
- Полушкин, О. А. (2024). Возможности и ограничения методов обоснования принятия решений в условиях неопределённости и риска. *Финансовые рынки и банки*, 6, 68–73.
- Прокофьева, Н. В. (2023). Взаимосвязь копинг-стратегий личности руководителя высшего звена с проявлением стереотипов мышления в процессе принятия управленческих решений. *Интернаука*, 42(1), 39–41.
- Пырх, Е. В., Галкина, М. А., & Натальина, Т. В. (2017). Особенности принятия управленческих решений в условиях кризиса и неопределённости. *Экономика и социум*, 4(35), 1136–1139.
- Рубинштейн, С. Л. (1999). *Основы общей психологии*. Питер.
- Реховская, С. Н., Калач, Е. А., & Сабитова, Д. М. (2025). Особенности копинг-стратегий, локуса контроля и профессиональной идентичности у курсантов, обучающихся по специальностям «Пожарная безопасность» и «Судебная экспертиза» Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России. *Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества*, 3, 45–52.
- Рыбак, В. А., & Шокар, А. (2016). Аналитический обзор и сравнение существующих технологий поддержки принятия решений. *Системный анализ и прикладная информатика*, 3, 12–18.
- Солнцева, Г. Н., & Смолян, Г. Л. (2009). *Принятие решений в ситуации неопределённости и риска (психологический аспект)*. Труды Института системного анализа РАН.
- Сонин, В. А. (2001). *Психодиагностическое познание профессиональной деятельности*. Речь.
- Станибула, С. А. (2018). Биопсихосоциальная модель совладающего поведения. *Развитие личности*, 1, 204–215.
- Тихомиров, О. К. (1969). *Структура мыслительной деятельности человека*. Московский государственный университет.
- Федотова, Ж. Э., & Хачатурова, М. Р. (2017). Факторы принятия организационных решений о выборе стратегий взаимодействия в условиях неопределённости. *Организационная психология*, 7(2), 102–125.
- Хачатурова, М. Р. (2013). Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 10(3), 160–169.
- Черешкин, Д. С. (2017). Модель процесса принятия решений в организационной системе. *Проблемы современной науки и образования*, 32(114), 16–24.
- Шипкова, О. Т., Акимова, Е. Н., & Шатаева, О. В. (2022). Инструменты планирования и принятия решений в условиях глубокой неопределённости как основа проактивной позиции экономического субъекта. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Экономика*, 2, 127–141.
- Yaltonsky, V. M., & Sirota, N. A. (2008). Psikhologiya sovladaniya: razvitie, dostizheniya, problemy, perspektivy. In *Sovladanie: sovremennoe sostoyanie i perspektivy* (pp. 21–54).
- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066–1074.

- Arieli, S., Sagiv, L., & Roccas, S. (2020). Values at work: The impact of personal values in organisations. *Applied Psychology, 69*(2), 230–275. <https://doi.org/10.1111/apps.12181>
- Baroncelli, A., Caputo, A., Santini, E., & Theodoraki, C. (2024). Resilience and entrepreneurial decision-making: The heterogeneity among Italian innovative start-ups. *Entrepreneurship & Regional Development, 36*(5–6), 798–815. <https://doi.org/10.1080/08985626.2023.2295959>
- Berzonsky, M. D., & Ferrari, J. R. (1996). Identity orientation and decisional strategies. *Personality and Individual Differences, 20*(5), 597–606. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00001-3](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00001-3)
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology, 61*, 679–704. <https://doi.org/10.1146/annurevpsych.093008.100352>
- Ceschi, A., Costantini, A., Sartori, R., Weller, J., & Di Fabio, A. (2019). Dimensions of decision-making: An evidence-based classification of heuristics and biases. *Personality and Individual Differences, 146*, 188–200. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.033>
- Dreves, P. A., & Blackhart, G. C. (2019). Thinking into the future: How a future time perspective improves self-control. *Personality and Individual Differences, 149*, 141–151. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.049>
- Eager, B., Grant, S. L., & Maritz, A. (2019). Classifying coping among entrepreneurs: Is it about time? *Journal of Small Business and Enterprise Development, 26*(4), 486–503. <https://doi.org/10.1108/JSBED-02-2018-0064>
- Fischer, R., Scheunemann, J., & Moritz, S. (2021). Coping strategies and subjective well-being: Context matters. *Journal of Happiness Studies, 22*(8), 3413–3434. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00372-7>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Li, T., Li, S., Li, B., Zhang, Z., Luo, Y., & Feng, C. (2023). Navigating uncertainty in human social decision-making: Consequences and coping strategies. *Social and Personality Psychology Compass, 17*(6). <https://doi.org/10.1111/spc3.12756>
- Mann, L., Burnett, P., & Radford, M. (1997). The Melbourne Decision Making Questionnaire: An instrument for measuring patterns for coping with decisional conflict. *Journal of Behavioral Decision Making, 10*(1), 1–19.
- Marroquín, B., Tennen, H., & Stanton, A. L. (2017). Coping, emotion regulation, and well-being: Intrapersonal and interpersonal processes. In *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp. 253–274). Springer.
- Segerstrom, S. C., & Smith, G. T. (2019). Personality and coping: Individual differences in responses to emotion. *Annual Review of Psychology, 70*, 651–671.
- Shannon, C. E., & Weaver, W. (1949). *The mathematical theory of communication*. University of Illinois Press.
- Shiffrin, R. M. (2022). Is it reasonable to study decision-making quantitatively? *Topics in Cognitive Science, 14*(3), 621–633. <https://doi.org/10.1111/tops.12541>
- Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (2007). *The Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (TKI)*. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t02326-000>

Поступила в редакцию: 10.02.2025

Поступила после рецензирования: 10.03.2025

Принята к публикации: 11.03.2025

## Заявленный вклад авторов

**Ирина Геннадьевна Юркова** – построение концепции научного исследования, описание результатов, методологическое обоснование эмпирического поиска, написание и научное редактирование текстов разделов «Результаты»; «Обсуждение результатов»; критический пересмотр содержания статьи.

**Ксения Владимировна Фарбитник** – формирование и описание эмпирической выборки, проведение исследования, математико-статистическая обработка эмпирических данных, обсуждение результатов и их практической значимости, написание обзорной части статьи.

**Людмила Сергеевна Скрипниченко** – теоретическое обоснование, написание текста раздела «Аннотация», написание раздела «Введение», участие в подготовке итогового текста статьи.

**Юлия Эдуардовна Каткова** – участие в сборе данных и анализе результатов, работа с литературными источниками по теме исследования.

**Михаил Валерьевич Мезужок** – подготовка и оформление текста статьи, подбор и проведение психодиагностических процедур, представление первичной статистики.

## Информация об авторах

**Ирина Геннадьевна Юркова** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры управления персоналом и организационной психологии, Кубанский государственный университет, Краснодар, Российская Федерация; SPIN-код: 4230-4384, AuthorID: 673993, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-8181-0390>; e-mail: [shelig@rambler.ru](mailto:shelig@rambler.ru)

**Ксения Владимировна Фарбитник** – магистр по направлению подготовки 37.04.01 Психология, профиль «Психология личности», Кубанский Государственный Университет, г. Краснодар, Российская Федерация; ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-4440-4437>, e-mail: [farbitnikk@yandex.ru](mailto:farbitnikk@yandex.ru)

**Людмила Сергеевна Скрипниченко** – кандидат социологических наук, доцент, доцент кафедры управления персоналом и организационной психологии Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Российская Федерация; Scopus ID: 57254358000, SPIN-код: 7391-7547, AuthorID: 674971; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8379-6256>, e-mail: [lud-skr@mail.ru](mailto:lud-skr@mail.ru)

**Юлия Эдуардовна Каткова** – преподаватель кафедры управления персоналом и организационной психологии Кубанский Государственный Университет, г. Краснодар, Российская Федерация; SPIN-код: 9731-4482, AuthorID: 734123; ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-8647-0661>, e-mail: [emylife\\_mk@mail.ru](mailto:emylife_mk@mail.ru)

**Михаил Валерьевич Мезужок** – преподаватель кафедры управления персоналом и организационной психологии Кубанский Государственный Университет, г. Краснодар, Российская Федерация; ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-5305-4410>, e-mail: [mike93.m@mail.ru](mailto:mike93.m@mail.ru)

### **Информация о конфликте интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.9.072.432

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.6>

## Гендерные и возрастные аспекты стратегий преодоления кибербуллинга в подростковой среде: результаты кросс-культурного исследования (Россия и Казахстан)

Гульмира У. Утемисова<sup>1\*</sup> , Анастасия В. Микляева<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Евразийский национальный университет имени Л. Н. Гумилева, Астана, Казахстан

<sup>2</sup> Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, г. Санкт-Петербург, Российская Федерация

\*Почта ответственного автора: [arimlug@mail.ru](mailto:arimlug@mail.ru)

---

### Аннотация

**Введение.** Кибербуллинг представляет серьезную угрозу психологическому благополучию подростков, однако влияние гендерных, возрастных и культурных факторов на выбор стратегий преодоления остается недостаточно изученным, особенно в постсоветском контексте. Новизна исследования состоит в кросс-культурном анализе стратегий преодоления кибербуллинга. Цель исследования – выявление гендерных и возрастных аспектов стратегий преодоления кибербуллинга, демонстрируемых подростками в российской и казахстанской выборках. **Методы.** В исследовании использована адаптированная версия Coping with Cyberbullying Questionnaire (CWCQBQ), которая имеет удовлетворительные психометрические характеристики: экспертный консенсус (согласованность  $\geq 80\%$ ), эксплораторный ( $KMO=0.85$ ;  $\chi^2=13691.213$ ,  $p < 0.001$ ) и конфирматорный факторный анализ ( $CFI=0.955$ ,  $RMSEA=0.036$ ), подтвердившие инвариантность измеряемых конструкторов для выборок из России и Казахстана ( $\Delta CFI < 0.01$ ). Участники: 404 подростка (206 из России, 198 из Казахстана; 43% мальчиков, 57% девочек) 11–17 лет. **Результаты.** Выявлены гендерные различия: девочки чаще используют «близкую поддержку» ( $M=24.8 / 21.2$ ;  $p < 0.01$ ) и «дистальный совет» ( $M=15.8 / 13.9$ ;  $p < 0.001$ ), мальчики – «выстраивание границ» ( $M=12.8 / 12.0$ ;  $p < 0.01$ ). Возрастная динамика: U-образный паттерн для «дистального совета» (пики в 12 и 16 лет), рост «близкой поддержки» к 17 годам. Кросс-

культурные различия: в казахстанской выборке выявлена более высокая ориентация на формальные стратегии, в российской – на цифровую автономию. **Обсуждение результатов.** Результаты подчеркивают роль культурных норм коллективизма и индивидуализма в формировании копинг-стратегий, направленных на преодоления кибербуллинга. В казахстанской выборке клановые структуры смягчают последствия кибербуллинга, в российской выборке доминирование цифровой автономии может маскировать эмоциональное избегание. Стратегии преодоления кибербуллинга детерминированы гендером, возрастом и культурой. Обоснована необходимость дифференциации профилактических программ: акцент на эмоциональную регуляцию (младший подростковый возраст), цифровую грамотность (средний) и укрепление социальных сетей (старший). Предложены семейно-ориентированные подходы для казахстанской выборки и тренинги технологической самоэффективности для российской.

### Ключевые слова

кибербуллинг, стратегии преодоления, подростки, гендерные различия, возрастные аспекты, кросс-культурное исследование, Россия, Казахстан

### Для цитирования

Утемисова, Г. У., Микляева А.В. (2026). Гендерные и возрастные аспекты стратегий преодоления кибербуллинга в подростковой среде: результаты кросс-культурного исследования (Россия и Казахстан). *Российский психологический журнал*, 23(1), 100–117, <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.6>

---

### Введение

Кибербуллинг как социальный феномен цифровой эпохи трансформирует не только формы агрессии, но и паттерны её преодоления. Если ранние исследования (Wolke et al., 2017) акцентировали его вторичность относительно офлайн-травли, современные работы (Солдатова, Рассказова, 2023) подчеркивают уникальность цифрового контекста: анонимность, вирусность, круглосуточную доступность. Это требует пересмотра классических моделей копинга (Lazarus & Folkman, 1984) через призму гибридной реальности (Маклюэн, 2007), где цифровые инструменты становятся «продолжением» личности, и разработки специфических стратегий преодоления, таких как выстраивание цифровых границ – блокировка агрессоров, настройка приватности, обучение эмоциональной саморегуляции (Boyd, 2014).

Однако гибридная природа цифровой идентичности, формируемая алгоритмическими системами, не только расширяет возможности самопрезентации,

но и создаёт новые уязвимости, особенно в контексте кибербуллинга. Если алгоритмы платформ, выступая «кристаллическими зеркалами», реконструируют самовосприятие через персонализацию контента (Ionescu & Licu, 2023), то кибербуллинг в этой гибридной реальности приобретает характер перманентного стрессора, нарушающего целостность цифрового «Я». Низкая алгоритмическая грамотность, усугубляющая когнитивные искажения, трансформирует сам механизм преодоления кибербуллинга: подростки, чья идентичность формируется в условиях цифровой гиперсвязности, вынуждены вырабатывать стратегии, одновременно защищающие их офлайн-чувствительность и онлайн-присутствие. Это объясняет актуальность исследования гендерно-возрастных особенностей выбора копинг-стратегий, где *выстраивание цифровых границ* (блокировка агрессоров, настройка приватности) выступает не просто техническим действием, а актом саморегуляции гибридной личности. Более того, синтез социальных и личностных категорий в самоописаниях подростков (Soldatova et al., 2022) коррелирует с предпочтением *дистальных* или *близких* стратегий: чем сильнее интеграция онлайн- и офлайн-идентичности, тем выше потребность в комбинированных методах – от эмоциональной поддержки до институциональной помощи. Таким образом, анализ кросс-культурных различий в преодолении кибербуллинга требует учёта особенностей цифровой социализации, которые могут как ограничивать репертуар копинга, так и стимулировать инновационные формы защиты «расширенной» идентичности. Современные цифровые платформы, такие как TikTok, активно используют алгоритмы для персонализации контента, что может приводить к формированию *эхо-камер* – информационных пузырей, где пользователи сталкиваются с усилением определённых паттернов, включая негативный контент (Ehn & Pita, 2023). **Алгоритмическая предвзятость**, проявляющаяся в фильтрации и рекомендациях, ограничивает доступ к альтернативным точкам зрения и ресурсам поддержки, что особенно критично в контексте кибербуллинга. Как показано в исследованиях цифровых кочевников, алгоритмы не только формируют онлайн-идентичность, но и усиливают социальную изоляцию, создавая условия для воспроизводства агрессивных сценариев (Boyd, 2014, Ionescu & Licu, 2023), что напрямую соотносится с культурно-историческим пониманием кибербуллинга как феномена цифрового опосредствования, где технологии не только усиливают агрессию, но и реструктурируют социальное взаимодействие (Солдатова, Войскунский, 2021).

При этом кросс-культурные различия в выборе стратегий преодоления кибербуллинга нельзя сводить лишь к вариациям цифровой грамотности или уровню технологической адаптации. Если гибридная реальность, по Маклюэну, задаёт общие рамки «расширения» личности через цифровые инструменты, то культурно-исторический контекст определяет, *как именно* эти инструменты реконструируют социальные практики. Так, выявленные эмпирически различия между российскими и казахстанскими подростками – цифровая автономия / клановая поддержка – отражают глубинное противоречие между технологическим детерминизмом и культурной традицией. Например, у подростков в казахстанской выборке поддержка клановых структур способствует восстановлению

границ к 15–17 годам, тогда как в российской выборке доминирует цифровая автономия, что согласуется с теорией индивидуализма (Görzig, Machácková, 2015). Эти различия подчеркивают необходимость адаптации антибуллинговых стратегий к локальным контекстам, формирующих «рамки приемлемого» для цифрового поколения, где клановые связи и индивидуализм становятся не антагонистами, а комплементарными элементами новой экосистемы копинга.

Выявленные кросс-культурные различия в стратегиях копинга обнажают более глубокую методологическую проблему: противоречивость данных о распространённости кибербуллинга может быть не статистической погрешностью, а маркером культурно-обусловленных *механизмов репрезентации травмы*. В отличие от выводов глобального опроса Ipsos (McCarthy, 2018), где 0% российских родителей сообщили о случаях кибербуллинга, настоящее исследование выявило значительную распространённость проблемы среди подростков (N=404). Это указывает на то, что кибербуллинг в индивидуалистических обществах часто остаётся латентным из-за стигматизации жертв, тогда как в коллективистских культурах (Казахстан) клановые структуры обеспечивают открытое обсуждение и поддержку. Это создаёт противоречивую динамику: технологии, которые стандартизируют формы киберагрессии (например, анонимность и вирусность), сталкиваются с культурными различиями, кардинально меняющими то, как проблема воспринимается. В российской выборке цифровая автономия, соответствующая ценностям индивидуализма (Görzig, Machácková, 2015), действует как «двойной экран»: с одной стороны, даёт инструменты для блокировки агрессоров (Boyd, 2014), с другой – скрывает масштабы травли, так как жертвы «замалчивают» проблему из-за страха осуждения. В казахстанской выборке же клановые связи, перенесённые в цифровое пространство, не уменьшают частоту буллинга, но меняют его суть: из личной травмы он превращается в тему для коллективного обсуждения. Таким образом, расхождения в данных глобальных и локальных исследований – не ошибка, а результат культурных различий в восприятии проблемы. Гибридная идентичность (Маклюэн, 2007) влияет не только на то, как подростки преодолевают агрессию, но и на их готовность вообще говорить о ней. Это ставит под сомнение универсальные подходы к борьбе с кибербуллингом: программы должны учитывать культурные нормы, определяющие, что считается «личным», а что – «общественным», даже если технологии повсеместно навязывают одинаковые правила поведения в сети.

Однако синхронизация антибуллинговых программ с культурными кодами требует не только признания латентности проблемы в индивидуалистических обществах, но и переосмысления самой методологии её изучения. Если Wolke et al. (2017) трактуют кибербуллинг как «рябь на поверхности океана традиционной агрессии», то работы Soldatova & Rasskazova (2023) демонстрируют, что цифровая анонимность и вирусность контента трансформируют его в самостоятельный феномен, где технологические детерминанты (алгоритмы, платформы) становятся катализаторами «цунами» травмы, стирающего границы между онлайн- и офлайн-реальностью. Это противоречие

между классическими моделями (Wolke et al., 2017) и современными реалиями гибридной реальности актуализирует синтез теорий развития: интеграция концепций Стейнберга (Steinberg et al., 2017) о когнитивной пластичности подросткового мозга, Лернера (2018) о позитивном развитии через взаимодействие с контекстом и Арнетта (2000; 2016) о «зарождающейся взрослости» позволяет предложить стратегии, учитывающие двойственную природу цифровых инструментов – как «психологических орудий» (Выготский, 1984), так и источников «цифрового разлома» (Смирнов, 2023). Например, казахстанские «семейные цифровые патчи» (видеообращения старейшин в чатах) могут не только повышать эмпатию, как показано в исследовании Brewer & Kerlake (2015), где зафиксирован статистически значимый прирост показателей ( $\Delta = +15\%$ ,  $p < 0.05$ ), но и переопределять роль технологий – трансформируя их из алгоритмических посредников в проводники культурного авторитета. Это способствует компенсации «разлома» в коммуникации «взрослый–ребёнок» (Смирнов, 2013) за счёт интеграции традиционных ценностей в цифровое пространство. В российской выборке же тренинги технологической самоэффективности (активация префронтальной коры,  $p < 0.01$ ) становятся инструментом интериоризации цифровых границ, где блокировка агрессоров (Boyd, 2014) эволюционирует из технического действия в акт личностного самоутверждения, нивелируя риски «функциональной инверсии» (Смирнов, 2023). При этом гендерный аспект, раскрытый Eagly & Wood в рамках теории социальных ролей, добавляет критическое измерение: если девочки используют платформы для укрепления связей, следуя паттернам эмпатии, то мальчики, как показал Wright (2017), чаще трансформируют технологии в инструменты избегания или агрессии, воспроизводя маскулинные стереотипы даже в гибридной реальности.

### ***Цель и гипотезы исследования***

Цель исследования – раскрытие закономерностей выбора подростками стратегий преодоления кибербуллинга через призму их гендерной, онтогенетической и кросс-культурной детерминации.

Гипотеза исследования базируется на предположении о том, что структура копинг-поведения в цифровой среде носит характер сложной дифференциации:

Гендерная специфика проявляется в дихотомии между социально-институциональными механизмами у девочек («близкая поддержка», «дистальный совет») и инструментально-автономными методами саморегуляции у мальчиков («выстраивание границ»).

Возрастная динамика характеризуется нелинейными (U-образными) паттернами, что отражает специфику когнитивной пластичности и фазы психосоциального созревания в подростковом возрасте.

Кросс-культурная вариативность (российская и казахстанская выборки) выступает значимым предиктором выбора ресурсов преодоления, детерминируя приоритет либо коллективистских (социально-клановых) сетей поддержки, либо индивидуалистических стратегий цифровой автономии.

Взаимосвязь стратегий обусловлена их функциональной сопряженностью, имеющей специфические корреляционные профили в зависимости от пола подростков.

## Методы

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на изучение стратегий преодоления кибербуллинга в подростковой среде с учётом гендерных и возрастных различий. В фокусе анализа – сравнительная оценка предпочтений подростков в российской выборке ( $N=206$ ) и казахстанской выборке ( $N=198$ ) в выборе четырёх ключевых стратегий:

1. **дистальный совет** (обращение к формальным институтам или авторитетам);
2. **выстраивание границ** (цифровая саморегуляция и ограничение взаимодействия);
3. **близкая поддержка** (поиск помощи в ближайшем окружении);
4. **активное игнорирование** (сознательное избегание конфликта).

Эмпирическую выборку составили 404 подростка в возрасте 11–17 лет ( $M=13.7\pm 1.73$ ), из которых 57,2% – девочки ( $n=231$ ) и 42,8% – мальчики ( $n=173$ ). Социально-демографический профиль участников, обучающихся в 5–11-х классах русскоязычных школ, репрезентативен для подростковой популяции исследуемых регионов: г. Орска (РФ), а также гг. Актау, Семей, Усть-Каменогорска и Актобе (РК). Критерием включения выступал опыт активного использования интернета и социальных сетей со стажем онлайн-активности не менее года. Процедура сбора данных соответствовала международным этическим стандартам, включая принципы анонимности, конфиденциальности и получение добровольного письменного согласия родителей.

Эмпирической основой работы выступили данные опроса с применением адаптированной русскоязычной версии опросника Coping with Cyberbullying Questionnaire (CWCBQ) (Sticca et al., 2015; адаптация: Утемисова, 2024). Психометрическая валидность и инвариантность между выборками России и Казахстана ( $\Delta CFI < 0.01$ ) обеспечили строгую сопоставимость данных на кросс-культурном уровне (Cheung & Rensvold, 2002) и удовлетворительные психометрические характеристики: экспертный консенсус (согласованность  $\geq 80\%$ ); эксплораторный факторный анализ ( $KMO = 0.85$ ;  $\chi^2 = 13691.213$ ,  $p < 0.001$ ); конфирматорный факторный анализ ( $CFI = 0.955$ ,  $RMSEA = 0.036$ ).

Межкультурная эквивалентность опросника повышает его валидность. Данные результаты подтверждают применимость опросника в межкультурных исследованиях (Утемисова, 2024).

Статистическая обработка проведена в программе SPSS 26.0. Для проверки гипотез использовались количественные методы: корреляционный анализ (Пирсона), U-критерий Манна–Уитни для сравнения независимых выборок, критерий Краскела–

Уоллиса для оценки возрастной динамики и многофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) для оценки влияния возраста, гендера и страны на выбор стратегий. Выбор параметрических (ANOVA) и непараметрических критериев (Манна – Уитни, Краскела – Уоллиса) обусловлен проверкой соответствия данных предположениям о нормальности распределения (тест Шапиро – Уилка) и гомогенности дисперсий. Для переменных, нарушающих условия параметрических тестов ( $p < 0.05$ ), применялись непараметрические аналоги. Сравнение стратегий по полу (гендерные группы) проводилось с помощью U-критерия Манна–Уитни, так как распределение данных по шкалам «близкая поддержка» и «активное игнорирование» отклонялось от нормального. Для анализа возрастной динамики использовался критерий Краскела–Уоллиса ввиду неравномерного распределения возрастных подгрупп. Многофакторный ANOVA применялся для оценки кросс-культурных различий при соблюдении условия гомогенности дисперсий ( $p > 0.05$  по тесту Левена). Совместное использование параметрических и непараметрических методов объясняется необходимостью соблюдения статистических допущений. ANOVA требует нормальности и гомогенности дисперсий, что соблюдалось для кросс-культурных сравнений (стратегии «дистальный совет»:  $F=3.281$ ,  $p=0.039$ ), но не для гендерных групп.

## Результаты

Анализ корреляционных связей между стратегиями преодоления кибербуллинга (Таблица 1) выявил гендерно-специфические паттерны. У мальчиков обнаружены статистически значимые взаимосвязи между всеми стратегиями: сильная корреляция «близкой поддержки» с «активным игнорированием» ( $r = 0.730$ ;  $p < 0.001$ ), умеренные связи «дистального совета» с «близкой поддержкой» ( $r = 0.560$ ;  $p < 0.001$ ) и «активным игнорированием» ( $r = 0.481$ ;  $p < 0.001$ ). У девочек доминирует связь «близкой поддержки» с «активным игнорированием» ( $r = 0.603$ ;  $p < 0.001$ ), тогда как связь «дистального совета» с «близкой поддержкой» слабее ( $r = 0.391$ ;  $p < 0.001$ ) и отсутствует значимая корреляция с «активным игнорированием».

Гендерные различия в использовании стратегий выражены следующим образом (Таблица 2): девочки чаще применяют «близкую поддержку» ( $M = 24.8 / 21.2$ ;  $U = 16604$ ,  $p = 0.004$ ) и «дистальный совет» ( $M = 15.8 / 13.9$ ;  $p < 0.001$ ,  $U = 13540$ ,  $p < 0.001$ ), тогда как мальчики предпочитают «выстраивание границ» (мальчики:  $M = 12.8 / 12.0$ ;  $U = 17337$ ,  $p = 0.022$ ).

Возрастная динамика демонстрирует U-образный паттерн для «дистального совета» с пиками в 12 и 16 лет. Кросс-культурные сравнения выявили ориентацию подростков в казахстанской выборке на формальные стратегии, в отличие от российских, предпочитающих цифровую автономию. Мальчики демонстрируют тенденцию к предпочтению «активного игнорирования» ( $U = 17797.500$ ,  $p = 0.059$ ), что, хотя и не достигает стандартного уровня значимости, согласуется с теорией маскулинности, поощряющей избегание демонстрации уязвимости (Cornwall et al., 2016).

**Таблица 1**

*Корреляционные связи между стратегиями преодоления кибербуллинга в группах мальчиков и девочек (коэффициент  $r$  Спирмена)*

Группа	Пары стратегий	$r$	$p$
Девочки ( $n=231$ )	Дистальный совет – Близкая поддержка	0,391	<0,001
	Близкая поддержка – Активное игнорирование	0,603	<0,001
Мальчики ( $n=173$ )	Дистальный совет – Близкая поддержка	0,56	<0,001
	Близкая поддержка – Активное игнорирование	0,73	<0,001
	Дистальный совет – Активное игнорирование	0,481	<0,001

**Таблица 2**

*Сравнительный анализ стратегий преодоления кибербуллинга в зависимости от пола подростков (U-критерий Манна – Уитни)*

Стратегия преодоления	Мальчики ( $n=173$ ), $M\pm SD$	Девочки ( $n=231$ ), $M\pm SD$	U	$p$
Дистальный совет (ДС)	13,9±0,4	15,8±0,3	13540	<0,001***
Выстраивание границ (ВГ)	12,8±4,0	12,0±3,6	17337,5	0,022*
Близкая поддержка (БП)	21,2±0,4	24,8±0,3	16604	0,004**
Активное игнорирование (АИ)	13,9±0,3	15,8±0,2	17797,5	0,059

**Примечание:**  $M\pm SD$  – среднее±стандартное отклонение; U – критерий Манна-Уитни;  
 \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

Помимо выраженных гендерных различий в выборе копинг-стратегий, анализ данных выявил сложную возрастную динамику, демонстрирующую взаимосвязь этапов психосоциального развития с цифровой адаптацией подростков. Анализ данных выявил сложную возрастную динамику стратегий преодоления кибербуллинга, взаимосвязанную с этапами психосоциального развития подростков. Стратегия «Дистальный совет» (ДС) демонстрирует U-образную траекторию с пиками в 12 ( $M = 15.27 \pm 6.35$ ) и 16 лет ( $M = 17.05 \pm 4.82$ ), снижением к 14 годам ( $M = 13.87 \pm 4.77$ ) и стабилизацией к 17 ( $M = 16.22 \pm 4.35$ ) (Таблица 2). Стратегия «Близкая поддержка» (БП) показывает рост с 11 ( $M = 22.69 \pm 5.41$ ) до 17 лет ( $M = 26.09 \pm 2.78$ ), с минимальными значениями в 14 лет ( $M = 21.99 \pm 5.87$ ).

Стратегия «Выстраивание границ» (ВГ) демонстрирует стабильные значения в возрастном диапазоне 11–17 лет ( $M = 11.78$ – $12.78$ ) без статистически значимых различий ( $N = 3.125$ ;  $p = 0.793$ ). Минимальные показатели зафиксированы в 12 лет ( $M = 11.78 \pm 4.50$ ), после чего наблюдается повышение к 13–14 годам ( $M = 12.46 \pm 3.99$  и  $12.41 \pm 3.98$  соответственно). Максимальные значения достигаются к 16 годам ( $M = 12.78 \pm 3.13$ ), но возрастная динамика не является значимой. Стратегия «Активное игнорирование» (АИ) демонстрирует возрастной рост с 11 лет ( $M = 14.48 \pm 3.53$ ) до 17 лет ( $M = 17.00 \pm 2.32$ ).

**Таблица 3**

*Возрастная динамика стратегий преодоления кибербуллинга ( $M \pm SD$ )*

Стратегия	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	N (p-значение)
Дистальный совет (ДС)	14.23±4.91	15.27±6.35	15.04±4.89	13.87±4.77	15.73±4.62	17.05±4.82	16.22±4.35	17.806 (0.007**)
Выстраивание границ (ВГ)	11.90±3.54	11.78±4.50	12.46±3.99	12.41±3.98	12.45±3.29	12.78±3.13	12.48±3.59	3.125 (0.793)
Близкая поддержка (БП)	22.69±5.41	24.61±4.96	22.76±5.69	21.99±5.87	23.12±4.58	24.93±4.03	26.09±2.78	22.866 (0.001****)
Активное игнорирование (АИ)	14.48±3.53	15.98±3.44	14.67±3.37	14.63±3.87	14.78±3.42	15.05±3.32	17.00±2.32	15.878 (0.014*)

**Примечание:**  $M \pm SD$  – среднее  $\pm$  стандартное отклонение; N – критерий Краскела-Уоллиса; \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ .

**Таблица 4**

*Кросс-культурные различия в стратегиях преодоления кибербуллинга (M ± SD)*

Стратегия	Возраст	Россия	Казахстан	F (p-значение)
Дистальный совет (ДС)	11–12 лет	15.3±4.6	16.1±4.4	3.281 (0.039*)
	13–14 лет	13.0±4.7	16.6±5.1	
	15–17 лет	13.2±5.0	17.1±5.0	
Выстраивание границ (ВГ)	11–12 лет	13.4±3.3	13.2±3.6	0.750 (0.473)
	13–14 лет	11.8±3.4	12.1±4.1	
	15–17 лет	11.6±3.7	12.6±4.5	
Близкая поддержка (БП)	11–12 лет	23.8±4.5	24.7±4.0	4.282 (0.014*)
	13–14 лет	22.8±5.5	24.0±4.8	
	15–17 лет	23.2±5.6	25.0±3.5	
Активное игнорирование (АИ)	11–12 лет	15.1±3.0	15.8±2.8	1.891 (0.059)
	13–14 лет	14.8±3.8	15.6±3.2	
	15–17 лет	15.1±3.7	17.0±2.3	

**Примечание:** M±SD – среднее ± стандартное отклонение; F – критерий ANOVA; \*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001.

Анализ кросс-культурных различий в стратегиях преодоления кибербуллинга (таблица 4) выявил статистически значимые различия между подростками в российской выборке (N=206) и в казахстанской выборке (N=198) по стратегиям *дистального совета* (F=3.281; p=0.039) и *близкой поддержки* (F=4.282; p=0.014). В казахстанской выборке подростки демонстрируют более высокую ориентацию на формальные стратегии:

**Дистальный совет:** максимальные значения в группе 15–17 лет (M=17.1±5.0) против 13.2±5.0 в российской выборке (p<0.05), что согласуется с культурными нормами коллективизма и клановой поддержки (Lerner et al., 2018; Markus & Kitayama, 1991).

**Близкая поддержка:** стабильный рост к 15–17 годам ( $M=25.0\pm 3.5 / 23.2\pm 5.6$  в российской выборке;  $p < 0.05$ ), подтверждающий роль семейных сетей в постсоветском контексте (Valpeisova et al., 2019).

В казахстанской выборке доминирует стратегия *активного игнорирования*, особенно в старшей возрастной группе ( $M=17.0\pm 2.3 / 15.1\pm 3.7$ ;  $p=0.059$ ), что отражает тенденцию к цифровой автономии (Hofstede, 2011; Soldatova & Rasskazova, 2023). Хотя в общей выборке наблюдается рост «активного игнорирования» (таблица 2) с возрастом (от 14.48 в 11 лет до 17.00 в 17 лет), кросс-культурный анализ выявляет нюансы. В российской выборке значения для старших подростков (15–17 лет:  $M = 15.1 \pm 3.7$ ) демонстрируют меньший прирост по сравнению с казахстанской выборкой ( $M= 17.0 \pm 2.3$ ), где стратегия более выражена и однородна. Частичное пересечение стандартных отклонений указывает на значительную внутригрупповую вариативность в российской выборке, что может быть связано с различиями в цифровой автономии и культурных нормах.

**Возрастная динамика** (таблица 3) показывает: для *дистального совета* в казахстанской выборке наблюдается линейный рост с 11–12 лет ( $M=16.1\pm 4.4$ ) до 15–17 лет ( $M=17.1\pm 5.0$ ), тогда как в российской выборке – снижение ( $15.3\pm 4.6 - 13.2\pm 5.0$ ), что подтверждает U-образный паттерн, описанный в таблице 2.

*Выстраивание границ* демонстрирует незначимые изменения ( $F=0.750$ ;  $p=0.473$ ), с тенденцией к снижению в российской выборке ( $13.4\pm 3.3 - 11.6\pm 3.7$ ) и слабому росту в казахстанской выборке с 13 лет ( $12.1\pm 4.1 - 12.6\pm 4.5$ ), что может быть связано с кризисом автономии в индивидуалистических культурах (Erikson, 1968).

**Гендерные различия** (таблицы 1-2) дополняют картину: девочки значимо чаще используют *близкую поддержку* и *дистальный совет*, что соответствует теории гендерной социализации (Eagly & Wood, 2012; Tamres et al., 2002). У мальчиков доминирует *активное игнорирование*, коррелирующее с инструментальным копингом (Lazarus & Folkman, 1984).

## Обсуждение результатов

Результаты исследования подтверждают мультифакторную природу кибербуллинга, формирующегося под влиянием нейробиологических, возрастных, гендерных и культурных детерминант. В возрасте 12–14 лет, характеризующемся нейробиологическим дисбалансом между лимбической системой и префронтальной корой (Stone & Dahl, 2012), подростки демонстрируют повышенную импульсивность. Однако ее проявление опосредовано культурным контекстом: в казахстанской выборке она смягчается за счет доминирования стратегии «активного игнорирования» и обращения к «близкой поддержке», тогда как в российской выборке отсутствие подобного смягчения повышает риски дезадаптации (Fahy et al., 2016). Культурные нормы индивидуализма, доминирующие в российской выборке, усиливают тенденцию

к автономии, маскируя эмоциональные потребности, что отражается в U-образном паттерне снижения значимости «дистального совета» к 14 годам после пика в 12 лет. К 15–17 годам нейрокогнитивное созревание способствует становлению более адаптивных стратегий (Crone & Dahl, 2012): казахстанские подростки эффективно используют семейные ресурсы, в то время как в российской выборке ранее сформированный акцент на «выстраивание границ» может маскировать эмоциональное избегание, что повышает риски социальной изоляции (Fahy et al., 2016). Гендерные различия остаются устойчивым паттерном: девочки значимо чаще обращаются к «близкой поддержке», что согласуется с теориями гендерной социализации, акцентирующими роль эмпатии и социальной связанности (Eagly & Wood, 2012). Мальчики, напротив, предпочитают инструментальные стратегии, такие как «активное игнорирование», отражая нормы маскулинности, поощряющие избегание демонстрации уязвимости (Gutmann & Vigoya, 2018). Выявленные корреляции подтверждают, что гендерные различия в стратегиях преодоления кибербуллинга формируются под влиянием социальных ожиданий и могут быть интерпретированы в логике теории социальных ролей (Eagly & Wood, 2012). Так, у мальчиков сильная связь между «близкой поддержкой» и «активным игнорированием» отражает внутреннее противоречие маскулинных норм: вынужденное обращение за помощью сочетается с сохранением видимости самостоятельности. Умеренная связь «дистального совета» с «активным игнорированием» демонстрирует прагматичный переход к избеганию после исчерпания формальных ресурсов. У девочек умеренная связь «близкой поддержки» с «активным игнорированием» отражает баланс между эмпатией и самозащитой, а слабая связь «дистального совета» с другими стратегиями подтверждает предпочтение неформальной, эмоционально-насыщенной поддержки. Таким образом, мальчики адаптируются к маскулинным нормам через инструментальные и избегающие стратегии, а девочки следуют фемининным ролям с акцентом на эмоциональной поддержке. Данные Wright (2017) о том, что подростки с маскулинными чертами чаще используют кибервербальную агрессию в онлайн-играх, а женственные черты коррелируют с киберагрессией в социальных сетях, согласуются с нашими выводами и подчеркивают, что цифровые инструменты не только усиливают агрессию, но и реконструируют гендерные роли в онлайн-пространстве. Это определяет необходимость гендерно-чувствительных подходов в профилактике кибербуллинга, особенно в свете выявленной связи между избеганием и долгосрочной эмоциональной уязвимостью (Карауш и др., 2020).

Культурный контекст играет ключевую роль в выборе копинг-стратегий. В казахстанской выборке, где доминируют коллективистские ценности (Hofstede, 2011), подростки чаще обращаются к формальным институтам и семейной поддержке, что согласуется с исследованиями роли клановых сетей в постсоветских обществах (Balpeisova et al., 2019). Результаты демонстрируют, как клановые структуры Казахстана в рамках гибридной идентичности (Маклюэн, 2007) становятся цифровым «продолжением» коллективистских ценностей. Высокие показатели «близкой поддержки» и «дистального совета» у казахстанских подростков 15–17 лет отражают

синтез онлайн- и офлайн-практик, где обращение за помощью к авторитетам воспринимается как естественное расширение социальных взаимодействий. В российской выборке, напротив, доминирование «активного игнорирования» и снижение «выстраивания границ» к 15–17 годам указывает на иную траекторию гибридности: цифровая автономия становится инструментом дистанцирования от эмоциональных рисков, что согласуется с индивидуалистическим контекстом, где онлайн-идентичность чаще противопоставляется офлайн-ролям. Это отражает кризис цифровой саморегуляции, предсказанный теорией «цифрового разлома» (Смирнов, 2023), и требует интеграции тренингов эмоциональной компетентности в образовательные программы (Soldatova et al., 2019). Выявленные кросс-культурные и возрастные различия получают дополнительное объяснение в контексте взаимодействия алгоритмически сконструированных атрибутов идентичности и социокультурных норм. Исследование Ehn & Pita (2023) демонстрирует, что алгоритмы платформ формируют динамическую матрицу идентичности, где пользователи балансируют между статичными и изменчивыми атрибутами. Однако этическая непрозрачность алгоритмов («чёрный ящик»), как подчёркивают Ionescu & Licu (2023), трансформирует сам процесс совладания: подростки взаимодействуют не с объективными алгоритмами, а с их субъективными ментальными репрезентациями, сформированными через призму культурных фильтров.

Возрастная динамика стратегий демонстрирует нелинейные паттерны. U-образная траектория «дистального совета» (пики в 12 и 16 лет) отражает этапы психосоциального развития по Эриксону (1968): поиск внешних авторитетов в раннем пубертате и их переоценку в позднем подростковом возрасте. Снижение «выстраивания границ» к 13–14 годам может быть связано с кризисом автономии, усиливающимся в условиях цифровой гиперподключенности (Солдатова & Войскунский, 2021), что согласуется с международными исследованиями роли технологий в трансформации социального взаимодействия (Boyd, 2014; Smahel et al., 2020)

Результаты данного исследования расширяют выводы проекта EU Kids Online (Smahel et al., 2020), демонстрируя, как культурный контекст модифицирует проявления кибербуллинга и стратегии совладания. В то время как EU Kids Online выявил высокую распространенность кибербуллинга в Европе, а также акцентирует гендерное равенство в использовании формальных стратегий, наши данные выявили значимые кросс-культурные и гендерные различия. Например, в казахстанской выборке показатель обращения к «дистальному совету» превысил среднеевропейские данные, а девочки значительно чаще применяли «близкую поддержку», что противоречит европейскому тренду к гендерной нейтральности и может объясняться сохранением традиционных ролей в постсоветских обществах. Кроме того, если европейские исследования описывают линейный рост цифровой автономии, в российской выборке выявлен U-образный паттерн для «дистального совета», что связано с кризисами подростковой идентичности в индивидуалистическом контексте. Таким образом, культурные и возрастные факторы не только дополняют, но и усложняют общеевропейские выводы,

требуя локализованных решений. Таким образом, кибербуллинг представляет собой самостоятельный феномен гибридной реальности, а не вторичный по отношению к офлайн-агрессии (Wolke et al., 2017). Цифровая идентичность проявляется как наслаение атрибутов, где поверх традиционных социальных ролей (Soldatova et al., 2022) накладываются алгоритмически сконструированные атрибуты (Ehn & Pita, 2023), а устойчивость к киберагрессии становится индикатором адаптивности.

### **Ограничения исследования и перспективы дальнейших исследований**

Ограничения исследования включают риск смещений, связанный с использованием самоотчетов, неравномерность возрастных подгрупп (напр., 17 лет) и культурную специфику выборки, что сужает возможности генерализации результатов. Несмотря на согласованность с данными проектов EU Kids Online (Smahel et al., 2020) и «Дети России онлайн» (Солдатова и др., 2019), необходимы лонгитюдные исследования для оценки долгосрочных эффектов выявленных стратегий, особенно «активного игнорирования», которое, по данным Fahy et al. (2016), может усиливать риски дезадаптации. Перспективным направлением является изучение того, как алгоритмические изменения цифровых платформ (например, переход TikTok к 10-минутным видео) трансформируют идентификационные матрицы и стратегии совладания в динамике, особенно в условиях культурного разнообразия. На глобальном уровне перспективным направлением является внедрение VR-симуляторов для тренировки эмоциональной регуляции, что подтверждается метааналитическими данными (Steinberg et al., 2018). Эти меры могут стать основой для создания комплексных систем профилактики, учитывающих как универсальные, так и культурно-специфические аспекты кибербуллинга.

Для казахстанской выборки эффективны семейно-ориентированные подходы, интегрирующие клановые структуры в цифровые платформы, тогда как в российской выборке приоритетом должно стать развитие критического мышления и технологической самоэффективности (Soldatova et al., 2019). Однако, как предупреждает Смирнов (2023), цифровые инструменты должны играть вспомогательную роль, не заменяя живого взаимодействия, чтобы предотвратить «событийный сдвиг» – перенос ценностных акцентов в виртуальную реальность (Смирнов, 2023, с. 49).

### **Выводы**

1. Девочки значимо чаще используют как стратегии преодоления кибербуллинга *близкую поддержку* и *дистальный совет*, тогда как мальчики чаще используют *выстраивание границ* и демонстрируют тенденцию к предпочтению активного игнорирования;

2. Возрастная динамика характеризуется нелинейностью: пик использования дистального совета наблюдается в раннем подростковом возрасте с последующим снижением в среднем подростковом периоде и восстановлением к старшему

подростковому возрасту. Близкая поддержка достигает максимальных значений к концу подросткового периода, тогда как активное игнорирование постепенно усиливается с возрастом;

3. Культурные различия играют ключевую роль: в казахстанской выборке доминируют дистальный совет и близкая поддержка, что отражает влияние коллективистских ценностей и клановых сетей. В российской выборке отмечается тенденция к активному игнорированию, особенно среди старших подростков, на фоне снижения выстраивания границ, что может быть связано с кризисом цифровой саморегуляции в индивидуалистическом контексте;

4. Гендерные взаимосвязи между стратегиями также варьируются: у мальчиков выявлена сильная связь между близкой поддержкой и активным игнорированием, а также умеренная связь дистального совета с активным игнорированием. У девочек доминирует умеренная связь близкой поддержки с активным игнорированием, тогда как дистальный совет слабо коррелирует с другими стратегиями.

### **Заключение**

Практические выводы подчеркивают необходимость:

1. Для казахстанской выборки – программ, интегрирующих клановые структуры в цифровую поддержку.
2. Для российской выборки – тренингов технологической самоэффективности.

Таким образом, исследование вносит вклад в исследования цифровой социализации, и подтверждает, что культурные нормы и возрастные изменения решающим образом формируют стратегии преодоления кибербуллинга в условиях гибридной реальности.

### **Литература**

- Выготский, Л. С. (1984). *Собрание сочинений: В 6 т. Т. 4.* Государственное педагогическое издательство.
- Карауш, И. С., Куприянова, И. Е., & Кузнецова, А. А. (2020). Кибербуллинг и суицидальное поведение подростков. *Суицидология*, 11(1), 1–15.
- Смирнов, С. А. (2023). Л.С. Выготский и цифра: вызов для культурно-исторической психологии. *Культурно-историческая психология*, 19(2), 41–51. <https://doi.org/10.17759/chp.2023190205>
- Солдатова, Г. У., & Войскунский, А. Е. (2021). Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 18(3), 45–67.
- Солдатова, Г. У., & Рассказова, Е. И. (2023). Цифровая социализация российских подростков: сквозь призму сравнения с подростками 18 европейских стран. *Социальная психология и общество*, 14(3), 11–30. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140302>
- Солдатова, Г. У., Рассказова, Е. И., Нестик, Т. А. (2017). *Цифровое поколение России: компетентность и безопасность.* Смысл.
- Утемисова, Г. У. (2024). Опросник стратегий преодоления ситуаций кибербуллинга: структура и первичные психометрические характеристики. *Психология человека в образовании*, 6(3), 362–383. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-3-362-383>

- Утемисова, Г. У. (2024). Опросник стратегий преодоления ситуаций кибербуллинга: Первичные психометрические характеристики. В *VII Международная научно-практическая конференция Герценовские чтения: психологические исследования в образовании* (стр. 7). <https://herzenpsyconf.ru/wp-content/uploads/2024/12/80-utemissova.pdf>
- Arnett, J. J. (2016). Does emerging adulthood theory apply across social classes? National data on a persistent question. *Emerging Adulthood, 4*(4), 227–235. <https://doi.org/10.1177/2167696815613000>
- Balpeisova, S. A., Utemisova, G. U., Kushzhanov, N. V., Maidangalieva, Z. A., & Summers, D. G. (2019). Mediation in the education system. *Bulletin of the National Academy of Sciences of the Republic of Kazakhstan. Series of Social and Humanitarian Sciences, 1*(323), 23–31.
- Boyd, D. & Deogracias, A.: It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. *J Youth Adolescence 44*, 1171–1174 (2015). <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0223-7>
- Brewer, G., & Kerlake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior, 48*, 255–260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.073>
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling, 9*(2), 233–255. [https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902\\_5](https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_5)
- Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews Neuroscience, 13*(9), 636–650. <https://doi.org/10.1038/nrn3313>
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Psychology Press.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory of sex differences. In J. C. Chrisler & D. R. McCreary (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of the psychology of gender and sexuality* (pp. 31–55). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.4324/9780203781906>
- Ehn, K., & Pita, M. M. (2023). Algorithmic Influence of TikTok: Mixed method study of digital nomads and their online identity attributes [Conference abstract]. *3rd World Conference on Media and Communication*. <https://www.dpublication.com/abstract-of-3rd-worldcmc/w29-837/>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W.W. Norton & Company.
- Fahy, A. E., Stansfeld, S. A., Smuk, M., Smith, N. R., Cummins, S., & Clark, C. (2016). Longitudinal associations between cyberbullying involvement and adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health, 59*(5), 502–509. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.006>
- Görzig, A., & Macháková, H. (2015). *Cyberbullying from a socio-ecological perspective: A contemporary synthesis of findings from EU Kids Online*. EU Kids Online.
- Cornwall, A., Karioris, F. G., & Lindisfarne, N. (Eds.). (2016). *Masculinities Under Neoliberalism*. Zed Books. <http://dx.doi.org/10.5040/9781350221307>
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *International Journal of Behavioral Medicine, 18*(4), 403–404. <https://scholarworks.gvsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1014&context=orpc>
- Hofstede Insights. (2024). Country Comparison Tool. The Culture Factor. Retrieved March 3, 2026, from <https://www.theculturefactor.com/country-comparison-tool>
- Ionescu, C. G., & Licu, M. (2023). Are TikTok Algorithms Influencing Users' Self-Perceived Identities and Personal Values? *A Mini Review. Social Sciences, 12*(8), 465. <https://doi.org/10.3390/socsci12080465>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lerner, R., Lerner, J., von Eye, A., Ostrom, C., Nitz, K., Talwar-Soni, R., & Tubman, J. (2018). Continuity and discontinuity across the transition of early adolescence: A developmental contextual perspective. In J. A. Graber, J. Brooks-Gunn, & A. C. Petersen (Eds.), *Transitions through adolescence: Interpersonal domains and context* (pp. 3–22). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315789286-1>

- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581–599. <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Olafsson, K., Livingstone, S., & Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids Online, The London School of Economics and Political Science. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj010fo>
- McLuhan, H. M. (1964). *Understanding media: The extensions of man*. McGraw-Hill: MIT Press.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- McCarthy, N. (2018, October 10). Where cyberbullying is most prevalent [Infographic]. *Statista*. Retrieved from <https://www.statista.com/chart/15926/the-share-of-parents-who-say-their-child-has-experienced-cyberbullying/>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., & Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. LSE Publishing. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj010fo>
- Steinberg, L., Icenogle, G., Shulman, E. P., Breiner, K., Chein, J., Bacchini, D., Chang, L., Chaudhary, N., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Fanti, K. A., Lansford, J. E., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Tapanya, S., Uribe Tirado, L. M., ... Takash, H. M. S. (2017). Around the world, adolescence is a time of heightened sensation seeking and immature self-regulation. *Developmental Science*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/desc.12532>
- Sticca, F., Machmutow, K., Stauber, A., Perren, S., Palladino, B., Nocentini, A., Menesini, E., Corcoran, L., & Mc Guckin, C. (2015). The coping with cyberbullying questionnaire: Development of a new measure. *Societies*, 5(2), 515–536. <https://doi.org/10.3390/soc5020515>
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2–30. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601\\_1](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1)
- Wolke, D., Lee, K., & Guy, A. (2017). Cyberbullying: A storm in a teacup? *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(8), 899–908. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0954-6>
- Wright, M. F. (2017). The role of technologies, behaviors, gender, and gender stereotype traits in adolescents' cyber aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(7-8), 1719–1738. <https://doi.org/10.1177/0886260517696858>

Поступила в редакцию: 11.09.2025

Поступила после рецензирования: 24.12.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

## Заявленный вклад авторов

**Гульмира Укатаевна Утемисова** – концептуализация исследования, проведение статистического анализа, интерпретация результатов, написание исходного текста (обзор литературы и обсуждение), подготовка текста статьи, оформление статьи в соответствии с требованиями журнала.

**Анастасия Владимировна Микляева** – научное руководство исследованием, координация сбора данных, формирование теоретического обзора, разработка методологии, критический пересмотр рукописи с внесением существенного интеллектуального вклада, утверждение финальной версии статьи.

## Информация об авторах

**Гульмира Укатаевна Утемисова** – магистр социальных наук по специальности «Психология», старший научный сотрудник, Евразийский национальный университет имени Л. Н. Гумилева, Астана, Казахстан; SPIN: 4417-7948; ResearcherID: Q-7062-2017, C-5850-2018; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3229-5256>; e-mail: [gulmira.8777ra@gmail.com](mailto:gulmira.8777ra@gmail.com)

**Анастасия Владимировна Микляева** – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии человека Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, г. Санкт-Петербург, Российская Федерация; Scopus Author ID: 53984860100, ResearcherID: D-4700-2017, SPIN-код: 9471-8985; e-mail: [a.miklyaeva@gmail.com](mailto:a.miklyaeva@gmail.com)

## Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК: 159.9.075

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.7>

## Диагностика научно-профессионального мышления студентов-психологов: первичная психометрическая проверка методики

Елена В. Заболотная\*, Татьяна Д. Дубовицкая 

Сочинский государственный университет, г. Сочи, Российская Федерация

\*Почта ответственного автора: [ozhereleva.rita@bk.ru](mailto:ozhereleva.rita@bk.ru)

---

### Аннотация

**Введение.** Необходимость обеспечения технологического лидерства нашей страны в современных условиях требует в том числе эффективной системы подготовки кадров к научной деятельности, включая сформированность у ее субъектов научно-профессионального мышления. Научно-профессиональное мышление психологов – это когнитивный процесс, заключающийся в выявлении объективных сущностных свойств, связей и закономерностей, исследуемых психологом психических явлений, проявляющихся в поведении и деятельности, а также обуславливающий постановку и решение психологом научных и прикладных психологических проблем. Целью статьи явилось представление результатов первичной психометрической проверки методики диагностики научно-профессионального мышления у студентов-психологов. **Методы.** По своей структуре предложенная методика соответствует установленным стандартам методов исследования мышления и включает в себя задания, выявляющие: 1) владение респондентами базовыми научными понятиями, обозначающими психические явления, знание их сущностных характеристик и закономерностей; 2) сформированность мыслительных операций анализа, синтеза, сравнения, обобщения, классификации психологических понятий; 3) способность адекватного и логичного использования психологических понятий в суждениях и умозаключениях. Проверка надежности (внутренней согласованности) осуществлялась с применением коэффициента альфа Кронбаха; определение нормальности распределения выборки проводилось с применением критерия  $\lambda$ -Колмогорова-Смирнова; проверка содержательной валидности проводилась с помощью экспертной оценки; в ходе проверки конструктивной валидности вычислялись показатели взаимосвязи между показателями субтестов нашей методики и других методик, исследующих мышление. **Результаты.** Методика апробирована на 230 респондентах, обучающихся на направлениях

подготовки: «Психология», «Психолого-педагогическое образование». Проведенная психометрическая проверка обеих форм (А и Б) диагностической методики показала их сходство в выявлении уровней сформированности научно-профессионального мышления по всем субтестам. **Обсуждение результатов.** Полученные данные свидетельствуют о соответствии предложенной диагностической процедуры основным требованиям, предъявляемыми к тестовым методикам. Результаты психометрической проверки служат основанием для использования диагностической методики научно-профессионального мышления студентов-психологов в исследовательских и прикладных целях как надежного диагностического инструмента.

### Ключевые слова

научно-профессиональное мышление психологов, психодиагностическая методика, психометрическая проверка, нормальность распределения выборки, корреляционный анализ, надежность-согласованность, валидность

### Для цитирования

Заболотная, Е. В., Дубовицкая, Т. Д. (2026). Диагностика научно-профессионального мышления студентов-психологов: первичная психометрическая проверка методики. *Российский психологический журнал*, 23(1), 118–139. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.7>

---

## Введение

Согласно Указу Президента «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» (от 07.05.2024) к 2030 году должно быть обеспечено вхождение Российской Федерации в число 10 ведущих стран мира по объему научных исследований и разработок. Важным фактором в решении данной задачи является широкое вовлечение в научную деятельность молодых людей, осуществляемое через магистратуру, аспирантуру, докторантуру, создание экспериментальных площадок, научно образовательных центров, проведение конкурсов научно-исследовательских проектов и др. (Сенько, 2015; Еремин, 2019; Варущенко, Владимиров, 2021; Панамарева, 2021; Заболотная, 2023; Сорокоумова и др., 2024; Марупова, Шадиев, 2025). Все это предполагает целенаправленное формирование у их участников *психологической готовности не просто к научной деятельности, а именно к научно-профессиональной деятельности, когда занятие наукой становится профессией, направленной на развитие самой науки* (Дубовицкая, Заболотная, 2022; Заболотная, Дубовицкая, 2022б).

В международных исследованиях отмечается роль создания благоприятной среды для внедрения искусственного интеллекта и формирования цифровой грамотности

в области высшего образования (Frolova et al., 2020; Valdés, Cerdá Suárez, 2021; Ebn Saifudin et al., 2024; Sun et al., 2024; Mieg, Odebiyi, 2024), что может облегчить научно-исследовательскую деятельность студентов и аспирантов. Подчеркивается продуктивность использования педагогических инноваций в виде видеоконференций, дискуссионных форумов, симпозиумов и др. (Khatri et al., 2017; Walder, 2017; Kim, & Wilkinson, 2019; Guardia et al., 2021), которые закладывают основы для развития инновационного (Sun et al., 2024) и научного мышления (Bezuidenhout, 2011; Barz, Achimas-Cadariu, 2016; Koes Handayanto et al., 2024). Внедрение научных подходов в систему образования в цифровую эпоху способствует не только развитию науки, но и формированию у студентов и школьников интереса к занятиям научной деятельностью (Ainley & Ainley, 2011; Xiao & Sandoval, 2017; Akhmetova et al., 2025).

Особая роль в становлении ученого-профессионала должна отводиться, на наш взгляд, целенаправленному формированию у него особого склада ума, проявляющегося в виде научно-профессионального мышления, которое применительно к научной деятельности психолога было определено нами ранее как *«когнитивный процесс, заключающийся в установлении объективных сущностных свойств, связей и закономерностей психических явлений, проявляющихся в поведении и деятельности, а также обуславливающий постановку и решение научных и прикладных психологических проблем»* (Заболотная, Дубовицкая, 2022а; Дубовицкая, Гришина, Заболотная, 2024).

Деятельность по формированию научно-профессионального мышления предполагает понимание механизмов его функционирования, условий целенаправленного развития, а также выявление уровня его сформированности, что определило *цель нашего исследования*: разработка методики диагностики сформированности научно-профессионального мышления. Для достижения поставленной цели мы опирались на традиционные, представленные в психологической науке процедуры и методы исследования мышления.

Как известно, основными формами, в которых проявляется и реализуется мышление, выступают понятия, суждения и умозаключения, которые носят вербальный характер. Л. С. Выготский, в частности, сравнивал житейские (спонтанные) и научные понятия (Выготский, 1982). Высшей стадией развития мышления является словесно-логическое (абстрактное, теоретическое, понятийное) мышление. Для его исследования используются, в частности, следующие диагностические процедуры: «исключение понятий», «классификация понятий», «сравнение понятий», «простые/сложные аналогии» и др.

Каждая отрасль науки характеризуется своим понятийно-категориальным аппаратом (Арсеньев и др., 1967; Яковлев, Яковлева, 2010). При этом отличительной особенностью психологической терминологии является то, что в своем житейском применении она широко встречается и используется в обыденной бытовой речи, создавая тем самым ощущение легкости понимания ее сущности и самой психологической науки. В обыденной речи многие психологические понятия являются

синонимичными, взаимозаменяемыми, хотя в научной терминологии они различаются. Например, это относится к понятиям: «ощущение», «восприятие», «чувствительность»; «общение», «коммуникация»; «управление», «руководство»; «язык», «речь»; «мотив», «стимул»; «работа», «деятельность», «труд». Да и в самой психологической науке, в рамках различных направлений, школ и подходов одни и те же понятия имеют множество определений. И все же профессионалы понимают друг друга, взаимно расширяют категориальный аппарат науки, представляя его в своих научных статьях, психологических словарях, энциклопедиях, откуда он с небольшими вариациями попадает в учебники и учебные пособия. При этом, как показал проведенный нами анализ, несмотря на имеющиеся различия в определениях понятий/категорий, их сущностные характеристики, ключевые термины, как правило, являются идентичными.

В качестве примера можно привести несколько определений категории «деятельность».

Деятельность – *«целестребленная активность, реализующая потребности субъекта»* (Асмолов, 2005, с.10).

Деятельность – *«динамическая система активных взаимодействий субъекта с внешним миром, в ходе коих субъект целенаправленно воздействует на объект, за счет чего удовлетворяет свои потребности»* (Головин, 1998, с. 100).

Деятельность – *«активное взаимодействие с окружающей действительностью, в ходе которого живое существо выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий таким образом свои потребности»* (Мещеряков, Зинченко, 2002, с. 122).

Сравнив представленные определения, можно отметить в них так называемые «ключевые термины», которые встречаются во всех определениях. В качестве таких терминов в предложенном примере выступают: *активность, потребности, цель/целестребленность*. Опора на ключевые термины позволяет легко запомнить определение соответствующего понятия, а также сформулировать свое собственное определение. Например, такое: *деятельность – это форма активности человека, направленная на достижение цели и удовлетворение потребности*.

По нашему мнению, объективной основой для исследования сформированности научно-профессионального мышления является владение понятийно-категориальным аппаратом науки и умение грамотно формулировать свои мысли. Так, известно, что тесты интеллекта, определяемого, в частности, как «относительно устойчивая структура умственных способностей индивида» (Головин, 1998, с. 147) нередко содержат в себе следующие шкалы: «Общая осведомленность» (тест Векслера; ШТУР – «школьный тест умственного развития»), «Словарный запас» (тест Векслера); «Дополнение предложений» (тест Амтхауэра).

Все это послужило основой для разработки авторской методики диагностики научно-профессионального мышления студентов-психологов и ее психометрической проверки.

## Методы

### *Описание методики*

Методика имеет две формы (форма А; форма Б), каждая из которых включает по три субтеста с равнозначными заданиями. Содержательно методика базировалась на понятийном аппарате курса «Общая психология». В качестве источников понятийного аппарата выступили известные словари (Асмолов, 2005; Головин, 1998; Мещеряков, Зинченко, 2002), учебники (Корнилова, 2002; Маклаков, 2008).

На предварительном этапе психометрической проверки была удалена часть вопросов. Изначально формы (А и Б) методики включали в себя 68 вопросов. В субтесте 1 было по 14 вопросов в каждой форме, в субтесте 2 и субтесте 3 – по 10 вопросов. В ходе апробации методики было принято решение о сокращении количества заданий в обеих формах методики. В итоге, субтест 1 содержит – по 9 вопросов, субтест 2 – по 8 вопросов, субтест 3 – по 5 вопросов. Таким образом, формы А и Б состоят из 22 вопросов каждая.

**Субтест 1. Владение понятиями.** Субтест состоит из 9 заданий, которые направлены на выявление владения психологическими понятиями/категориями.

В каждом задании испытуемый должен установить, определению какого психологического понятия/категории соответствуют предложенные «ключевые» слова. И, по возможности, сформулировать данное определение.

*Пример.* Ключевые слова: «побуждение», «потребность», «деятельность».

*Варианты ответов:* цель; настроение, образ, мотив.

*Правильный ответ:* Мотив.

*Определение:* «Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребностей субъекта» (Головин, 1998, с. 230).

В качестве других понятий, заявленных в методике, выступили также следующие: «Психика», «Личность», «Интеллект» и др.

**Субтест 2. Исключение понятий.** Состоит из 8 заданий, каждое задание содержит по 5 понятий. Субтест предназначен для исследования способности к анализу и обобщению по существенным признакам, абстрагированию от несущественных.

В каждом задании испытуемый должен указать «лишнее» понятие, которое не подходит по смыслу к остальным («пятый лишний»).

*Пример:* «достоверность», «убежденность», «валидность», «надежность», «репрезентативность».

*Правильный ответ:* «Лишним» является слово «убежденность», остальные термины являются параметрами психометрической проверки диагностических методик.

**Субтест 3. Составление осмысленного предложения/высказывания.** Состоит из 5 заданий, каждое из которых представлено набором слов (от 3 до 5), имеющих отношение к психологическим исследованиям. Субтест предназначен для выявления способности формулировать мысль, используя научную терминологию, логично строить высказывание или текст.

Испытуемый должен, используя предложенные слова/словосочетания, а также дополняя, при необходимости, свои слова, составить осмысленное предложение.

*Пример:* «язык», «знак», «общение»;

*Вариант ответа:* «Язык – это система знаков, которая является средством общения».

По полученным ответам проводится стандартная обработка результатов, где за каждый правильный ответ испытуемый получает 1 балл.

Выборка, на которой проводилась психометрическая проверка методики, составила 230 студентов-психологов и аспирантов нескольких российских вузов. Из них 9,1 % составили аспиранты, 12,2 % – студенты специалитета, 33,9 % – магистранты, 44,8 % – бакалавры, обучающиеся вторых-третьих курсов по направлениям «Психология», «Психолого-педагогическое образование».

Психометрическая проверка предложенной нами методики включала:

- 1) проверку надежности (внутренней согласованности) каждого отдельного субтеста и методики в целом (табл. 3), с использованием коэффициента альфа Кронбаха;
- 2) определение нормальности распределения выборки, с применением критерия  $\lambda$ -Колмогорова-Смирнова;
- 3) проверку содержательной валидности, которая проводилась с помощью экспертной оценки;
- 4) проверку конструктивной валидности, в ходе которой вычислялись показатели взаимосвязи между результатами субтестов нашей методики и шкал других методик, диагностирующих соответствующие способности, имеющие отношение к успешности в научной и профессиональной деятельности: субтест «Дополнение предложений» из теста Р. Амтхауэра (Amthauer, 1953; Amthauer et al., 1999; Amthauer et al., 2001; Гуревич и др., 1993); методика диагностики личностной креативности (Туник, 2003, 2013); методика определения стиля мышления (Белоусова, 2011); Опросник «Дифференциальный тип рефлексии» (Леонтьев и др., 2009)»

## Результаты

### Оценка надежности

Проверка надежности обеих форм методики проводилась с помощью метода «расщепления» и дальнейшего вычисления соответствующих коэффициентов корреляции нечетных и четных ответов (Орел, Сенин, 2007). Полученный коэффициент корреляции нечетных и четных ответов субтеста 1 формы А составил 0,717 ( $p < 0,001$ ), указывая на достоверность данной связи. Рассматривая корреляцию суммарного балла субтестов методики с каждым вопросом, нами была получена высокая положительная значимая корреляция от 0,408 до 0,741 ( $p < 0,001$ ), что подтверждает высокий уровень внутренней согласованности данной методики (табл. 1).

**Таблица 1**

*Корреляция показателей вопросов/заданий субтестов с суммарным баллом по шкалам (Форма А)*

№	Коэффициенты Корреляции Субтест 1	Коэффициенты Корреляции Субтест 2	Коэффициенты Корреляции Субтест 3
1	0,519	0,640	0,548
2	0,489	0,653	0,606
3	0,715	0,710	0,670
4	0,576	0,648	0,704
5	0,741	0,630	0,705
6	0,727	0,685	
7	0,745	0,572	
8	0,677	0,408	
9	0,636		

**Примечание.** Корреляция значима на уровне  $p < 0,001$ .

Коэффициент корреляции нечетных и четных ответов субтеста 1 формы Б равен 0,637 ( $p < 0,001$ ), что подтверждает высокую достоверность данной связи. Была отмечена также высокая положительная значимая корреляция суммарного балла субтестов методики с каждым вопросом в пределах от 0,346 до 0,756 ( $p < 0,001$ ), что свидетельствует о высоком уровне внутренней согласованности методики. Результаты по данной форме представлены в табл. 2.

**Таблица 2**

*Корреляция показателей вопросов/заданий субтестов с суммарным баллом по шкалам (Форма Б)*

№	Коэффициенты корреляции Субтест 1	Коэффициенты корреляции Субтест 2	Коэффициенты корреляции Субтест 3
1	0,560	0,516	0,751
2	0,661	0,533	0,756
3	0,445	0,676	0,656
4	0,728	0,546	0,621
5	0,630	0,543	0,749
6	0,346	0,634	
7	0,744	0,586	
8	0,668	0,707	
9	0,656		

*Примечание.* Корреляция значима на уровне  $p < 0,001$ .

**Надежность-согласованность** субтестов обеих форм методики была рассчитана по формуле Л. Кронбаха (Муслов, 2023). Полученные данные свидетельствуют о высокой внутренней согласованности шкал. Результаты проверки методики диагностики научно-профессионального мышления психологов представлены в табл. 3.

**Таблица 3**

*Надежность субтестов методики диагностики научно-профессионального мышления психологов*

№	Название субтестов	Количество пунктов	Значение коэффициента альфа Кронбаха	
			Форма А	Форма Б
1	Субтест 1	9	0,859	0,850
2	Субтест 2	8	0,865	0,853
3	Субтест 3	5	0,870	0,881

Также нами была проверена внутренняя надежность диагностического инструмента, которая была определена методом внутренней согласованности при помощи корреляции трех субтестов методики формы А и Б между собой (табл. 4, табл. 5).

**Таблица 4**

*Значимые корреляции субтестов методики диагностики научно-профессионального мышления психологов (Форма А), N=98*

	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3
Субтест 1	1		
Субтест 2	0,414**	1	
Субтест 3	0,434**	0,454**	1

**Примечание.** Корреляция значима на уровне  $p < 0,001$ .

**Таблица 5**

*Значимые корреляции субтестов методики диагностики научно-профессионального мышления психологов (Форма Б), N=98*

	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3
Субтест 1	1		
Субтест 2	0,218*	1	
Субтест 3	0,288**	0,561***	1

**Примечание.** \* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,05$ ; \*\* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,001$ .

Как видно из табл. 4, табл. 5, все три субтеста методики формы А и Б имеют положительно значимую корреляцию между собой. Такая взаимосвязь субтестов показывает внутреннюю надежность теста.

Распределение значений является нормальным по всем шкалам/субтестам методики обеих форм (расчеты произведены по критерию  $\lambda$ -Колмогорова-Смирнова). Как видно из табл. 6, критерий Колмогорова-Смирнова с использованием распределения показал, что существенного различия от нормальности не обнаружено ( $p = 0,07298$  и  $p = 0,08454$ , где  $p > 0,05$ ), и можно утверждать, что эмпирические значения соответствуют нормальному распределению.

**Таблица 6**

*Показатели нормальности распределения*

р-значения Колмогорова-Смирнова	
Форма А (р-значение)	Форма Б (р-значение)
0,07298	0,08454

**Примечание.** Корреляция значима на уровне  $0,05$ .

## **Оценка валидности**

**Содержательная валидность** оценивалась с учетом соответствия содержания заданий/вопросов субтестов тому виду мышления, оценка которого предполагалась в рамках разработанной методики.

Данная методика предназначена для исследования сформированности научно-профессионального мышления у студентов-психологов посредством выполнения следующих заданий.

- В субтесте 1 – это задания, которые базируются на понятийном аппарате психологической науки, с их помощью раскрывается уровень владения психологическими понятиями\категориями.
- В субтесте 2 – задания предназначены для исследования сформированности мыслительных операций: анализ, сравнение, обобщение.
- В субтесте 3 – задания предназначены для выявления способности формулировать логически выстроенную мысль, используя заданную научную терминологию.

Были привлечены семь специалистов-психологов (преподаватели вузов – кандидаты и доктора психологических наук). Экспертам предлагалось выполнить задания методики и оценить их соответствие заявленным критериям сформированности научно-профессионального мышления психологов. Экспертные оценки подтвердили соответствие вопросов методики формы А и Б между собой в отношении их внутреннего содержания, а также их прогностичность в отношении критериев сформированности научно-профессионального мышления. Эксперты в целом положительно оценили методику. Полученные коэффициенты корреляции (от 0,64 до 0,94), являются статистически значимыми. Таким образом, степень репрезентативности содержания вопросов каждого субтеста методики отвечает требованиям измеряемой области.

Конструктивная валидность методики определялась с помощью выявления корреляционных связей разработанной методики диагностики сформированности научно-профессионального мышления с показателями таких методик, как:

1. субтест «Дополнение предложений» – тест Р. Амтхауэра (Amthauer, 1953; Amthauer et al., 1999; Amthauer et al., 2001; Гуревич и др., 1993).
2. Методика диагностики личностной креативности (Туник, 2003, 2013);
3. Методика определения стиля мышления (Белюсова, 2011);
4. Опросник «Дифференциальный тип рефлексии» (Леонтьев и др., 2009)» (табл. 7).

**Таблица 7**

*Показатели корреляционной связи методики с внешними критериями*

Методики и их шкалы	Форма А	Форма Б
<i>Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра (IST)», субтест 1 «Дополнение предложений»</i>	Коэффициент корреляции	
Общая информированность, объем имеющихся знаний, широта познавательных интересов, способности к извлечению информации из долговременной памяти	0,431***	0,564***
<i>Шкалы методики «Диагностика личностной креативности»</i>	Коэффициент корреляции	
Склонность к риску	0,377***	0,192*
Любознательность	0,205*	0,187*
Сложность	0,293***	0,226**
Воображение	0,255**	0,200*
Суммарная оценка	0,262**	0,176*
<i>Шкалы методики «Стили мышления»</i>	Коэффициент корреляции	
Инициативный стиль мышления	0,197*	0,330***
Критический стиль мышления	0,206*	0,290**
Управленческий стиль мышления	0,359***	0,216*
Практический стиль мышления	0,225**	0,270**
<i>Шкала методики «Дифференциальный тип рефлексии»</i>	Коэффициент корреляции	
Системная рефлексия	0,316***	0,248**
Интроспекция	0,021	0,008
Квазирефлексия	0,147	-0,159

**Примечание.** \* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,05$ , \*\* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,01$ , \*\*\* – Корреляция значима на уровне  $p < 0,001$ .

Полученные коэффициенты корреляции, представленные в табл. 7, демонстрируют положительные значимые взаимосвязи суммарных баллов обеих форм разрабатываемой методики с субтестом 1 – «Дополнение предложений» методики Р. Амтхауэра; со шкалами свойств креативности «Склонность к риску», «Любознательность», «Сложность», «Воображение» методики Е. Е. Туник; с инициативным, критическим, управленческим и практическим стилем мышления методики «Стили мышления» А. К. Белоусовой; со шкалой «Системная рефлексия» методики «Дифференциальный тип рефлексии» Д. А. Леонтьева и др. Выявленные взаимосвязи научно-профессионального мышления студентов-психологов соответствуют известным исследованиям, в которых изучались коррелируемые качества, как профессионально-важные качества психологов (Ачина, 2012; Бадалова, 2015; Benić, 2021; Бахшалиева, 2022; Медведева, Осин, 2023; Li et al., 2024; Zhong et al., 2024).

Таким образом, проведенный анализ показал хорошую взаимосвязь и внутреннюю согласованность конструкта психодиагностической методики научно-профессионального мышления со шкалами внешних методик.

## Обсуждение результатов

В ходе исследования была разработана авторская методика диагностики сформированности научно-профессионального мышления психологов и проведена ее психометрическая проверка, которая показала соответствие основным требованиям к диагностическим тестам (Орел, Сенин, 2007). Субтесты методики показали внутреннюю согласованность между собой (коэффициент корреляции от 0,346 до 0,756; значимы при  $p < 0,001$ ), что подтверждает внутреннюю надежность методики. Также получено подтверждение конструктивной валидности методики, где статистически значимые корреляционные связи с внешними шкалами (от 0,216 до 0,564) свидетельствуют о способности конструкта проверяемой методики определять уровень сформированности научно-профессионального мышления.

Предложенная методика диагностирует научно-исследовательский потенциал студентов-психологов, их способность к научной деятельности в области психологии, но не отражает их интерес и мотивацию к данной деятельности. Также известно, что научная деятельность в области психологии отличается от практической деятельности психолога, работающего с реальными психологическими проблемами людей, которая требует других качеств личности. Поэтому вопрос о психологической диагностике профессиональной компетентности будущих психологов на этапе обучения в вузе остается открытым.

Полученные в ходе исследования корреляции методики диагностики сформированности научно-профессионального мышления с показателями других диагностических методик, надежность и валидность которых уже доказаны, демонстрируют валидность авторской методики, возможность внедрения данного

диагностического инструмента в практику подготовки будущих профессионалов и применения в исследовательских целях (Заболотная, Дубовицкая, 2022б; Заболотная, 2023; Дубовицкая и др., 2024).

## Заключение

Ориентация нашей страны на обеспечение технологического лидерства предполагает подготовку в вузах научных кадров, владеющих соответствующими технологиями и обладающих необходимыми когнитивными предпосылками, в том числе научно-профессиональным мышлением. Все это ставит особые задачи перед системой высшего образования, в рамках которой должны создаваться условия для формирования соответствующих компетенций и компетентности у будущих научных кадров.

Представленная в статье диагностика научно-профессионального мышления студентов-психологов, базирующаяся на сложившейся в психологической науке теории и практики исследования мышления, может служить основанием для разработки аналогичной процедуры для исследования научно-профессионального мышления других категорий специалистов.

Предложенная методика может быть расширена за счет разработки и дополнения ее другими диагностическими процедурами (субтестами), в частности, заданиями на классификацию понятий. Особого подхода требует диагностика готовности будущих научных кадров к проведению эмпирических исследований.

Современная практика оценки качества подготовки будущих профессионалов к научной, аналитической и продуктивной деятельности не может ограничиваться традиционными процедурами в виде экзаменационно-зачетных вопросов и так называемых тестов достижений, направленных на проверку уровня усвоения знаний по учебным дисциплинам и владения некоторыми прикладными умениями. Они должны быть дополнены исследованиями сформированности профессионально-значимых личностных качеств, когнитивных способностей, а значит необходимы соответствующие технологии их формирования и диагностики у обучающихся.

## Литература

- Арсеньев, А. С., Библер, В. С., & Кедров, Б. М. (1967). *Анализ развивающегося понятия*. Москва: Наука.
- Асмолов, А. Г. (2005). *Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах: общая психология*. Л. А. Карпенко (ред.-сост.), А. В. Петровский (под общ. ред.). Москва: ПЕР СЭ.
- Ачина, А. В. (2012). Анализ взаимосвязей между стилями мышления и параметрами решения психодиагностических задач у студентов-психологов и психологов-практиков. *Российский психологический журнал*, 9(3), 65–71. <https://psy.su/feed/4160/>
- Бадалова, М. В. (2015, ноябрь). Интеллектуальная культура психолога: подходы к организации исследования. В В. Т. Кудрявцев (ред.), *Обучение и развитие: современная теория и практика. Материалы XVI Международных чтений памяти Л.С. Выготского*

- (с. 234–240). В 2 ч. Москва: Левъ. <https://www.persev.ru/bibliography/intellektualnaya-kultura-psiologa-podhody-k-organizacii-issledovaniya>
- Бахшалиева, Ю. А. (2022). Развитие креативности у студентов-психологов. *Известия Воронежского государственного педагогического университета*, 4(297), 125–128.
- Белоусова, А. К. (2011). *Стиль мышления: учебное пособие*. Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет.
- Варущенко, А. А., & Владимиров, Н. А. (2021). Состояние и перспективы развития инновационной деятельности в Российской Федерации в XXI веке. *Статистика и экономика*, 18(2), 34–44. <https://doi.org/10.21686/2500-3925-2021-2-34-44>
- Выготский, Л. С. (1982). Мышление и речь. В Л. С. Выготский, *Собрание сочинений* (т. 2). Москва: Педагогика.
- Головин, С. Ю. (1998). *Словарь практического психолога*. АСТ, Харвест.
- Гуревич, К. М., Акимова, М. К., Борисова, Е. М., Козлова, В. Т., & Логинова, Г. П. (1993). *Руководство по применению теста структуры интеллекта Р. Амтхауэра*. Принтер.
- Дубовицкая, Т. Д., & Заболотная, Е. В. (2022). Научно-профессиональное мышление психологов в контексте подготовки кадров высшей квалификации. *Педагогика и психология образования*, 2, 74–86. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2022-2-74-86>
- Дубовицкая, Т. Д., Гришина, А. В., & Заболотная, Е. В. (2024). Научно-профессиональное мышление в контексте подготовки кадров высшей квалификации. В Э. П. Комарова (отв. ред.), *Инновационный вектор развития профессионального образования: коллективная монография* (с. 94–109). Воронеж: Издательско-полиграфический центр «Научная книга».
- Еремин, А. В. (2019). Наука в системе приоритетов российского государства в XXI веке. *Социально-политические исследования*, 2, 33–44. <https://doi.org/10.24411/2658-428X-2019-10439>
- Заболотная, Е. В. (2023, март). Научно-профессиональное мышление психологов в контексте развития научной мысли. В XXXVI *Международные Плехановские чтения. Сборник статей аспирантов и молодых ученых* (с. 490–493). Москва: ФГБОУ ВО «Российский экономический университет имени Г. В. Плеханова».
- Заболотная, Е. В., & Дубовицкая, Т. Д. (2022, март, а). Формирование научно-профессионального мышления у психологических кадров высокой квалификации: постановка проблемы. В *Психотехнологии в бизнесе и образовании. VII Международная научно-практическая конференция. Сборник материалов конференции* (с. 39–42). Мир науки.
- Заболотная, Е. В., & Дубовицкая, Т. Д. (2022, апрель, б). Психологические механизмы формирования научно-профессионального мышления. В *Человек в условиях социальных изменений: материалы международной научно-практической конференции* (с. 101–103). Уфа: БГПУ им. М. Акмуллы.
- Корнилова, Т. В. (2002). *Экспериментальная психология. Теория и методы: учебник для вузов*. Аспект Пресс.
- Леонтьев, Д. А., Лаптева, Е. М., Осин, Е. Н., & Салихова, А. Ж. (2009). Разработка методики дифференциальной диагностики рефлексивности. В В. Е. Лепский (ред.), *Рефлексивные процессы и управление: сборник материалов VII Международного симпозиума* (с. 145–150). Когито-Центр.
- Маклаков, А. Г. (2008). *Общая психология*. Питер.
- Марупова, Н. И., & Шадиев, С. С. (2025). Становление научного мышления магистрантов. *«Journal of science-innovative research in Uzbekistan» Jurnal*. 3(01), 495–504. <https://universalpublishings.com/index.php/jsiru/article/view/9728/18917>
- Медведева, И. А., & Осин, Р. В. (2023). Рефлексивность и ее исследование у психологов-консультантов. *Мир педагогики и психологии: международный научно-практический*

- журнал, 5(82). <https://scipress.ru/pedagogy/articles/refleksivnost-i-ee-issledovanie-u-psykologov-konsultantov.html>
- Мещеряков, Б. Г., & Зинченко, В. П. (2002). *Большой психологический словарь*. Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак.
- Муслов, С. А. (2023). Вычисление  $\alpha$  Кронбаха при тестировании и опросах по исследованию качества жизни на занятиях по статистике в медицинских вузах. В *Современные тенденции развития науки и мирового сообщества в эпоху цифровизации: сборник материалов XI Международной научно-практической конференции* (с. 651–657). Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство АЛЕФ».
- Орел, В. Е., & Сенин, И. Г. (2007). *Основы психодиагностики: учебное пособие* (2-е изд.). Ярославль: Ярославский государственный университет.
- Панамарева, О. Н. (2021). Наука и инновационная активность в России начала XXI века. *Вестник Московского финансово-юридического университета*, 1, 89–111. [https://doi.org/10.52210/2224669X\\_2021\\_1\\_89](https://doi.org/10.52210/2224669X_2021_1_89)
- Сенько, Е. В. (2015). Наука как элемент системы высшего образования. *Высшее образование в России*, 10, 105–111.
- Сорокоумова, Е. А., Пучкова, Е. А., & Ферапонтова, М. В. (2024). Становление научного мышления магистрантов. *Педагогика и психология образования*, 3, 231–245. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2024-3-231-245>
- Туник, Е. Е. (2003). *Модифицированные креативные тесты Вильямса*. Санкт-Петербург: Речь.
- Туник, Е. Е. (2013). *Лучшие тесты на креативность. Диагностика творческого мышления*. Питер.
- Яковлев, Е. В., & Яковлева, Н. О. (2010). Понятийно-категориальный аппарат педагогического исследования. *Современная высшая школа: инновационный аспект*, 2, 52–60.
- Akhmetova, B. S., Berikkhanova, A. E., Mukhamedkhanova, A. K., & Zhakiyanova, Z. G. (2025). On improving the quality of natural science education in Kazakhstan. *The Education and science journal*, 27(3), 36–53. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2025-3-36-53>
- Ainley, M., & Ainley, J. (2011). A cultural perspective on the structure of student interest in science. *International Journal of Science Education*, 33(1), 51–71. <https://doi.org/10.1080/09500693.2010.518640>
- Amtchauer, R. (1953). Intelligenz und Beruf. *Zeitschrift für experimentelle und angewandte Psychologie*, 1, 102–136.
- Amthauer, R., Brocke, B., Liepmann, D., & Beauducel, A. (1999). *Intelligenz-Struktur-Test 2000*. Göttingen: Hogrefe.
- Amthauer, R., Brocke, B., Liepmann, D., & Beauducel, A. (2001). *Intelligenz-Struktur-Test 2000 R (erweiterte und revidierte Auflage)*. Göttingen: Hogrefe.
- Barz, D. L., & Achimas-Cadariu, A. (2016). The development of scientific reasoning in medical education: A psychological perspective. *Clujul Medical*, 89(1), 32–37. <https://doi.org/10.15386/cjmed-530>
- Benić, M. (2021). Translation and validation of the Kaufman Domains of Creativity Scale on a Croatian sample of early childhood and preschool education students. *Center for Educational Policy Studies Journal*, 11(3), 163–179. <https://doi.org/10.26529/cepsj.708>
- Bezuidenhout, S. (2011). *Toward assessing scientific thinking: A qualitative analysis of student reasoning among psychology undergraduates* (Doctoral dissertation). Stellenbosch University.
- Ebn Saifudin, N. A. M., Anwar, N., Hashim, H., & Kurniawan, Y. (2024). Artificial intelligence in education: An exploratory study. *Open Journal of Social Sciences*, 12(11), 565–581. <https://doi.org/10.4236/jss.2024.1211039>
- Frolova, E. V., Rogach, O. V., & Ryabova, T. M. (2020). Digitalization of education in modern scientific discourse: new trends and risk analysis. *European Journal of Contemporary Education*, 9(2),

- 313–336. Available from: <https://cyberleninka.ru/article/n/students-media-competence-new-opportunities-to-counteract-information-manipulations-in-network-interactions>
- Guardia, L., Clougher, D., Anderson, T., & Maina, M. (2021). IDEAS for transforming higher education: An overview of ongoing trends and challenges. *International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 22(2), 166–184. <https://doi.org/10.19173/irrodl.v22i2.5206>
- Khatri, R., Henderson, C., Cole, R., Froyd, J. E., Friedrichsen, D., & Stanford, C. (2017). Characteristics of well-propagated teaching innovations in undergraduate STEM. *International Journal of STEM Education*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.1186/s40594-017-0056-5>
- Kim, M.-Y., & Wilkinson, I.A.G. (2019). What is dialogic teaching? Constructing, deconstructing, and reconstructing a pedagogy of classroom talk. *Learning, Culture and Social Interaction*, 21, 70–86. <https://doi.org/10.1016/j.lcsi.2019.02.003>
- Koes Handayanto, S., Fawaiz, S., & Taufiq, A. (2024). Using e-scaffolding to develop students' scientific reasoning through inquiry-based learning. *The Education and Science Journal. Scholarly journal*. 26(3), 69–90. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2024-3082>
- Li, G., Chu, R., & Tang, T. (2024). Creativity self-assessments in design education: a systematic review. *Thinking Skills and Creativity*. 52, 101494. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2024.101494>
- Mieg, H.A., Odebiyi, F., & Haberstroh, S. (2024). Toward an undergraduate research network in Europe and beyond. *Scholarship and Practice of Undergraduate Research*, 7(3), 34–40. <https://doi.org/10.18833/spur/7/3/2>
- Sun, P., Huang, T., Ma, W., Gao, Z., & Cai, J. (2024). Artificial intelligence assisting education management: Value orientation, key issues, path optimization. *Open Journal of Social Sciences*, 12(11), 299–314. <https://doi.org/10.4236/jss.2024.1211015>
- Valdés, K. N., & Cerdá Suárez, L. M. (2021). An Institutional Perspective for Evaluating Digital Transformation in Higher Education: Insights from the Chilean Case. *Sustainability*, 13(17), 9850. <https://doi.org/10.3390/su13179850>
- Walder, A. M. (2017). Pedagogical innovation in Canadian higher education: Professors' perspectives on its effects on teaching and learning. *Studies in Educational Evaluation*, 54, 71–82. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2016.11.001>
- Xiao, S., & Sandoval, W. (2017). Associations between attitudes towards science and children's evaluations of information about socio-scientific issues. *Science & Education*, 26(3–4), 247–269. <https://doi.org/10.1007/s11191-017-9888-0>
- Zhong, X., Qu, K., & Zhang, D. (2024). Examining influencing factors of teacher education students' creativity in Chongqing Municipality. *Cogent Education*, 11(1), <https://doi.org/10.1080/2331186X.2024.2351268>

## Приложение

### **Методика диагностики научно-профессионального мышления студентов-психологов**

#### *Субтест 1 – Владение понятиями*

*Инструкция.* В каждом предложенном задании напишите то психологическое понятие или категорию, которое(ая) соответствует предложенным «ключевым» словам. Если затрудняетесь в ответе, напишите «затрудняюсь ответить».

№ п/п	Ключевые слова	Понятие/категория
1	Свойство мозга, отражение объективного мира	
2	Активность, цель, потребность	
3	Неосознаваемая готовность, предрасположенность к деятельности	
4	Предвидение, результат действий, предвосхищение	
5	Восприятие, прошлый опыт, зависимость	
6	Психическое состояние, нужда, источник активности	
7	Сосредоточение, направленность, ясность сознания	
8	Целостное отражение, предмет, органы чувств	
9	Умственные способности, решение проблемы	

### Субтест 2 – Исключение понятий

*Инструкция.* В каждом предложенном задании укажите «лишнее» понятие, которое имеет иной смысл по отношению к другим понятиям, а также, что объединяет оставшиеся понятия.

№ п/п	Слова	Исключенное понятие/что объединяет оставшиеся
1	Избирательность, распределение, переключение, осуществление, объем	
2	Качество, объем, интенсивность, длительность, пространственная локализация	
3	Предметность, целостность, сосредоточенность, константность, структурность	
4	Активность, реактивность, эмоциональность, логичность, интроверсия-экстраверсия	
5	Анализ, сравнение, переключение, обобщение, классификация	
6	Схематизация, систематизация, агглютинация, гиперболизация, типизация	
7	Направленность, сензитивность, активность, пластичность, экстраверсия	
8	Ригидность, интроверсия, симультанность, реактивность	

### **Субтест 3 – Составление осмысленного предложения/ высказывания**

*Инструкция.* В каждом ряду необходимо составить осмысленное высказывание, используя все предложенные слова/словосочетания, при необходимости меняя их окончания, а также дополняя их своими словами; если затрудняетесь в ответе/объяснении, то напишите «затрудняюсь ответить».

#### **Пример**

Слова: «понимания», «внезапное», «решение проблемы».

Варианты предложений: «Инсайт – *внезапное*, мгновенно возникающее и невыводимое из прошлого опыта новое *понимание*, постижение существенных отношений, задач, проблем и структуры ситуации в целом, посредством коего достигается осмысленное *решение проблемы*» (Головин, 1998, с. 269). Инсайт – «внезапное понимание, «схватывание» отношений и структуры проблемной, ситуации, нахождение решения задачи» (Мещеряков, Зинченко, 2002, с. 180).

№ п/п	Слова	Примеры высказываний
1	Личность, сознание, деятельность	
2	Принцип совести, «Эго», принцип реальности	
3	«Третья сила», бихевиоризм, фрейдизм	
4	Эффект края, заучивание, середина ряда элементов	
5	Статистический метод, оценка связи, корреляционный анализ	

За каждый правильный ответ присваивается 1 балл.

### **Ключ к методике**

#### **Субтест 1 – Владение понятиями**

№ п/п	Ключевые слова	Понятия/категории
1	Свойство мозга, отражение объективного мира	Психика
2	Активность, цель, потребность	Деятельность

№ п/п	Ключевые слова	Понятия/категории
3	Неосознаваемая готовность, предрасположенность к деятельности	Установка
4	Предвидение, результат действий, предвосхищение	Антиципация
5	Восприятие, прошлый опыт, зависимость	Апперцепция
6	Психическое состояние, нужда, источник активности	Потребность
7	Сосредоточенность, направленность, ясность сознания	Внимание
8	Целостное отражение, предмет, органы чувств	Восприятие
9	Умственные способности, решение проблемы	Интеллект

### ***Субтест 2 – Исключение понятий***

№ п/п	Слова	Исключенное понятие
1	Избирательность, распределение, переключение, осуществление, объем	Осуществление / остальные – свойства внимания
2	Качество, объем, интенсивность, продолжительность, локализация	Объем / остальные – свойства ощущений
3	Предметность, целостность, сосредоточенность, константность, структурность	Сосредоточенность / остальные – свойства восприятия
4	Активность, реактивность, эмоциональность, логичность, интроверсия-экстраверсия	Логичность/остальные – свойства темперамента
5	Анализ, сравнение, переключение, обобщение, классификация	Переключение / другое – мыслительные операции/ процессы

№ п/п	Слова	Исключенное понятие
6	Систематизация, схематизация, агглютинация, гиперболизация, типизация	Систематизация / остальное – механизмы создания образов воображения
7	Направленность, сензитивность, активность, пластичность, экстраверсия	Направленность / остальное – психологические свойства темперамента
8	Ригидность, интроверсия, симультанность, реактивность,	Симультанность / остальное – психологические свойства темперамента

### **Субтест 3 – Составление осмысленного предложения/высказывания**

№ п/п	Слова	Примеры высказываний
1	Личность, сознание, деятельность.	Личность – это человек, как носитель сознания и субъект деятельности (авторское).  Личность – это индивид как субъект социальных отношений и сознательной деятельности (Головин, С. Ю. Словарь практического психолога. – М.: АСТ, Харвест. – 1998. – С. 191).
2	Принцип совести, принцип реальности, «Эго»	«Эго» руководствуется принципом реальности, «Супер-Эго» – принципом совести.  Согласно учению З. Фрейда, структура личности состоит из следующих инстанций: Оно (Id), Я (Ego) и Сверх-Я (Super-Ego) (Мещеряков, Б. Г., Зинченко, В. П. Большой психологический словарь. 3-е изд., Москва. – 2002. – 632 с. – С. 524).
3	«Третья сила», бихевиоризм, психоанализ	Гуманистическая психология позиционировала себя в качестве «третьей силы», противопоставляя себя бихевиоризму и психоанализу (Мещеряков, Б. Г., Зинченко, В. П. Большой психологический словарь. 3-е изд., Москва. – 2002. – 632 с. – С. 104).

№ п/п	Слова	Примеры высказываний
4	Эффект края, заучивание, середина ряда элементов	«Эффект края – явление, заключающееся в том, что при заучивании расположенного в ряд материала элементы, находящиеся в начале и конце, запоминаются быстрее, чем элементы, находящиеся в середине». (Л.А. Карпенко. // Общая психология. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах: Психология развития/ Ред.- сост. Л.А.Карпенко. Под общей ред. А.В. Петровского. М. – ПЕР СЭ, 2005. С. 202).
5	Статистический метод, оценка связи,	«Корреляционный анализ – широко используемый в эмпирических психологических исследованиях статистический метод оценки меры, формы и характера связи исследуемых свойств или признаков» (Аванесов, В. С., Шмелев, А. Г. Общая психология: Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах / Ред.- сост. Л. А. Карпенко. Под общей ред. А. В. Петровского. – М.: ПЕР СЭ. – 2005. – С. 229).

## Анализ результатов

В связи с нормальным распределением показателей методики для определения нормативных показателей теста используется стандартное отклонение ( $\sigma$ ). В качестве границ нормы применен показатель  $X_{\text{ср}} \pm 1/2\sigma$ . Соответственно, показатели выше или ниже данных границ отражали высокий или низкий уровень развития научно-профессионального мышления. Итоговое распределение границ уровней развития научно-профессионального мышления выглядит следующим образом.

- 0–7 баллов – низкий уровень сформированности научно-профессионального мышления;
- 8–15 – средний уровень сформированности научно-профессионального мышления;
- 16–22 – высокий уровень сформированности научно-профессионального мышления.

## Интерпретации результатов

*Низкий уровень научно-профессионального мышления* свидетельствует о слабом владении понятийно-категориальным аппаратом психологической науки, значительных затруднениях в мыслительных операциях с использованием психологических понятий (трудностях их анализа, сравнения, обобщения) и неумении выстраивать логически правильную мысль.

*Средний уровень научно-профессионального мышления* отражает приемлемый уровень владения понятийно-категориальным аппаратом психологической науки и сформированности мыслительных операций (анализ, сравнение, обобщение), осуществляемых с использованием психологических понятий; свидетельствует о достаточной для научной деятельности способности формулировать логически выстроенную мысль, опираясь на научную психологическую терминологию.

*Высокий уровень научно-профессионального мышления* свидетельствует о полноценном владении понятийно-категориальным аппаратом психологической науки, адекватном его использовании в научно-профессиональной деятельности при описании результатов исследований психических явлений, высокой профессиональной компетентности в области психологической науки.

Поступила в редакцию: 25.12.2024

Поступила после рецензирования: 18.08.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

### **Заявленный вклад авторов**

**Елена Валерьевна Заболотная** – проведение эмпирического исследования, сбор и анализ информации, интерпретация результатов эксперимента, составление таблиц, литературного обзора, написание статьи.

**Татьяна Дмитриевна Дубовицкая** – общее руководство направлением исследования, проверка и внесение правок в текст статьи, окончательное утверждение версии для публикации.

### **Информация об авторах**

**Елена Валерьевна Заболотная** – аспирант Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Сочинский государственный университет», Сочи, Россия; Author ID (РИНЦ): 1265807; SPIN-код РИНЦ: 5444-3493; e-mail: [ozhereleva.rita@bk.ru](mailto:ozhereleva.rita@bk.ru)

**Татьяна Дмитриевна Дубовицкая** – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии и дефектологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Сочинский государственный университет», Сочи, Россия; Researcher ID: ABE-3434-2020, Scopus ID: 6504755962, Author ID: 693207, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9604-2672>; e-mail: [tatdm@mail.ru](mailto:tatdm@mail.ru)

### **Информация о конфликте интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.9.072

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.8>

## Айтрекинг-исследование зрительного внимания школьников при просмотре учебных видеороликов

Сергей В. Моисеев\*<sup>ID</sup>, Елена А. Есипенко<sup>ID</sup>, Валерия В. Нестеренко<sup>ID</sup>

Национальный исследовательский Томский государственный университет (НИ ТГУ), Томск, Российская Федерация

\*Почта ответственного автора: [kaungreat@gmail.com](mailto:kaungreat@gmail.com)

---

### Аннотация

**Введение.** Создание интересных и востребованных учебных видеороликов для подростков требует не только знания принципов работы зрительного внимания, но и понимания особенностей построения структуры самого занятия, наполненного разными компонентами. Айтрекер позволяет получить объективные данные о распределении внимания и его динамике в процессе восприятия визуального контента. Целью статьи стал сравнительный анализ компонентного состава показателей внимания при просмотре трех видеороликов разной тематики. **Методы.** У 45 школьников среднего и старшего звена в ходе айтрекинг-исследования анализировались показатели внимания при просмотре видеороликов по русскому языку, математике и биологии длительностью 7 минут. Были изучены показатели зрительного внимания на визуальные стимулы: картинка, текст, схема, лектор на экране, а также их комбинацию. **Результаты.** Анализируя структуру каждого видеоролика, оказалось, что в ролике по биологии «схемы, картинки» является самым распространенным элементом, и больше всего привлекают внимание «схемы». Для предметов математика и русский язык таким компонентом стал «лектор+текст». Компоненты «лектор+схема» и «лектор+картинка» указывают на малую эффективность в использовании данных дидактических приемов в видеоролике по математике. **Обсуждение результатов.** Самым эффективным оказалось использование различных иллюстративных компонентов с параллельным аудио объяснением лектора, что продемонстрировано в видеоролике по биологии. Результативным оказалось сочетание самого лектора в кадре с текстом на слайде (ролики по русскому языку и математике), при этом наличие лектора с другим иллюстративным компонентом не было таким эффективным. Наличие разнообразных

и ярких стимулов вызывает больше внимания у подростков. Зная специфику предметов, а также эффективное сочетание компонентов занятия, учитель может создавать эффективные обучающие ролики, которые будут понятны и интересны подросткам.

### **Ключевые слова**

зрительное внимание, визуальные компоненты, айтрекинг, подростки, профорентация

### **Финансирование**

Исследование выполнено при поддержке Программы развития ТГУ («Приоритет-2030») № 2.3.1.24 МЛ.

### **Для цитирования**

Моисеев, С. В., Есипенко, Е. А., Нестеренко, В. В. (2026). Айтрекинг-исследование зрительного внимания школьников при просмотре учебных видеороликов. *Российский психологический журнал*, 23(1), 140–155. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.8>

---

## **Введение**

В современном обществе наблюдается значительная трансформация механизмов вовлечения молодого поколения в образовательный процесс, обусловленная стремительным развитием цифровых технологий. С начала эпохи компьютеризации произошли кардинальные изменения в инструментах передачи и трансляции знаний. При этом информационная среда оказалась важнейшим фактором формирования ценностей и установок сознания, влияя на становление социально-психологического типа личности (Бардецкий, 2019). Трансформация коснулась и педагогики, особенно остро эта тенденция проявилась в период пандемии (Gu et al., 2024), когда переход в онлайн-пространство произошел массово. В настоящее время обучение с применением онлайн-технологий является чем-то обыденным. Однако в достаточной мере остается неизученным воздействие онлайн-образования на психологию и физиологию обучающихся, также отсутствуют убедительные данные о качестве данного подхода (Дождиков, 2020). Именно поэтому на помощь классической педагогике пришли неклассические методы, которые можно отнести в раздел психофизиологии. Исследования в рамках данного подхода позволяют изучать особенности физиологических реакций на онлайн-контент с совершенно новой стороны, и одним из таких методов выступает технология отслеживания взгляда – айтрекинг, который используют для изучения видеоматериала (Cao & Nishihara, 2012; Stull et al., 2018; Wang et al., 2020). Учеными доказано, что данные, связанные с отслеживанием движения

## МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

---

глаз, включая фиксации, саккады, расширение зрачка и длительность взгляда (Cao & Nishihara, 2012) являются достоверными индикаторами реакций человека на эмоциональное возбуждение и когнитивную нагрузку (Абабкова & Розова, 2022), а также ранее недоступные аспекты в работе таких когнитивных процессов, как память и внимание (Кроткова и др., 2018). Исследование же зрительного внимания представляется особенно актуальным в контексте современной трансформации образования, включающего большое количество видеоконтента. Преимуществом айтрекинг-исследования является то, что оно подходит для изучения отдельных визуальных стимулов (Becker et al., 2022), для индивидуальной обработки многомодальной информации (Cao & Nishihara, 2012), для понимания когнитивных процессов, что раскрывает дополнительную информацию о стратегиях выполнения задачи или возникших трудностях с ее решением (Becker et al., 2022).

Эволюция образовательных технологий обусловила появление направления обучения на основе видео – video-based learning (VBL), которое занимается изучением формулы создания успешных образовательных видео для учебных целей (Garcia & Yousef, 2023). С опорой на данный подход можно исследовать комбинации параметров видео с целью усиления вовлеченности учащихся, что, в свою очередь, является одним из актуальных направлений в рамках онлайн-обучения (Елькина, 2022).

Для поиска «оптимальной формулы» видео можно выделить такие параметры, как его длительность (Garcia & Yousef, 2023), скорость выступления лектора и степень подготовленности ученика к восприятию образовательного контента (Guo, Kim & Rubin, 2014), присутствие интерактивности (Jacob & Centofanti, 2024), наличие лектора в кадре (Bialowas & Steimel, 2019; Kizilcec, Bailenson & Gomez, 2015) и др. В настоящее время есть несколько сформированных теоретических конструктов, однако они не имеют должной экспериментальной базы, ведь, как показали результаты в исследовании Jacob & Centofanti (2024), ожидания от положительного эффекта в теоретическом представлении не оправдались на практике. Так, у студентов, которые пользовались интерактивными ресурсами, не наблюдалось значительного улучшения результатов по сравнению с теми, у кого к данным ресурсам доступа не было (Jacob & Centofanti, 2024). Всё это свидетельствует об актуальности исследования компонентного состава структуры занятия в рамках онлайн-обучения. Таким образом вопрос, как эффективно создавать образовательный контент в рамках VBL концепции, остается открытым. Анализ надежных физиологических реакций может помочь прояснить некоторые аспекты в работе процесса восприятия образовательного контента на разных уровнях мультимедиа (Залата & Еременко, 2020), что уже активно ведется за рубежом (Yildirim & Sönmez, 2024).

Если говорить об исследовании образовательного процесса и онлайн-обучения с применением инструментов нейроимиджинга в российской науке, то это направление всё еще находится в фазе развития. Так, в литературе описываются результаты исследований, проведенных на студентах, например, в работе (Абабкова & Розова, 2022) изучались особенности восприятия российскими и иностранными студентами

презентаций, содержащих визуальные и текстовые элементы; в исследовании (Клоктунова и др., 2019) анализировались реакции глазодвигательной активности у студентов при чтении образовательной информации с экрана, в исследовании (Меркулова & Калинина, 2017) – во время подготовки пилотов-курсантов к лётной деятельности. Ведутся айтрекинг-исследования для психолого-педагогической диагностики обучающихся с ОВЗ (Робин & Кружкова, 2024), анализируются особенности зрительного внимания у дошкольников с нарушением слуха (Смирнова, 2022; Смирнова, 2024), айтрекинг используют для изучения особенностей движения глаз младшими школьниками при составлении рассказа по серии картинок (Ефимова и др., 2023). Несмотря на частичную изученность этого вопроса, остается мало освещенной тема, изучающая зрительное внимание в процессе онлайн-обучения у подростков. Данная возрастная группа представляет особый интерес, так как подростки зачастую склонны усваивать материал самостоятельно в домашних условиях, выполняя свои задания с использованием обучающих видеолекций. Кроме того, жизнь данной возрастной группы тесно связана с онлайн-пространством и социальными сетями (Константинова, 2023). Работы, посвященные изучению влияния цифровых технологий на когнитивные процессы и коммуникацию, можно встретить, но они противоречивы (Агеев и др., 2023). Изучаются показатели внимания и рабочей памяти у подростков, вовлеченных в виртуальную деятельность (Каменская, Татьяна, 2024) при этом отсутствуют надежные данные, полученные с помощью психофизиологического подхода.

Важность изучения этого вопроса послужила основанием для проведения исследования, **целью** которого был сравнительный анализ зрительного внимания подростков при просмотре трех разных видеороликов с применением айтрекинга. Выдвинуто предположение, что на внимание оказывает влияние различное сочетание компонентов видеоматериала. Например, в исследовании (Garcia & Yousef, 2023) выделяются такие элементы: (1) презентация слайдов с рассказом, (2) лекция только докладчика, (3) запись лекции в реальном времени, (4) «картинка в картинке», (5) нарисованные от руки видеоролики, и (6) скринкастинг.

В практике онлайн-образования в России для подготовки видеоматериала чаще всего используются такие компоненты, как текст, схема, картинка, наличие лектора на экране, поэтому именно они были выбраны как основные объекты анализа. Кроме того, известно, что для создания видеороликов, включающих текст и картинки, необходимо учитывать стратегии учащихся, особенности восприятия информации с экрана, ведь соотношение текста и иллюстративного материала может оказывать влияние на особенности внимания обучающихся (Абабкова & Розова, 2022). Исходя из этих уточнений, можно сформулировать исследовательский вопрос: *«Как и в какой степени сочетание компонентов визуального оформления видеороликов окажет влияние на особенности зрительного внимания школьников?»*.

## **Методы**

В исследовании приняло участие 45 испытуемых (19 мужчин, 26 женщин, возраст от 13 до 17 лет (средний возраст = 15,1), с нормальным или скорректированным зрением, являющихся учащимися среднего и старшего звена школы. Исследование проведено с соблюдением всех этических норм (были получены согласие родителей или законных представителей несовершеннолетних), а также было получено одобрение этической комиссией НИ ТГУ.

### ***Процедура исследования***

Участники приходили в лабораторию Томского государственного университета (ТГУ), заполняли входную анкету, включающую вопросы про пол и возраст, затем они проходили основное исследование, включающее установку оборудования, его калибровку, просмотр видеороликов. В конце исследования участники заполняли небольшую выходную анкету, отвечая на вопросы открытого типа о характере видеороликов, привлекательности стимульных материалов. Дополнительно участники могли внести предложения по изменению структурных компонентов представленных видеороликов.

### ***Стимульный материал***

Каждому участнику предъявлялось три видеоролика из архива ТГУ по предметам: русский язык, математика и биология. Средняя продолжительность каждого ролика составила 7 минут. Данная длительность была установлена как оптимальная в рамках подготовительных видеороликов по школьным предметам (Гришин и др., 2020). Каждое видео представляло собой набор слайдов, на которых присутствовали в разной комбинации или по отдельности текст, схема, картинка, лектор на экране, параллельно шел аудиоряд – объяснение материала преподавателем. Каждое видео имело свою уникальную структуру по набору компонентов.

Видео по предмету биология включало материал про ДНК и гены. В этом видео акцент был сделан на такие визуальные составляющие, как картинки и схемы, которые присутствовали на протяжении всего ролика, при этом изображение лектора практически отсутствовало. Видеоролик по математике был посвящен числу Лишрел. В нем доминировал текстовый компонент в сочетании с наличием аудиовизуального образа лектора. В видеоролике по русскому языку был представлен материал по фонетике. Материал объединял в себе как текстовый компонент в сочетании с наличием аудиовизуального образа лектора, так и отдельный текстовый формат. Лектором по биологии был мужчина, в остальных видеороликах – женщины.

Для анализа были отобраны следующие структурные компоненты видеороликов, которые присутствовали самостоятельно или в сочетании друг с другом: текст, картинка, текст+картинка, лектор+текст, схема, лектор+схема, лектор+картинка (все

представленные компоненты задействуют преимущественно зрительное внимание). Чтобы избежать фактора когнитивной нагрузки на последнем видео, а также чтобы устранить «эффект порядка», участникам в случайном порядке предлагался один из трех вариантов последовательности видеороликов. Записи глазодвигательной активности респондентов производилась при помощи видеоокулографа NTrend-ET500 (частота сканирования – 500 Гц, точность определения направления взгляда – 0,4 градуса, встроенной ИК камеры, позволяющей фиксировать лицо респондента с разрешением HD – 1280x720 и частотой кадров 25 Гц, расстояние от глаз до ИК-камеры в пределах – 0,5-0,8 м). Запись данных осуществлялась с использованием ПО «Нейробарометр».

### **Показатели**

При подготовке к анализу данных были выделены основные области интересов (AOI) для каждого видео в отдельности. Анализировалось: 1) среднее время нахождения в зоне интереса (мс) по группе респондентов, 2) показатели распределенного внимания, 3) релевантные и нерелевантные области интереса (AOI) (Sáiz-Manzanares et. al., 2023).

Основной анализ данных был основан на ключевом параметре распределения внимания по всем участникам, который определялся как сумма распределения внимания по каждому респонденту, деленная на общее количество респондентов, где распределение внимания по одному респонденту – это доля суммарной длительности фиксации в зоне к длительности существования зоны интереса. Данный параметр показателя внимания ( $n$ ) автоматически рассчитывался с помощью ПАК «Нейробарометр». Способ оценки внимания на основе глазодвигательных показателей осуществлялся согласно патенту (Латанов и др. 2019). Для наглядности здесь и далее результаты будут представлены с помощью показателя распределенного внимания по всем участникам ( $n$ ), где  $n < 0,1$  означает очень низкий показатель распределения внимания;  $0,1 < n < 0,2^*$  – низкий показатель;  $0,2 < n < 0,3^{**}$  – средний показатель;  $0,3 < n^{***}$  – высокий показатель распределения внимания. Звездочками (для удобства восприятия табличных результатов) отмечены уровни этого показателя.

### **Результаты**

Анализ времени нахождения в зоне интереса (без лектора) на каждое видео показал, что для биологии оно составило – 571655 мс, для математики – 560481 мс, для русского языка – 410467 мс. На следующем этапе каждый ролик был поделен на слайды и проанализирован в отдельности по ключевым параметрам видео.

Проведенный анализ данных был представлен в трех таблицах для каждого предмета. В каждой из них на первой строке указаны различные наборы используемых элементов, связанные с конкретными слайдами. Ниже представлены количественные параметры, которые отражают распределение внимания, проведенное группой респондентов на каждой зоне, что соответствует степени их вовлеченности в изучение

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

соответствующего материала. Чем выше значение этого параметра, тем больше внимания было уделено данной зоне. Распределение внимания важно исследовать с той точки зрения, что учащиеся могут испытывать трудности, когда необходимо одновременно интегрировать несколько источников информации, таких как текст и иллюстрации (Ozcelik et al., 2009).

В таблице 1 представлены компонентный состав и показатель распределения внимания аудитории во время просмотра видеоролика по биологии.

**Таблица 1**

*Распределения внимания по зонам интереса по предмету биология*

Биология	Текст	Картинка	Схема	Схема+Текст
Слайд 1			0,125*	0,207**
	0,0273	0,048	0,139*	
Слайд 2		0,048		
		0,191*	0,159*	
Слайд 3	0,0102		<b>0,349***</b>	
		0,040		
		0,0283	0,120*	
Слайд 4		0,156*	0,092	
		0,119*		
	0,011		0,059	
Слайд 5	0,032		0,280**	
	0,006		0,206**	
Слайд 6	0,017	0,025		
		0,092	0,064	

Для данного видео характерно: а) акцент на визуализацию (схемы, картинки), б) эффективность комбинирования текст и схем, в) добавление исторической фигуры, например, «портрет Менделя». Кроме того, данное видео на каждом слайде включало несколько визуальных компонентов, что отражалось на распределении внимания. Среднее и выше среднего значение внимания в видеоролике по биологии привлекали схемы сами по себе и в сочетании с текстом ( $0,1 < n < 0,2^*$ ,  $0,2 < n < 0,3^{**}$ ,  $0,3 < n^{***}$ ). Текстовые блоки привлекали внимание в меньшей степени ( $n < 0,1$ ). Из нескольких представленных изображений на слайде картинки, связанные с историческими личностями, вызывали

наименьший интерес. Например, показатель внимания, включающий портрет Менделя  $p=0,048$  по сравнению с изображением растения  $p=0,191$  (рисунок 1). Показатель включающий портрет Моргана  $p=0,03$ , по сравнению с иллюстрацией кроссинговера  $p=0,09$  (слайд №2, слайд №6 соответственно, таблица 1).

Ниже представлена таблица 2, включающая компонентный состав видеороликов по математике, а также показатели распределения зрительного внимания.

**Таблица 2**

*Распределения внимания по зонам интереса по предмету математика*

Математика	Лектор+Текст	Лектор+Схема	Лектор+Картинка	Схема+Текст
	0,112*			
Слайд 1	0,179*		0,053	
	0,289			
Слайд 2	0,099			
	0,134*			
Слайд 3	<b>0,313***</b>			
	0,242**			
Слайд 4				0,137*
			0,043	
Слайд 5	<b>0,391***</b>			
	0,021			
Слайд 6	0,265**			
		0,033		

В данном видео можно выделить: а) акцент на практических заданиях и примерах, б) меньшая роль визуализации стимулов по сравнению с биологией, в) большая представленность лектора, г) четкость в формулировке заданий на слайдах. Для видео характерно, что из шести представленных слайдов 60% имеют набор элементов «лектор+текст», и распределение внимания идет от низкого уровня ( $0,1 < p < 0,2^*$ ) до высокого ( $0,3 < p^{***}$ ). Компоненты «лектор+текст» на слайде №3 показывает высокий уровень распределения внимания ( $0,3 < p^{***}$ ). Это может свидетельствовать о том, что аудитория в данный момент была активно вовлечена в процесс обучения. Элементы «лектор+картинка» (слайды №1, №5, таблица 2) и «лектор+схема» (слайд №6, таблица 2), «проигрывают» компоненту «лектор+текст» (таблица 2).

Далее представлена таблица 3, включающая компонентный состав видеороликов по русскому языку, а также показатели распределения внимания.

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

**Таблица 3**  
*Распределения внимания по предмету русский язык*

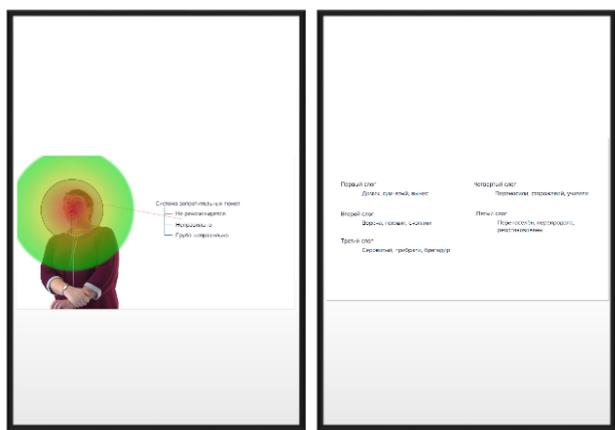
Русский язык	Лектор+Текст	Текст
Слайд 1	<b>0,306***</b>	
	0,088	
	0,033	
Слайд 2	0,020	
	0,266**	
Слайд 3	0,255**	
Слайд 4	<b>0,380***</b>	
Слайд 5	<b>0,392***</b>	
Слайд 6		0,232**
		0,225**
Слайд 7		0,251**
		0,143*
Слайд 8		0,261**
		0,144*
Слайд 9	0,096	

В данном видеоролике акцент был: а) на сочетании теории и практики, б) меньшая роль визуализации среди всех предметов, упор на языковые задания (сочетания слов и слогов). При анализе оказалось, что стимулы на слайдах №4 и №5, имеют высокую ( $0,3 < p < 0,05$ ) вовлеченность и расположены на слайдах с лектором, а слайды с текстом без аудиовизуального сопровождения показывают средне-низкое ( $0,1 < p < 0,05$ ) внимания.

Для наглядности полученных результатов на рисунке 1 показаны примеры тепловых карт с вовлекающим набором использованных элементов, оценивающие фиксацию взгляда участников исследования в роликах по биологии, русскому языку и математике.

### Рисунок 1

Пример тепловых карт с вовлекающим набором использованных элементов

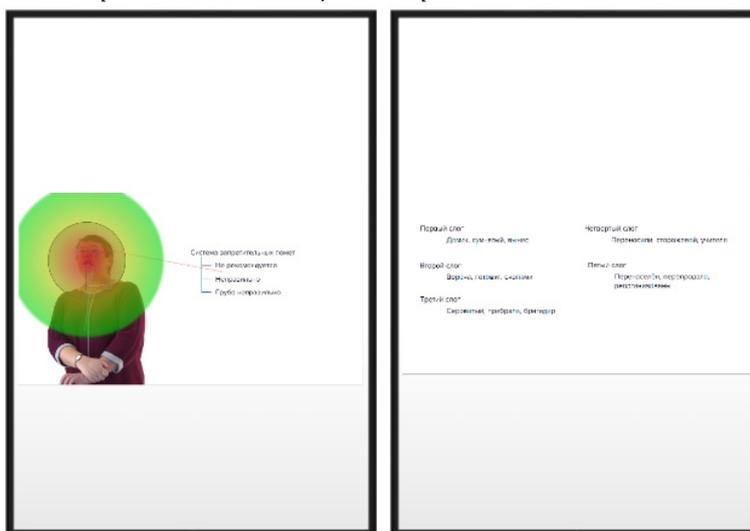


**Примечание:** первый слайд из видеоролика по биологии, второй слайд из видеоролика по русскому языку, третий слайд из видеоролика по математике

На рисунке результаты (тепловых карт, а также диаметр зон фиксации взгляда) иллюстрируют успешное сочетание компонентов каждого ролика, которые привлекли внимание участников. Что касается слайдов, включающих компонентный состав, который наименее вовлекал участников, то на рисунке 2 представлены примеры из видеоролика по русскому языку.

### Рисунок 2

Пример тепловых карт с не вовлекающим набором использованных элементов



В основе анализа изображений по этому предмету лежит параметр низкого уровня распределения внимания, а также критерии «скудности» стимульного наполнения видеоролика, отмеченные респондентами. Тепловая карта демонстрирует, что респонденты вместо анализа текста осуществляют длительные фиксации на лице лектора.

## Обсуждение результатов

Как было сказано выше, каждый анализируемый видеоролик имел свою дидактическую модель, отличающуюся по структуре, что связано как со спецификой предмета, так и с задумкой автора курса. Согласно полученным результатам по времени нахождения в зоне интереса (мс) больше всего внимания участники уделяли ролику по биологии, включающему схематичное представление материала, который становится ключевым компонентом в данном видеоролике, вовлекающим внимание аудитории. Выявленный результат по снижению показателя внимания на фотографию исторической личности «портрет Менделя», по сравнению с другой иллюстрацией на данном слайде (рисунок 1), возможно, связан с тем, что портрет был представлен в черно-белом цвете и тем самым меньше привлекал внимание.

В видеоролике по математике максимальный показатель зрительного внимания был получен при анализе компонентов «лектор+текст», что согласуется с результатами исследования, когда при совместном использовании слов и изображений в видеообучении, проявляется устойчивость внимания и повышение мотивации за счет динамичности (Gu et al., 2024). Кроме того, изображение преподавателя задействует более синхронизированные движения глаз, дополнительный контроль внимания, более глубокую социально-эмоциональную обработку, так, учащиеся уделяют значительное внимание изображению преподавателя (до 27% от общего зрительного внимания во время видеообучения (Gu et al., 2024). В случае представления компонентов «лектор+схема» и «лектор+картинка» наблюдается снижение показателя распределения внимания, возможно, в этом случае идет наложение двух стимулов одной модальности «лектор» и другой сложный визуальный образ.

В видеоролике по русскому языку также был выделен высокий показатель внимания ( $0,3 < n$ ) на компонент «лектор+текст», что может объясняться тем, что основное внимание привлечено к лицу лектора, а также тем, что у респондента не было возможности обратить внимание на что-то другое (рисунок 2). В подтверждении этого предположения анализ постанкетки показал, что пять участников в ответе на вопрос: «Что бы они посоветовали изменить в видеороликах?» отметили скудность наполнения видеоролика по русскому языку и указывали на быструю усталость, а также низкую вовлеченность в обучение. Зоны же без конкретных заданий или примеров получали наименьшее внимание ( $n < 0,1$ ).

Распределения фиксаций, расположенные на разных областях визуальных компонентов, полученные по результатам анализа всех слайдов для всех участников (рисунок 1), наиболее выражены на цветных изображениях (картинках и схемах) и свидетельствуют о глубоком анализе представленной информации. Кроме того, согласно полученным результатам, самым эффективным оказалось использование различных иллюстративных компонентов с параллельным объяснением словами лектора, что продемонстрировано в видеоролике по биологии, а также максимально эффективным оказалось сочетание самого лектора в кадре с текстом на слайде (ролики по русскому языку и математике). При этом наличие лектора с другим иллюстративным компонентом не было таким эффективным.

Важно обозначить определенные ограничения исследования. Выборка участников была ограничена регионом (г. Томск) и конкретными школами, что не позволяет обобщать полученные результаты на всю группу обучающихся и требует дальнейшего изучения данного вопроса.

Анализируя всё выше сказанное, можно в дальнейшем разработать структуру занятия, позволяющую эффективно преподавать видеоматериал по каждому предмету индивидуально с учетом его специфики, что может облегчить восприятие материала школьниками и помочь тем ребятам, кто испытывает трудности по тому или иному предмету. Таким образом, исследование влияния визуальных стимулов на процесс обучения является актуальной и перспективной областью научных исследований (Wanping et al., 2022). Полученные результаты имеют большое значение для развития современной педагогики и психологии, а также могут быть интегрированы в процесс начального этапа профориентационной деятельности при добавлении компонента «эмоциональной вовлеченности», личностных характеристик человека, где будут изучаться взаимосвязь объективных показателей (психофизиологических) и субъективных показателей (результатов анкетирования выявления физиологических предрасположенностей и тенденций к изучению разных предметных областей).

Тема онлайн-формата является дискуссионной для всех субъектов образовательного процесса. Это реальность, в которой со временем необходимо актуализировать выгодные аспекты подобного перехода или взаимодействия. Преимущества дистанционных технологий оказываются обширными: 1) Доступность образования (для людей разного возраста, для людей из небольших населенных пунктов с возможностью сэкономить деньги и время), 2) Построение собственной траектории обучения, самостоятельное прохождение в удобное время и др. (Кислухина, 2017). Вопросы о том, как правильно создавать образовательные видеоматериалы в рамках развития современной теории XXI века обучения при помощи видео VBL остается открытым. Известно, что оптимизация процесса визуального оформления и подбора соответствующих стимулов способствует удержанию респондента в зонах интереса и может привести к более активному изучению представленной информации (Wang, Antonenko & Dawson, 2020). Данное экспериментальное исследование, ведущее поиск наиболее оптимальных параметров образовательных видеолекций для подростков вносит вклад в подход VBL, который активно развивается в других странах и в меньшей степени в России.

## МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

---

На основании полученных результатов можно предложить такие рекомендации для создания видеороликов для подростков:

1) важно тщательно продумывать визуальное оформление слайдов и наполнять их различными схемами, диаграммами и картинками (с учетом формата изображения, черно-белый или цветной), что оказывается более эффективными в привлечении внимания и удержании интереса обучающихся, чем текстовые блоки,

2) интерактивные элементы, такие как задания и вопросы, способствуют более глубокому погружению в материал и повышают эффективность запоминания. При этом необходимо помнить, что избыточное количество визуальных элементов может привести к фактору когнитивной перегрузки, что снизит эффективность обучения.

Полученные результаты позволяют подвести итог, что видеоролик по биологии, насыщенный визуальными стимулами, демонстрирует более высокий уровень вовлеченности в просмотр, усиливает поисковую функцию глазодвигательной активности в процессе обучения, что подтверждается увеличением количества саккад и фиксаций взгляда на разных элементах видеоролика. Оптимизация процесса визуального оформления и подбора соответствующих стимулов способствует удержанию респондента в зонах интереса и может привести к более активному изучению представленной информации

Дальнейшие исследования в этой области позволят разрабатывать новые образовательные методики, способствующие эффективному развитию ключевых компетенций.

### **Литература**

- Абабкова, М. Ю., & Розова, Н. К. (2022). Айтрекинг как инструмент оценки восприятия электронных презентаций российскими и зарубежными студентами. *Вестник педагогических инноваций*, 4(68), 106–121. <https://doi.org/10.15293/1812-9463.2204.10>
- Агеев, Н. Я., Токарчук, Ю. А., Токарчук, А. М., & Гаврилова, Е. В. (2023). Связь цифровых технологий с развитием когнитивных и коммуникативных процессов подростков и юношей: обзор эмпирических исследований. *Психолого-педагогические исследования*, 15(1), 37–55. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150103>
- Бардецкий, С. С. (2019). Воздействие медиа-информации на сознание и поведение младших школьников в контексте проблематики педагогики. В *Наука и инновации – современные концепции: сборник научных статей по итогам работы Международного научного форума* (с. 21–28).
- Гришин, А. С., Ильина, С. А., Пичугина, М. В., & Турнова, Ю. И. (2020). Когнитивная оценка восприятия информации при чередовании различного типа видеоконтента. *Казанский педагогический журнал*, 5(142), 224–229. <https://doi.org/10.34772/KPJ.2020.142.5.033>
- Дождиков, А. В. (2020). Онлайн-обучение как e-learning: качество и результаты (критический анализ). *Высшее образование в России*, 29(12), 21–32. <https://doi.org/10.31992/0869-3617-2020-29-12-21-32>
- Елькина, И. Ю. (2022). Факторы вовлеченности студентов в учебный процесс в условиях дистанционного обучения. *Образовательные ресурсы и технологии*, 1(38), 7–13. <https://doi.org/10.21777/2500-2112-2022-1-7-13>

- Ефимова, В. Л., Буйнов, Л. Г., Новожилов, А. В., & Хаснутдинова, А. Л. (2023). Айтрекинг-исследование: составление устного рассказа по серии картинок младшими школьниками с трудностями в обучении. *Мир науки. Педагогика и психология*, 11(2).
- Залата, О. А., & Еременко, Ю. А. (2020). Оценка восприятия образовательного контента на различных уровнях мультимедиа. *Интеграция образования*, 24(4), 678–691. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.101.024.202004.678-691>
- Каменская, В. Г., & Татьяна, Е. В. (2024). Экспериментальное исследование рабочей памяти и внимания подростков с разной степенью вовлеченности в виртуальную деятельность в период пандемии КОВИД-19. *Экспериментальная психология*, 17(2), 52–67. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2024170203>
- Кислухина, И. А. (2017). Использование дистанционных образовательных технологий в системе высшего образования: проблемы и перспективы. *Управление экономическими системами: электронный научный журнал*, 9(103), 7–14.
- Клоктунова, Н. А., Соловьева, В. А., Барсукова, М. И., & Кузьмин, А. М. (2019). Изучение когнитивных процессов обучающихся при поиске образовательной информации на экране. *Перспективы науки и образования*, 3(39), 326–340. <https://doi.org/10.32744/pse.2019.3.25>
- Константинова, О. Б. (2023). Возможности использования видео в образовательном процессе с точки зрения педагогов и подростков. *Психолого-педагогические исследования*, 15(2), 106–130. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150207>
- Кроткова, О. А., Данилов, Г. В., Каверина, М. Ю., Кулёва, А. Ю., Гаврилова, Е. В., & Ениколопова, Е. В. (2018). Объем зрительного внимания при нормальном старении: айтрекинг-исследование. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 1, 21–36. <https://doi.org/10.11621/vsp.2018.01.21>
- Латанов, А. В., Анисимов, В. Н., Бойко, Л. А., & Галкина, Н. В. (2020). Патент РФ на изобретение № 2722447. Заявл. 14.11.2019; опубл. 01.06.2020, Бюл. № 16.
- Меркулова, А. Г., & Калинина, С. А. (2017). Распределение зрительного внимания при подготовке пилотов-курсантов к лётной деятельности. *Гигиена и санитария*, 96(8), 752–755. <https://doi.org/10.18821/0016-9900-2017-96-8-752-755>
- Робин, С. Д., & Кружкова, О. В. (2024). Возможности применения технологии айтрекинга в психолого-педагогической диагностике обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. *Специальное образование*, 4(75), 53–67.
- Смирнова, Я. К. (2024). Айтрекинг-исследование особенностей перцептивной деятельности дошкольников с нарушением слуха при взаимодействии с визуальным учебным материалом в процессе обучения. *Экспериментальная психология*, 17(1), 17–43. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2024170102>
- Смирнова, Я. К. (2022). Айтрекинг исследования использования разных форм инструкции в обучении детей. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 2, 192–222. <https://doi.org/10.11621/vsp.2022.02.09>
- Becker, S., Küchemann, S., Lichtenberger, K. P. A., & Kuhn, J. (2022). Gaze patterns enhance response prediction: More than correct or incorrect. *Physical Review Physics Education Research*, 18, 020107. <https://doi.org/10.1103/PhysRevPhysEducRes.18.020107>
- Bialowas, A., & Steimel, S. (2019). Less is more: Use of video to address the problem of teacher immediacy and presence in online courses. *International Journal of Teaching and Learning in Higher Education*, 31(2), 354–364.
- Cao, J., & Nishihara, A. (2012). Understand learning style by eye tracking in slide video learning. *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 21(4), 335–358.

- Garcia, M. B., & Yousef, A. M. F. (2023). Cognitive and affective effects of teachers' annotations and talking heads on asynchronous video lectures in a web development course. *Research and Practice in Technology Enhanced Learning*, 18, 020. <https://doi.org/10.58459/rptel.2023.18020>
- Gu, C., Peng, Y., Nastase, S. A., Mayer, R. E., & Li, P. (2024). Onscreen presence of instructors in video lectures affects learners' neural synchrony and visual attention during multimedia learning. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 121(12), e2309054121. <https://doi.org/10.1073/pnas.2309054121>
- Guo, P. J., Kim, J., & Rubin, R. (2014). How video production affects student engagement: An empirical study of MOOC videos. In *Proceedings of the first ACM conference on Learning at Scale* (pp. 41–50). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/2556325.2566239>
- Jacob, T., & Centofanti, S. (2024). Effectiveness of H5P in improving student learning outcomes in an online tertiary education setting. *Journal of Computing in Higher Education*, 36(2), 469–485. <https://doi.org/10.1007/s12528-023-09361-6>
- Kizilcec, R. F., Bailenson, J. N., & Gomez, C. J. (2015). The instructor's face in video instruction: Evidence from two large-scale field studies. *Journal of Educational Psychology*, 107(3), 724–739. <https://doi.org/10.1037/edu0000013>
- Li, W., Wu, J., Yin, K., Jiang, G., Yu, C., & Li, L. (2022). A method of attention analysis on video. *Journal of Physics: Conference Series*, 2253(1), 012032. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/2253/1/012032>
- Ozcelik, E., Karakus, T., Kursun, E., & Cagiltay, K. (2009). An eye-tracking study of how color coding affects multimedia learning. *Computers & Education*, 53(2), 445–453. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2009.03.002>
- Sáiz-Manzanares, M. C., Marticorena-Sánchez, R., Martín Antón, L. J., González-Díez, I., & Carbonero Martín, M. Á. (2023). Using eye tracking technology to analyse cognitive load in multichannel activities in university students. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2188532>
- Stull, A. T., Fiorella, L., & Mayer, R. E. (2018). An eye-tracking analysis of instructor presence in video lectures. *Computers in Human Behavior*, 88, 263–272. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.07.019>
- Wang, J., Antonenko, P. D., & Dawson, K. (2020). Does visual attention to the instructor in online video affect learning and learner perceptions? An eye-tracking analysis. *Computers & Education*, 146, 103779. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.103779>
- Wang, X., Han, M., Lipsmeyer, L. L., & Spector, J. M. (2020). Impacts of cues on learning: Using eye-tracking technologies to examine the functions and designs of added cues in short instructional videos. *Computers in Human Behavior*, 107, 106279. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106279>
- Li, W., Wu, J., Yin, K., Jiang, G., Yu, C., & Li, L. (2022). A method of attention analysis on video. *Journal of Physics: Conference Series*, 2253(1), 012032. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/2253/1/012032>
- Yıldırım, Ş. U., & Sönmez, D. (2024). A bibliometric look at eye tracking research in video-based learning. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. <https://doi.org/10.33711/yyuefd.1378898>

Поступила в редакцию: 04.12.24

Поступила после рецензирования: 14.03.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

## Заявленный вклад авторов

**Сергей Викторович Моисеев** – разработка схемы исследования, подготовка и проведение эмпирического исследования, сбор материалов по отечественным и зарубежным практикам, сбор данных, ввод данных, обработка данных, анализ данных, методологические основания статьи, визуализация/представление данных в тексте, методологические основания статьи, доработка начального варианта текста, анализ данных, интерпретация данных исследования, формулировка выводов.

**Елена Александровна Есипенко** – экспертиза исследования, постановка исследовательской задачи, разработка концепции статьи, сбор материалов по отечественным и зарубежным практикам, интерпретация данных исследования, подготовка окончательной редакции текста.

**Валерия Витальевна Нестеренко** – подготовка и проведение эмпирического исследования, сбор данных, ввод данных, обработка данных, анализ данных, разработка концепции статьи, подготовка окончательной редакции текста.

## Информация об авторах

**Сергей Викторович Моисеев** – младший научный сотрудник центра когнитивных исследований и нейронаук Национального исследовательского Томского государственного университета, г. Томск, Россия; ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-4567-3241>; e-mail: [kaungreat@gmail.com](mailto:kaungreat@gmail.com)

**Елена Александровна Есипенко** – кандидат биологических наук, доцент кафедры генетической и клинической психологии факультета психологии, Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск, Россия; Scopus ID: 31267491800, Author ID:537464, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7088-0195>, e-mail: [esipenkoea@gmil.com](mailto:esipenkoea@gmil.com)

**Валерия Витальевна Нестеренко** – младший научный сотрудник центра когнитивных исследований и нейронаук Национального исследовательского Томского государственного университета, г. Томск, Россия; ID: <https://orcid.org/0009-0003-3353-8528>; e-mail: [valerie2602000@gmail.com](mailto:valerie2602000@gmail.com)

## Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК: 159.9

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.9>

## Банк заданий на поиск отдаленных ассоциаций для исследования инсайта CRAT-RUS: теоретические основания и результаты апробации

Надежда В. Морошкина<sup>1</sup> , Анна В. Косякова<sup>1\*</sup>,  
Алена П. Ошканова<sup>2</sup>, Ирина С. Князева<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Институт мозга человека им. Н.П. Бехтеревой РАН, Санкт-Петербург, Россия

<sup>2</sup>Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

\*Почта ответственного автора: [annakos.1811@gmail.com](mailto:annakos.1811@gmail.com)

---

### Аннотация

**Введение.** Задачи на поиск отдаленных ассоциаций – удобный и широко используемый инструмент для изучения инсайта и творческого мышления. Однако, многочисленные версии заданий характеризуются значительной лингвистической разнородностью как внутри наборов на русском языке, так и между версиями на разных языках, что препятствует сопоставлению результатов исследований и дальнейшему продвижению в понимании механизмов инсайтного решения. **Методы.** В настоящей работе был создан и апробирован новый банк из 60 задач на русском языке двух типов (семантически конвергентных и дивергентных), подробно описаны критерии его создания с опорой на современные представления о когнитивных и метакогнитивных процессах, вовлеченных в инсайт. Подбор задач осуществлялся на основе метрик, извлеченных из Национального корпуса русского языка. В апробации принял участие 71 человек (средний возраст 23 года). **Результаты.** Было показано, что конвергентные и дивергентные триады являются сбалансированными по объективной трудности, при этом в дивергентных триадах при обнаружении верного ответа значимо чаще, чем в конвергентных, возникает ага-переживание (аффективный маркер инсайта). Также

обнаружено, что вероятность успешного решения задач повышается с увеличением частотности слова-ответа и устойчивости словосочетаний, образуемых словами триады и ответом. В то же время, вероятность правильного ответа тем ниже, чем выше частотность первого слова триады. Время поиска ответа снижается для триад, частотность ответа которых выше. Вероятность ага-переживания связана с показателем семантической удаленности слов внутри триады: чем он выше, тем чаще возникает ага-переживание при обнаружении правильного ответа. Низкая частотность слова-ответа также повышает вероятность ага-переживания. **Обсуждение результатов.** Таким образом, был создан банк задач двух типов, являющихся эквивалентными по трудности, но различающимися по вероятности индукции ага-переживания. Также были выделены лингвистические предикторы объективной трудности задач и возникновения ага-переживания.

### Ключевые слова

тест отдаленных ассоциаций, инсайт, ага-переживание, семантическая связность, беглость обработки информации, ошибка метакогнитивного прогноза

### Финансирование

Исследование поддержано грантом РФФИ № 25-18-01018 «Источники и функции метакогнитивных переживаний при решении творческих задач и сохранении опыта», <https://rscf.ru/project/25-18-01018/>

### Для цитирования

Морошкина, Н. В., Косякова, А. В., Ошканова, А. П., & Князева, И. С. (2026). Банк заданий на поиск отдаленных ассоциаций для исследования инсайта CRAT-RUS: теоретические основания и результаты апробации. *Российский психологический журнал*, 23(1), 156–194 <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.9>

---

### Введение

Исследования творческого мышления занимают важное место в когнитивной науке. Вот уже более ста лет одним из наиболее загадочных феноменов, привлекающим ученых в этой области, является феномен инсайта или озарения. Под инсайтом принято понимать субъективно внезапный переход от непонимания к пониманию при решении творческой задачи. Часто инсайтный способ решения задачи противопоставляется аналитическому пошаговому решению с использованием известных приемов и процедур и/или перебора вариантов. Также инсайт отличается специфической феноменологией, а именно, возникновение ага-переживания, которое включает в себя ощущение внезапности появления идеи решения, уверенности в ее правильности, а

также позитивные эмоции (Danek, Fraps, von Müller, Grothe & Öllinger, 2014; Stuyck, Aben, Cleeremans & Van den Bussche, 2021).

Одним из наиболее популярных методов исследования процессов творческого мышления в последнее время стали задачи на поиск отдаленных ассоциаций, первоначально разработанные С.А. Медником для тестирования креативности (Remote Associates Test (RAT), Mednick, 1962) и затем адаптированные Е.М. Боуденом и коллегами для исследования инсайта (Compound Remote Associates Test (CRAT), Bowden & Jung-Beeman, 2003; Bowden, Jung-Beeman, Fleck & Kounios, 2005). С помощью задач на поиск отдаленных ассоциаций исследуется феноменология инсайта (Stuyck et al., 2021), его нейрофизиологические механизмы (Bowden et al., 2005), влияние на формирование долговременной памяти (Kizilirmak, Wiegmann & Richardson-Klavehn, 2016; Гершкович, Морошкина & Федосова, 2021) и многие другие аспекты. Однако дальнейшему продвижению мешает значительная разнородность банков заданий на разных языках (Behrens & Oltețeanu, 2020) и зачастую отсутствие спецификации того, какими свойствами обладают сами задания, и какие когнитивные процессы задействованы в их решении (Wu, Huang, Chen & Chen, 2020; Афанасьева & Спиридонов, 2024; Лукьянова, 2024). Несмотря на отдельные попытки обоснования валидности тестов на отдаленные ассоциации, большая часть банков заданий разрабатывается без четкой экспликации критериев их подбора. Остаются неясными теоретические основания разработанных методик, какие гипотетические механизмы обеспечивают решение задач данного типа? От чего зависит то, будет ли решение задачи сопровождаться ага-переживанием?

Цель настоящей работы – разработка и апробация нового банка задач на поиск отдаленных ассоциаций на русском языке для последующих исследований творческого мышления и феномена инсайта. Для этого были поставлены следующие задачи:

- обоснование ключевых критериев подбора задач, с опорой на существующие теоретические представления о когнитивных и метакогнитивных процессах, обеспечивающих инсайтное решение в задачах на отдаленные ассоциации;
- подбор и эмпирическая апробация банка заданий двух типов (потенциально инсайтные / потенциально не-инсайтные) с участием носителей русского языка;
- описание лингвистических характеристик задач, определяющих их трудность и вероятность индукции ага-переживания в процессе поиска решения.

В данной работе мы развиваем подход, основанный на методике Медника (Mednick, 1962) и ее более поздней версии (Bowden & Jung-Beeman, 2003). Первоначально Медник предложил идею, согласно которой в основе творческого мышления лежит способность находить новые связи между отдаленными элементами опыта. В качестве методики для исследования креативности Медник разработал тест из 30 заданий, в которых участнику предъявлялась триада слов, к которым нужно было подобрать четвертое целевое слово, связанное с каждым из слов триады и/или образующее с ними устойчивое выражение (Mednick, 1962). Тест Медника продемонстрировал достаточно высокую валидность и надежность, хотя впоследствии было показано, что показатели

по нему положительно коррелируют с показателями стандартных тестов интеллекта, в особенности вербального (подробнее см.: Валуева & Белова, 2011).

В последние годы RAT и его аналоги стали использовать не только для диагностики способностей к ассоциативному мышлению, но и для экспериментального исследования феномена инсайта. Оказалось, что задания на поиск отдаленных ассоциаций с высокой вероятностью провоцируют у решающего их человека ага-переживание. Также было показано, что даже простая демонстрация заданий с ответом может вызывать озарение «задним числом» (или «Ах, да!-переживание») (Kizilirmak et al., 2016; Морошкина и др., 2020). Однако оригинальная версия теста содержала небольшое количество заданий, а сами эти задания были довольно неоднородны с лингвистической точки зрения, вследствие чего была разработана новая версия – CRAT, включающая 144 задания на английском языке (Bowden & Jung-Beeman, 2003). Все задания из базы CRAT представляют собой триады слов, которые всегда образуют с целевым словом составное слово или выражение (например: *age/ mile/ sand - stone* (*stone age, milestone, sandstone*)). Важной особенностью заданий также является наличие только одного правильного ответа, что отличает их от тестов на дивергентное мышление, требующих генерации множества вариантов ответа на одно задание (подробнее см.: Валуева, Белова, 2011).

По сравнению с классическими головоломками, которые ранее использовались для исследования инсайта, задачи CRAT по мнению их разработчиков (Bowden et al., 2005) обладают целым рядом преимуществ:

- они относительно просты, требуют меньше времени на решение, можно собрать больше данных за раз;
- они достаточно однородны, что позволяет изучать инсайт, сравнивая не решение разных типов задач, а разные типы решения однородных задач;
- они позволяют применить больше экспериментальных манипуляций в рамках одного исследовательского дизайна;
- их легко предъявлять, на них легко вводить ответ с помощью компьютера;
- они легко адаптируются под физиологические методы (с применением ЭЭГ, фМРТ и др.).

### ***Русскоязычные версии теста на поиск отдаленных ассоциаций***

На сегодняшний день нам известно о нескольких попытках создания банка заданий на поиск отдаленных ассоциаций на русском языке. Первый вариант теста на поиск отдаленных ассоциаций был разработан А.Н. Ворониным и Т.В. Галкиной (Воронин & Галкина, 1994). Однако данная версия теста сильно отличается от теста Медника, поскольку задания не подразумевают нахождение единственного верного ответа, а сам тест нацелен на оценку дивергентного ассоциативного мышления через анализ частотности предлагаемых ответов-ассоциаций. Тем не менее, задания из этого теста использовались некоторыми исследователями в кросскультурных исследованиях тестов отдаленных ассоциаций (Toivainen, Olteteanu, Repeykova, Likhonov & Kovas, 2019).

Позднее Д.В. Ушаков и Е.А. Валуева разработали аналог оригинального теста Медника, который был апробирован на выборке из 357 человек, внутренняя согласованность тестовых заданий по альфа Кронбаха составила 0,87 (Валуева & Белова, 2011). В основу заданий теста были положены устойчивые выражения русского языка (например: триада **кожа / слоновый / лечь**, ответ: **кость** (*кожа да кости, слоновая кость, лечь костью*)). На основе данного теста Н.В. Морошкиной и коллегами (Moroshkina et al., 2022) была разработана расширенная база заданий на поиск отдаленных ассоциаций для исследования инсайта, включающая 100 заданий (RAT-RUS). Задания были апробированы на выборке из 120 человек, собраны данные не только о трудности заданий (средняя решаемость = 0.52), но и об их способности индуцировать ага-переживание как в процессе самостоятельного решения, так и при знакомстве с правильным ответом (вероятность индукции ага-переживаний при их решении сопоставима с аналогичными базами на других языках и составляет около 0.5).

Еще одна версия банка задач на поиск отдаленных ассоциаций была разработана коллективом из РАНХиГС под руководством В.Ф. Спиридонова (Spiridonov, Loginov & Ardislamov, 2021). Авторы не сообщают о проверке валидности и надежности, т.к. изначально база задач создавалась не как психодиагностический тест, а как набор задач для экспериментальных исследований. Возможно, отчасти из-за этого задания в базе получились в большинстве своем высокой трудности (средняя вероятность решения около 0.20). В базе содержится 40 заданий, основанных на словосочетаниях русского языка (например: для триады **палитра / яркость / оттенок** ответ – **цвет** (*цветовая палитра, яркий цвет, оттенок цвета*)). При этом в названии базы используется аббревиатура CRA (Compound Remote Associates), хотя целевое слово, как правило, не образует составных слов, терминов или устойчивых выражений со словами триады, в отличие от оригинальной англоязычной версии CRAT (Bowden & Jung-Beeman, 2003).

Наконец, еще одна версия банка заданий на поиск отдаленных ассоциаций – Russian Language Compound Remote Associates Test (RLCRAT), была предложена в магистерской диссертации М.С. Власова (Vlasov, 2021). Тест включает 20 заданий, построенных по единому принципу на основе составных слов русского языка (например: триада **колоть / резать / ходить**, ответ: **лед** (*ледокол, ледорез, ледоход*)). Средняя решаемость 0.63, внутренняя согласованность по альфа Кронбаха составила 0.88, о вероятности индукции ага-переживания не сообщается. В силу того, что составные слова не очень распространены в русском языке, существенно расширить базу заданий данной версии теста вряд ли удастся, что представляет проблему для экспериментальных и особенно психофизиологических исследований.

В цели настоящей статьи не входит подробное сопоставление всех упомянутых версий теста RAT, отметим только, что их наличие свидетельствует о большой востребованности данной методики в области психологических исследований инсайта и креативности. При этом авторы все время стремятся к усовершенствованию предлагаемых вариантов тестовых заданий. Одну из основных проблем представляет лингвистическая неоднородность задач, что вносит различные, в том числе

несемантические, источники трудности задач и затрудняет интерпретацию получаемых результатов. Вторая трудность состоит в том, что на данный момент остаются практически неизученными свойства задач, создающие предпосылки для возникновения ага-переживания при обнаружении решения. При использовании существующих версий теста приходится использовать самоотчеты решателей о наличии или отсутствии ага-переживания, чтобы различать пробы с инсайтными и неинсайтными решениями постфактум, что приводит к квазиэкспериментальному дизайну исследований. Данный подход порождает ряд методологических проблем при рассмотрении вопроса о механизмах инсайта, а также ряд ограничений при интерпретации и обобщении получаемых результатов.

## **Механизмы решения задач на поиск отдаленных ассоциаций**

### ***Факторы трудности заданий***

Процесс решения задач на поиск отдаленных ассоциаций можно представить как включающий два этапа – начальный этап генерации идей, и затем этап сопоставления и оценки решения (Smith, Huber & Vul, 2013). На первом этапе, когда участник знакомится со словами триады, в его семантической памяти, согласно сетевым моделям (Collins & Loftus, 1975) активируются их близкие ассоциации, эти активационные процессы параллельно распространяются по семантической сети и в какой-то момент сходятся на целевом слове, которое, благодаря суммации активации, становится доступным для извлечения (Bowers, Regehr, Balthazard & Parker, 1990; Bolte & Goschke, 2005; Topolinski & Strack, 2008). Однако извлеченное слово – это только догадка, которая может и не быть правильным ответом на задачу. Поскольку инструкция, как правило, требует найти слово, образующее определенный вид связи со словами триады, например, нужно, чтобы оно образовывало устойчивые выражения, требуется эксплицитная проверка найденной догадки на соответствие требованиям задачи. На этом этапе участник может попытаться оценить «устойчивость» получившихся с целевым словом выражений, что согласно некоторым предположениям связано с обратным распространением активации от целевого слова к словам триады (Moroshkina et al., 2022).

Согласно подходу К. С. Боуэрса и коллег (Bowers, Regehr, Balthazard & Parker, 1990), этап генерации идей обеспечивают интуитивные процессы, последовательно выполняющие функцию навигации поиска (guiding stage) и интеграции накопленных свидетельств (integrative stage). При этом уже на ранних стадиях поиска у решателя возникает интуитивное чувство когерентности, которое отражает паттерн активационных процессов в семантической памяти и может служить косвенным сигналом о потенциальной решаемости задачи. Так, в экспериментах Боуэрса и коллег (Bowers et al., 1990) и серии последующих работ (Bolte & Goschke, 2005; Topolinski &

Strack, 2010) было показано, что при знакомстве испытуемых с триадами из RAT уже через 1.5–2 секунды они могут с вероятностью выше случайного угадывания различать решаемые и нерешаемые задачи (т.е. триады, у которых есть общее целевое слово, и те, у которых его нет).

Позже М. Оллингер и А. Мюллер (Öllinger & von Müller, 2017) развили идеи Боуэрса, предложив четырехстадийную модель, отдельно описав в ней стадию инсайтного решения задачи (переструктурирования). Согласно их модели, на первой стадии так же, как и в модели Боуэрса, происходит распространение активации в семантической памяти. Однако они справедливо замечают, что чтобы поиск не был бесконечным, он должен быть заранее ограничен некой гипотезой или априорным знанием. На второй стадии происходит накопление активаций и переход системы в состояние баланса (когерентности), которое характеризуется повышением беглости обработки информации – на данной стадии рождается определенная интуитивная догадка о решении задачи. Третья стадия – валидация интуитивной догадки, в случае ее успешного прохождения выдается ответ на задачу. В случае неудачной валидации, система переходит на четвертую стадию – переструктурирование, запускается смена репрезентации задачи и возврат на первую стадию, но уже с другими ограничениями распространения активации. Система циклически проходит по четырем стадиям до момента, пока ответ не будет найден.

В работе Е. Дж. Давелаара (Davelaar, 2015) была предпринята попытка смоделировать процессы семантического поиска при решении задач RAT. Результаты исследования показали, что процесс решения задач данного типа носит нелинейный характер. Как правило, связь целевого слова со словами триады слишком слаба, чтобы суммарная активация от слов триады сразу привела к его осознанию. Прочтение отдельных слов-подсказок приводит к активации их сильных ассоциатов, которые необходимо отвергать (подавлять) в процессе поиска. В результате участники демонстрируют то, что автор называет супераддитивной моделью поиска, они исследуют ассоциативные поля каждого слова триады, включая как элементы на пересечении этих полей, так и наиболее сильные ассоциаты за пределами пересечения. При этом они не исследуют ассоциативные поля последовательным исчерпывающим поиском, а переключаются между ними, что позволяет усиливать активацию целевого слова (слабо связанного со всеми словами триады) и ослаблять активацию отвлекающих слов-ассоциаций (сильно связанных с одним из слов триады и почти не связанных с другими словами), максимизируя разницу между ними, что в итоге приводит к извлечению слова-ответа.

Каковы же факторы трудности задач RAT, исходя из предложенных моделей процессов их решения? Согласно модели Боуэрса, успешность и время поиска ответа будет зависеть от того, насколько сильно слова триады связаны с целевым словом (т.н. *семантическая связность*): чем сильнее связь, тем быстрее накапливается активация целевого слова, достаточная для преодоления порога осознания. Модель Давелаара указывает на второй важный фактор – наличие сильных, но нерелевантных ассоциатов

у отдельных слов триады, т.к. они будут быстро активироваться и отвлекать на себя процессы поиска, замедляя время решения задачи. Также можно предположить, что в целом, чем выше частотность слов в триаде, тем больше у них частотных ассоциаций, следовательно, больше пространство поиска.

Действительно, в исследовании Ю. Н. Сियो и коллег (Sio, Kotovsky & Cagan 2021) было показано, что чем сильнее семантическая связность слов триады с целевым словом, рассчитанная на основе данных ассоциативного словаря, тем быстрее происходит решение задачи, а также, что с увеличением числа сильных иррелевантных слов-ассоциаций к словам триады, время поиска решения замедляется. В другом исследовании (Becker, Davis & Cabeza, 2022) были получены сходные результаты: авторы показали, что чем выше семантическая связность слов триады с целевым словом (cue-solution similarity), тем быстрее участники находили целевое слово. Помимо этого, исследователи предположили, что семантическая связность слов внутри триады (cue-cue similarity) также будет влиять на поиск ответа. Триады слов с высоким семантическим сходством будут активировать много близких общих ассоциаций, и участник будет ожидать, что слово-решение также находится где-то близко. Таким образом, чем больше сходство, тем более узкими будут ограничения на пространство поиска, которые будут накладывать участники, что согласуется с моделью Оллингера-Мюллера. Исходя из этого, авторы предположили, что высокое сходство слов внутри триады будет облегчать поиск решения, если сходство триады с целевым словом также высокое, и затруднять, если оно низкое. Оба предположения авторов подтвердились.

В работе Боуэрса и коллег (Bowers et al., 1990) был отмечен еще один фактор, предположительно влияющий на процессы поиска решения в задачах RAT, это тип самих триад. Авторы обратили внимание, что в части триад слова образуют ассоциацию с целевым словом, выступающим в разных своих значениях (например, в триаде *strike / same / tennis* слова связаны с разными значениями целевого слова «*match*»). Эти триады авторы назвали «семантически дивергентными» (semantically divergent). В другой части триад все слова связаны с целевым словом в его одном общем значении (например: триада *goat / pass / green* и целевое слово «*mountain*»), такие триады авторы назвали «семантически конвергентными» (semantically convergent). Поскольку изначально большая часть триад была взята Боуэрсом и коллегами из базы Медника, то деление триад на типы носило апостериорный характер. Авторы обнаружили, что семантически дивергентные задачи имели более низкую вероятность решения, а также участники реже называли их когерентными, т.е. потенциально решаемыми. Боуэрс сделал вывод, что дивергентные триады, по-видимому, индуцируют лишь слабое чувство когерентности или даже не индуцируют его вовсе. Однако в дальнейших работах с использованием RAT и CRAT деление триад на семантически конвергентные и дивергентные не обсуждалось и не учитывалось, что, на наш взгляд, большое упущение. Подробнее мы остановимся на этом делении ниже при обсуждении критериев создания новой базы заданий.

Помимо семантических факторов на трудность задач RAT могут влиять и другие свойства задач, в том числе синтаксические отношения целевого слова со

словами триады в образуемых сочетаниях (Афанасьева, Спиридонов, 2024). Также ряд исследований показал, что на успешность и время решения задач может влиять стратегия, которую использует участник (Smith, Huber & Vul, 2013). Например, часто стратегия состоит в том, чтобы начинать поиск с подбора ассоциаций к первому слову в триаде, в результате чего частотность именно первого слова оказывается одним из факторов трудности задач (Морошкина и др., 2020).

### ***Факторы возникновения ага-переживания при поиске решения***

При рассмотрении механизмов решения задач на поиск отдаленных ассоциаций встает еще один важный вопрос: от чего зависит, будет ли решение достигнуто путем инсайта или путем аналитических процессов? Каковы факторы, влияющие на вероятность возникновения ага-момента при решении задачи? В большинстве исследований инсайта на материале задач RAT исследователи просят участников дать субъективный отчет о том, было ли у них ага-переживание в момент решения задачи. Как правило, доля решений с ага-переживанием в среднем составляет около 50% от общего числа правильных ответов, однако в одних задачах этот процент может быть выше, тогда как в других – ниже. От каких свойств задач это может зависеть, исследователями практически не обсуждается.

Согласно модели Оллингера-Мюллера (Öllinger & von Müller, 2017) отличительной чертой включения инсайтных механизмов в решение задачи является переход решателя на четвертую стадию переструктурирования после неудачной валидации предшествующей догадки. Если же решение удалось найти на первых трех стадиях, оно будет носить неинсайтный характер. Тем не менее, существующие данные говорят, что это не так, по крайней мере если определять инсайт через его аффективный компонент – ага-переживание. Е. А. Крэнфорд и Дж. Мосс (Cranford & Moss, 2012) использовали метод рассуждений вслух, предлагая участникам своего исследования решать задачи на поиск отдаленных ассоциаций (CRAT), озвучивая возникающие по ходу догадки, а также отчитываясь о том, испытали ли они ага-переживание при нахождении решения. Анализ данных показал, что участники сообщали о возникновении ага-переживания как в ситуации, когда первая же догадка оказывалась правильной, так и в ситуации длительного поиска решения, характеризующегося возникновением тупика и смены репрезентации, что в большей степени соответствует модели Оллингера-Мюллера.

В ряде современных исследований были высказаны предположения, что ага-переживание не обязательно связано со сменой репрезентации задачи, и может отражать позитивную ошибку метакогнитивного прогноза относительно трудности задачи, т.е. вероятности и/или времени поисков ее решения (Dubey, Ho, Mehta & Griffiths, 2021; Becker, Wang, & Cabeza, 2024; Морошкина, 2024). Следовательно, вероятность ага-переживания и его интенсивность в задачах типа RAT будет зависеть от сочетания двух групп факторов: 1) характеристики задачи, которые влияют на формирование интуитивного чувства когерентности на ранних этапах решения задачи, поскольку

именно от них во многом зависит метакогнитивный прогноз вероятности нахождения решения; 2) характеристики слова-решения, которые определяют фактическую беглость его извлечения из памяти и/или связаны с обратным распространением активации от целевого слова к словам триады, поскольку данные характеристики будут влиять на ретроспективную оценку трудности задачи.

Однако, до недавнего времени попыток связать вероятность индукции ага-переживания с лингвистическими свойствами задач RAT / CRAT не проводилось. Основываясь на разделении Боуэрсом семантически конвергентных и дивергентных триад, в своем предыдущем исследовании (Савина, Морошкина & Ошканова, 2021) мы предположили, что триады дивергентного типа должны провоцировать заниженные ожидания участника относительно потенциальной решаемости данной задачи, вследствие слабой когерентности дивергентных триад, и тогда именно в дивергентных триадах обнаружение решения будет чаще провоцировать ага-переживание. Были подобраны триады трех типов: решаемые конвергентные триады, решаемые дивергентные и нерешаемые. Участников сначала просили за несколько секунд вынести интуитивное суждение о том, имеет ли каждая предъявленная триада решение. После вынесения всех прогнозов участникам предлагалось найти решения ко всем триадам либо выбрать ответ «у триады нет решения». Анализ результатов показал, что вероятность возникновения ага-переживания при нахождении решения была выше в тех задачах, которые на этапе интуитивной оценки казались участникам нерешаемыми, т.е. некогерентными, что подтверждает гипотезу о связи Ага! с ошибкой метакогнитивного прогноза. Однако связи между типом триад по Боуэрсу (конвергентные / дивергентные) и вероятностью ага-переживания обнаружить не удалось. Возможно, на прогнозы участников о решаемости задач влиял не только тип триад, но и другие их характеристики. Так, в упомянутом ранее исследовании М. Бэкер и коллег (Becker et al., 2022) было показано, что ага-переживание может быть связано с показателями семантической связности слов внутри триады и семантической связности слова-ответа с триадой.

Таким образом, можно сказать, что задачи типа RAT позволяют глубже понять процессы ассоциативного поиска в семантической памяти человека, решающего задачу. Основываясь на разработках компьютерной лингвистики, задания, включенные в тест, могут быть описаны по их различным лингвистическим параметрам, и, в свою очередь, соотнесены с успешностью решения задачи участниками и вероятностью ага-переживания, проливая свет на природу как когнитивного, так и аффективного компонентов инсайта.

## Настоящее исследование

Основной целью настоящей работы было создание потенциально инсайтных и неинсайтных задач на поиск отдаленных ассоциаций. Развивая подход Боуэрса (Bowers

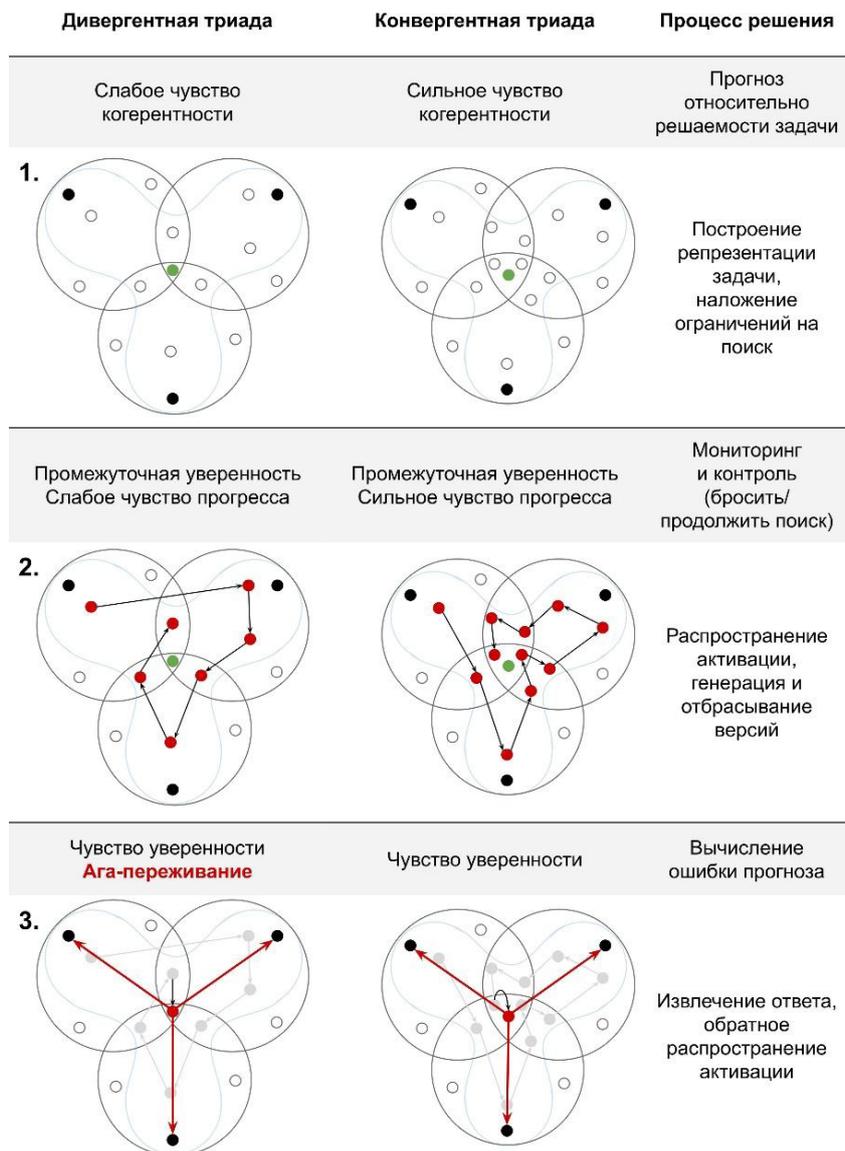
et al., 1990), реализованный нами ранее (Савина и др., 2021), но не позволивший обнаружить ожидаемые связи типа задач с Ага!, мы стремились создать новый набор триад двух типов (семантически дивергентные и конвергентные), дополнительно выделив их лингвистические характеристики, связанные с объективной трудностью задачи и вероятностью индукции ага-переживания.

Наше предположение заключается в том, что ага-переживание, являясь метакогнитивным феноменом, возникает в результате ошибки метакогнитивного прогноза относительно трудности задачи (вероятности и/или времени ее решения). При предъявлении задачи метакогнитивная система строит прогноз о том, как будет разворачиваться процесс ее решения, основываясь на чувстве когерентности, отражающем индивидуальный паттерн активации семантической сети (его структурные и динамические характеристики). Интенсивность чувства когерентности меняется в процессе решения (вместе с динамикой распространения активации по сети) и может резко возрасти при обнаружении ответа на задачу, на этапе обратного распространения активации от найденного решения к элементам задачи. Особенно сильный сдвиг может возникать в том случае, когда скорость распространения активации от элементов задачи к ответу была медленнее, чем обратная – от ответа к элементам задачи (на основе обратного распространения активации производится оценка соответствия ответа условиям задачи). В такой ситуации фиксируется позитивная ошибка метакогнитивного прогноза (т.е. ретроспективно ответ оценивается как более очевидный по сравнению с первоначальным прогнозом), и возникает ага-переживание. Процесс решения задач на поиск отдаленных ассоциаций и сопровождающие его метакогнитивные переживания, согласно нашему подходу, представлены на рис. 1.

Исходя из вышеописанного, потенциально инсайтные задачи должны провоцировать низкое чувство когерентности на ранних этапах процесса решения и более высокое при обнаружении ответа. Касательно задач на поиск отдаленных ассоциаций, это может быть достигнуто путем создания триад, семантическая связность слов внутри которых будет низкой, в частности ниже, чем сем. связность слов триады с ответом. Предложенный Боуэросом критерий дивергентности триады, подразумевающий несколько значений для слова-ответа, обеспечивает более низкую связность слов триады между собой. Однако наш прошлый опыт (Савина и др., 2021) показал, что этого может быть недостаточно, поэтому при создании банка триад двух типов мы дополнительно учитывали показатели семантической связности (на основе корпусных данных). Для дивергентных (инсайтных) триад семантическая связность слов внутри триады должна была быть ниже, чем у конвергентных. Семантическая связность слов триады с ответом должна была быть примерно равной для конвергентных и дивергентных триад.

**Рисунок 1**

*Схема процесса решения задач на поиск отдаленных ассоциаций двух типов*



**Примечание:** На рисунке отражен процесс решения задач на поиск отдаленных ассоциаций семантически дивергентного и конвергентного типов. В основу положена модель суперрадикального ассоциативного поиска Давелаара (Davelaar, 2015), в которую добавлен метакогнитивный уровень регуляции для описания инсайтного решения задачи. На белом фоне, последовательно сверху вниз, отображены процессы, происходящие на когнитивном уровне, на сером фоне — соответствующие им процессы и переживания на

*метакогнитивном уровне. Черными точками обозначены три слова триады, а большими черными кругами их ассоциативные поля, на пересечении которых находится ответ на задачу, обозначенный зеленой точкой. Белые точки представляют собой ассоциаты слов триады. Голубым контуром отмечено пространство поиска, формируемое в ответ на предъявление задачи. На центральной части рисунка черными стрелками отражена последовательность генерируемых в процессе решения версий, представленных красными точками. На нижней части рисунка красными стрелками изображен процесс обратного распространения активации от ответа (красная точка) к словам триады, который является механизмом проверки соответствия ответа условиям задачи.*

Суммируя, нашей целью было создание инсайтных и неинсайтных задач, при этом нас в большей степени интересовали лингвистические характеристики, связанные с вероятностью возникновения ага-переживания. Поэтому мы стремились к тому, чтобы наборы дивергентных и конвергентных триад были приблизительно сбалансированы по трудности (т.е. чтобы средняя вероятность правильного решения в них значимо не различалась). С этой целью мы контролировали показатели устойчивости словосочетаний слов триады с ответом, а также частотности первого слова триады и ответа так, чтобы они были сходными у конвергентных и дивергентных триад. Таким образом, наши исследовательские гипотезы были следующими:

5. Лингвистическими предикторами трудности задач на поиск отдаленных ассоциаций являются частотность первого слова в триаде и частотность слова-ответа: доля правильных ответов на триаду будет отрицательно связана с частотностью первого слова триады и положительно – с частотностью ответа. Время поиска правильного ответа будет тем больше, чем больше частотность первого слова триады и чем меньше частотность слова-ответа.

6. При решении конвергентных триад будут наблюдаться более частые ошибки замены, вследствие более высокой семантической связности слов внутри конвергентных триад по сравнению с дивергентными, соответственно при решении дивергентных триад будут чаще наблюдаться ошибки пропуска.

7. Обнаружение правильного ответа на дивергентные триады будет чаще сопровождаться ага-переживанием, по сравнению с конвергентными триадами. При этом вероятность ага-переживания будет отрицательно связана с семантической связностью слов внутри триады.

## **Методы исследования**

### ***Критерии создания банка задач***

В соответствии с целями настоящей работы было создано 60 задач на поиск отдаленных ассоциаций. Каждая из них состоит из трех существительных, для которых необходимо найти общее прилагательное таким образом, чтобы существительные и

прилагательное образовывали устойчивые словосочетания русского языка. В качестве меры устойчивости словосочетаний при создании триад нами был выбран показатель LogDice, извлекаемый из Национального корпуса русского языка (НКРЯ, Основной корпус (<https://ruscorpora.ru/>), отражающий силу синтагматической связи двух слов (см. табл. 1). Данный показатель рассчитывается на основе совместной встречаемости слов в корпусе текстов с учетом частоты их встречаемости по отдельности. Триады составлялись таким образом, чтобы у них был только один правильный ответ.

В соответствии с предложенным Боуэрсом и коллегами (Bowers et al., 1990) разделением, и на основе нашего предыдущего исследования (Савина и др., 2021) было подобрано 30 семантически конвергентных (потенциально неинсайтных) и 30 семантически дивергентных (потенциально инсайтных) триад. В конвергентных задачах прилагательное-ответ должно было выступать в одном значении. Например, для триады *приз / козырь / герой* ответ-прилагательное – «**главный**» – выступает в одном значении: «самый важный, основной, центральный». В дивергентных триадах прилагательное должно было иметь различные значения (по крайней мере два) в сочетании с существительными. Например, для триады *дата / печать / сирота*, прилагательное «**круглый**» выступает в трех значениях: «вычисляемый без мелких единиц счета (*круглая дата* – юбилей, исчисляемый десятилетиями, столетиями)», «имеющий форму круга» (*круглая печать*), «полный, совершенный» (*круглый сирота* – ребенок без отца и без матери). Количество значений прилагательного проверялось по Большому толковому словарю под общ. ред. С.А. Кузнецова (Кузнецов и др., 1998).

Дополнительно, конвергентные и дивергентные триады отбирались на основе показателя семантической связности слов внутри триады. Данный показатель извлекался из векторной дистрибутивной модели RusVectores (Kutuzov & Kuzmenko, 2017), основанной на НКРЯ (2018 года). Он отражает степень схожести контекстов, в которых используются слова в корпусе текстов, и рассчитывается как косинусная близость векторов в модели, соответствующих двум искомым словам. Триады отбирались таким образом, чтобы сем. связность слов внутри конвергентных триад была выше, ( $M = 0.196$ ,  $SD = 0.111$ ), чем в дивергентных триадах ( $M = 0.044$ ,  $SD = 0.065$ ) (для каждой задачи извлекалось по три значения сем. связности для трех возможных попарных сочетаний слов триады). При этом сила связи слова-ответа с триадой была сбалансирована между двумя типами триад, в качестве показателя данной связи мы использовали упомянутый выше LogDice (см. табл. 1).

Для удобства дальнейшего анализа, направленного на проверку выдвинутых нами гипотез, нам необходимо было создать отдельный единый показатель семантической связности слов внутри триады. Мы назвали его «семантическая удаленность слов внутри триады» (СУ слов внутри триады). Он рассчитывался как плотность кластера из трех векторов, соответствующих трем словам триады. Чем больше значение данного показателя, тем дальше друг от друга расположены вектора в пространстве модели. Сравнение конвергентных и дивергентных триад по данному показателю подтвердило, что дивергентные триады имеют большую семантическую удаленность слов внутри

триады по сравнению с конвергентными, то есть слова внутри дивергентных триад имеют более низкую семантическую связность (см. табл. 1).

Дополнительно для того, чтобы сбалансировать трудность между типами триад, мы стремились выравнять показатели частотности первого слова в триаде и частотности ответа между наборами конвергентных и дивергентных триад. Статистический анализ не обнаружил значимых различий между типами триады по данным показателям. Средние значения всех показателей, значения t-критериев Стьюдента и Уэлча для независимых выборок, а также соответствующие уровни значимости приведены в табл. 1. Полный перечень заданий и все соответствующие им лингвистические характеристики представлены в Приложении 1.

**Таблица 1**

*Лингвистические характеристики задач базы CRAT-RUS*

Тип триады	Конвергентные		Дивергентные		t-критерий, df	Размер эффекта	p-value
	Mean	SD	Mean	SD			
Частотность первого слова триады	48413	53495	37854	61872	t = 1.14, df = 58	0.294	p = 0.259
Частотность ответа	31494	33444	32957	36750	t = -0.204, df = 58	-0.0527	p = 0.839
Устойчивость целевых слово-сочетаний (по LogDice)	9.01	0.398	9.00	0.736	t = 0.0812, df = 159	0.0121	p = 0.935
СУ слов внутри триады	22.9	2.38	24.6	2.10	t = -2.92, df = 58	-0.754	p = 0.005

**Примечание:** приведены средние показатели по итоговому набору задач (30 дивергентных и 30 конвергентных).

### **Выборка**

В настоящем исследовании приняли участие 71 доброволец (35 женщин), в возрасте от 18 до 35 лет (M = 23.1; SD = 4.2). Все участники были носителями русского языка. Участники набирались через объявления в сети Интернет. Настоящее исследование было одобрено локальным этическим комитетом Института мозга человека им. Н.П. Бехтерева РАН.

Выборка собиралась в два этапа. Сначала было проведено пилотное исследование, в котором приняли участие 18 человек (11 женщин), средний возраст 26.9 лет. Позже проводился основной этап сбора данных. Процедура исследования на пилотном и основном этапах не различалась, однако в пилоте участникам было предложено для решения 70 задач (35 конвергентных, 35 дивергентных), остальные решали 59 задач из первого набора плюс одну новую (60 задач (30 конвергентных, 30 дивергентных)). Из изначального набора в 70 задач было исключено 11 слишком простых и слишком сложных по итогу пилотного исследования и была создана одна новая задача. По техническим причинам данные двух участников сохранились только для 45 и 43 задач соответственно.

### **Процедура**

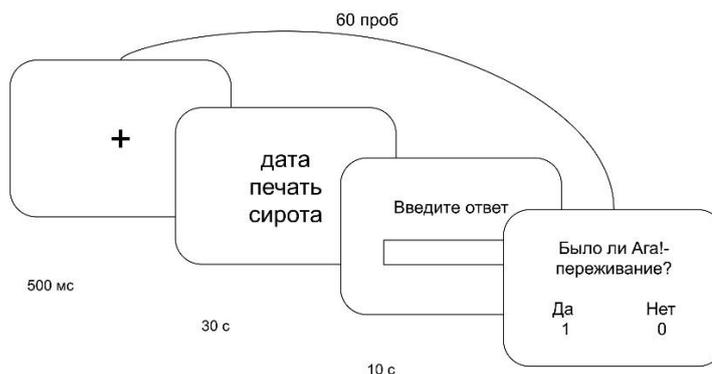
Процедура исследования была создана в онлайн конструкторе «lab.js» (Henninger, Shevchenko, Mertens, Kieslich & Hilbig, 2021). Для реализации процедуры в онлайн формате использовалась платформа «OpenLab» (<https://open-lab.online/>). Участники использовали свои персональные компьютеры для прохождения исследования. В процессе поддерживалась аудиосвязь участника с исследователем.

Сначала участники знакомились с инструкциями по выполнению задач на поиск отдаленных ассоциаций и описанием того, что исследователи понимают под ага-переживанием. Затем участникам предлагалось пройти тренировку, состоящую из трех задач, чтобы привыкнуть к интерфейсу программы эксперимента. После этого участники могли задать исследователю вопросы по процедуре исследования. Затем начиналась основная серия, включающая 60 задач. Каждая новая проба начиналась с предъявления фиксационного креста на 500 мс. После появлялась триада: три существительных были расположены по центру экрана друг под другом. На решение одной задачи давалось 30 секунд максимум. Участник мог в любой момент, когда обнаружил общее прилагательное, перейти к вводу ответа, нажав клавишу «пробел».

Также по истечении 30 секунд автоматически появлялось поле ввода ответа. Участнику было необходимо ввести прилагательное в поле ответа, используя клавиатуру. Если участник не нашел общее слово, необходимо было ввести слово «нет» в поле ответа. После ввода ответа необходимо было нажать клавишу «Enter». Время на ввод ответа было ограничено 10 секундами. После ввода ответа участникам было предложено ответить на вопрос о наличии ага-переживания («Да» – клавиша «1», «Нет» – клавиша «0»).

## Рисунок 2

### Процедура исследования



## Обработка результатов

Полученные данные обрабатывались на языке программирования Python (версия 3.9). На первом этапе были подсчитаны описательные статистики и проведена проверка сбалансированности конвергентных и дивергентных триад по показателям объективной трудности (доле правильных решений и среднему времени правильных ответов), а также сопоставление триад разного типа по вероятности индукции ага-переживания и распределению типов ошибок (по доле ошибок замены относительно общего числа ошибок). Для оценки различий был использован t-критерий Стьюдента для независимых выборок.

На втором этапе был проведен анализ вклада лингвистических предикторов в вероятность правильного решения, время обнаружения правильного ответа и вероятность возникновения ага-переживания. Для этого были построены байесовские иерархические модели. Преимущество байесовских методов заключается в более широких возможностях для моделирования целевой переменной (например, использование цензурированных распределений и экспоненциально гауссовской модели для времени), а также в возможности количественной оценки доказательств в пользу выдвигаемых гипотез и возможности использования полученных апостериорных распределений в качестве априорных знаний в последующих исследованиях на разработанном стимульном материале (Whelan, 2008; Wagenmakers et al., 2018). Иерархический подход позволяет выявлять общие закономерности в данных с учетом индивидуальных различий (в настоящем исследовании использовалась иерархическая структура на уровне участника, а именно, модель с индивидуальными

сдвигами, отражающими вариативность между участниками) (Casella, Fienberg & Olkin, 2006). Далее кратко будет описана структура построенных моделей.

Перед построением моделей из общего набора были исключены данные трех участников, ни разу не отчитавшихся об ага-переживании в процессе исследования. В качестве предикторов во все три модели были включены: тип триады (конвергентная/дивергентная) частотность первого слова триады, частотность слова-ответа, семантическая удаленность слов внутри триады и наибольший в триаде показатель устойчивости словосочетаний, образуемых словами триады и ответом ( $\text{LogDice}_{\max}$ ). Изначально триады были подобраны так, что  $\text{LogDice}$  в среднем был высоким (около 9 для обоих типов триад), однако в отдельных случаях он варьировал в достаточно широком диапазоне, поэтому было решено включить его в модель. При этом было решено использовать наибольший для триады показатель устойчивости связи слова-ответа со словом триады, так как мы предположили, что именно он в большей степени будет влиять на скорость возникновения верной догадки. Визуальный анализ распределений лингвистических предикторов показал крайне высокую вариативность показателей частотности, разброс значений достигал нескольких порядков величины. В связи с этим переменные «частотность первого слова» и «частотность ответа» были подвержены логарифмированию, и все лингвистические предикторы были приведены к единому масштабу посредством стандартизации.

Для оценки связи лингвистических характеристик задач с вероятностью обнаружения правильного ответа и вероятностью возникновения ага-переживания были построены байесовские регрессионные модели с биномиальной функцией правдоподобия и иерархией по участнику. Для оценки связи лингвистических предикторов со временем обнаружения правильного ответа была построена байесовская иерархическая регрессия с экспоненциально-гауссовской функцией правдоподобия. Экспоненциально-гауссовское (ExGaussian) распределение задается тремя параметрами:  $\mu$  – среднее значение гауссовской компоненты,  $\sigma$  – ее стандартное отклонение, а также  $\nu$  – скорость экспоненциальной компоненты. Первые два отражают основную быструю и относительно симметричную часть распределения времени, последний отражает более длительные реакции, т.е. формирует «хвост» распределения. Распределение времени было ограничено дизайном исследования справа (не более 30 секунд), что также было учтено в модели с помощью процедуры цензурирования распределений. Модели для времени решения и вероятности Ага! были построены только для проб, где был обнаружен правильный ответ.

Поскольку в байесовском подходе не применяются классические критерии значимости, выводы о параметрах моделей делались на основе байесовских доверительных интервалов (HDI – high density intervals). Параметр считался значимым, если его 94% доверительный интервал (3%–97% HDI) находился по одну сторону от нуля, то есть не содержал ноль.

Для того, чтобы оценки всех моделей в основном определялись данными, использовались слабоинформативные априорные распределения. Моделирование

проводилось с использованием библиотеки PyMC (версия 5.3.) в Python. Сходимость моделей проверялась с помощью статистики R-hat и оценки эффективного числа выборок (ESS). Все модели продемонстрировали хорошую сходимость (см. показатели в онлайн репозитории, <https://osf.io/6afmw>)

## Результаты

### ***Сравнение конвергентных и дивергентных триад по объективной трудности, вероятности ага-переживания и распределению типов ошибок***

Для проверки сбалансированности конвергентных и дивергентных триад по показателям объективной трудности (доле правильных ответов и среднему времени правильных ответов), а также сопоставления триад разного типа по вероятности индукции ага-переживания и распределению типов ошибок, было проведено усреднение данных по каждой триаде. Вероятность ага-переживания рассчитывалась как доля отчетов об Ага! от общего числа проб, в которых был дан правильный ответ на данную триаду. Доля ошибок замены рассчитывалась как число ошибок замены от общего числа ошибок аналогично для каждой триады. Результаты анализа различий средних с помощью t-критерия Стьюдента представлены в табл. 2, полная таблица с данными по каждой триаде в Приложении 2.

Согласно проведенному анализу, полученные наборы конвергентных и дивергентных триад не обнаружили значимых различий ни по вероятности, ни по среднему времени правильных решений, т.е. примерно сбалансированы по трудности. При этом вероятность верного решения, сопровождающегося ага-переживанием, значимо выше в дивергентных триадах по сравнению с конвергентными, что соответствует нашим ожиданиям. Еще одно значимое различие обнаружено при анализе характера ошибок. Если в конвергентных триадах преобладают ошибки замены, т.е. участники предлагают неверные альтернативные варианты ответа, то в дивергентных триадах преобладают ошибки пропуска, т.е. участники, не найдя правильного ответа, чаще оставляют поле ввода пустым, без каких-либо версий.

**Таблица 2**

*Сравнение дивергентных и конвергентных триад по показателям трудности и вероятности индукции ага-переживания*

Тип триады	Конвергентные		Дивергентные		Размер эффекта	t-критерий, df	p-value
	Mean	SD	Mean	SD			
Доля правильных ответов (решаемость)	0.46	0.25	0.50	0.20	-0.192	t = -0.745, df = 58	p = 0.459
Время обнаружения правильного ответа (в сек)	10,75	2,68	11,09	2,75	-0.124	t = -0.480, df = 58	p = 0.633
Доля отчетов об Ага! по пробам с правильным ответом	0.42	0.11	0.57	0.12	-1.321	t = -5.115, df = 58	p < 0.001
Доля ошибок замены от общего числа ошибок	0.67	0.13	0.42	0.15	1.734	t = 6.717, df = 58	p < 0.001

***Анализ связи вероятности обнаружения правильного ответа с лингвистическими характеристиками триад***

В модели, построенной для анализа связи вероятности правильного ответа с характеристиками триады, в качестве бинарной зависимой переменной выступила правильность ответа на триаду (правильно/неправильно), в качестве фиксированных факторов: тип триады (конвергентный/дивергентный), СУ слов внутри триады, максимальная устойчивость целевых словосочетаний, частотность первого слова и частотность ответа, случайный фактор: участник исследования.

Было обнаружено, что частотность ответа и  $\text{LogDice}_{\max}$  являются значимыми положительными предикторами вероятности обнаружить правильный ответ. Так, чем

частотнее ответ и устойчивее образуемые словами триады и ответом словосочетания, тем выше вероятность обнаружения правильного ответа на триаду. Частотность первого слова, напротив, оказалась отрицательным предиктором вероятности правильного ответа; чем частотнее первое слово триады, тем ниже вероятность обнаружить правильный ответ. Доказательств в пользу влияния типа триады и семантической удаленности слов внутри триады на вероятность правильного ответа не было обнаружено.

В табл. 3 представлены средние апостериорные оценки (mean), стандартные отклонения (sd) и 94% байесовские доверительные интервалы (HDI 3%–97%) для ключевых параметров модели. Для наглядного изображения результатов были построены графики частичной зависимости, отражающие среднюю предсказанную вероятность обнаружения правильного ответа при различных значениях каждого из лингвистических предикторов (все кроме целевого удерживаются на своих средних значениях), отдельно для конвергентных и дивергентных триад. Они представлены на рис. 3.

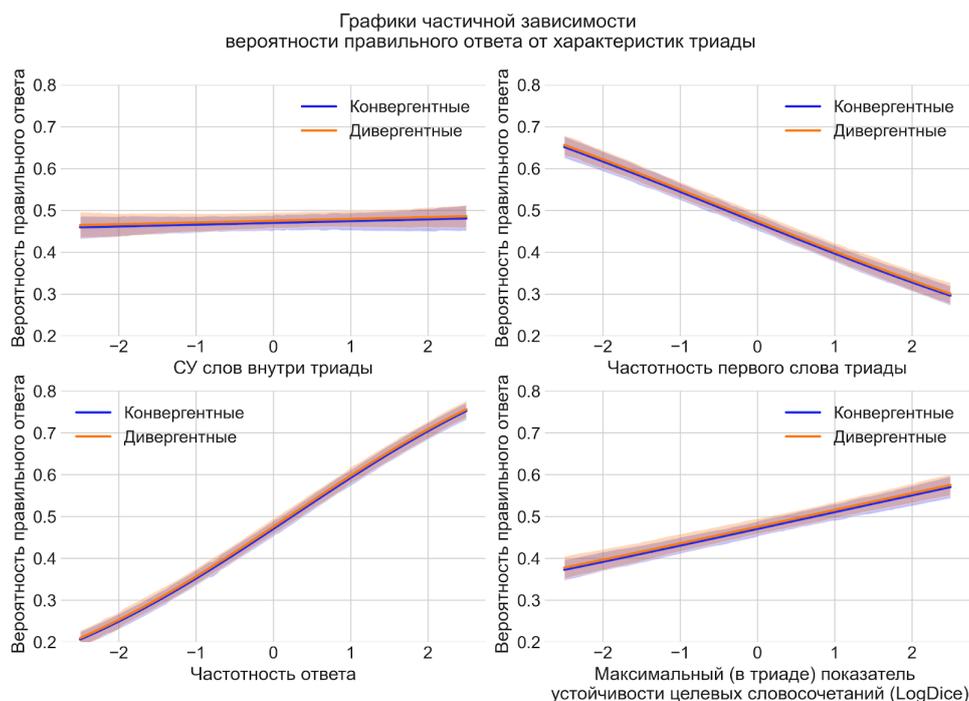
**Таблица 3**

*Параметры модели и показатели их апостериорных распределений для вероятности правильного ответа*

	mean	sd	hdi 3%	hdi 97%
Общегрупповой интерсепт	-0.120	0.079	-0.266	0.032
Тип триады	0.020	0.073	-0.113	0.156
СУ слов внутри триады	0.017	0.037	-0.049	0.092
Макс. устойчивость целевых словосочетаний (LogDice <sub>max</sub> )	0.161	0.034	0.097	0.224
Частотность первого слова	-0.298	0.036	-0.364	-0.228
Частотность ответа	0.492	0.036	0.426	0.562
Стандартное отклонение вносимое участником	0.517	0.061	0.406	0.633

### Рисунок 3

Графики частичной зависимости вероятности правильного ответа от лингвистических характеристик триады



### Анализ связи времени обнаружения правильного ответа с лингвистическими характеристиками триад

В рамках анализа связи времени обнаружения правильного ответа с лингвистическими характеристиками триад была построена серия моделей с включением индивидуальных и лингвистических предикторов в гауссову, в экспоненциальную и обе части распределения времени обнаружения правильного ответа. По результатам оценки и сравнения моделей (см. онлайн репозиторий, <https://osf.io/6afmw>) оказалось, что эффект участника и эффекты лингвистических предикторов вкладываются в экспоненциальную часть распределения (были связаны с величиной параметра  $\nu$ ). В итоговой модели зависимой переменной являлось время обнаружения правильного ответа, фиксированные факторы: тип триады (конвергентный/дивергентный), СУ слов внутри триады, максимальная устойчивость целевых словосочетаний, частотность первого слова и частотность ответа; случайный фактор: участник исследования.

Лингвистическим предиктором, продемонстрировавшим статистически значимое влияние на время обнаружения правильного ответа, оказалась частотность ответа: его апостериорное распределение полностью смещено в отрицательную область (3%-97% HDI < 0), что свидетельствует о том, что более частотные слова обнаруживаются

быстрее. Кроме того, было выявлено достоверное различие во времени обнаружения правильного ответа между дивергентными и конвергентными триадами: первые в среднем требуют больше времени на решение (96.8% значений апостериорного распределения коэффициента находится справа от нуля). Эти закономерности отражены на графиках частичной зависимости времени поиска ответа от характеристик триады на рис. 4. Для остальных лингвистических предикторов (частотность первого слова и  $\text{LogDice}_{\max}$ ) апостериорные распределения включают нулевое значение, что не позволяет с достаточной уверенностью судить об их вкладе в модель. Средние апостериорные оценки, стандартные отклонения и доверительные интервалы для параметров модели представлены в табл. 4.

**Таблица 4**

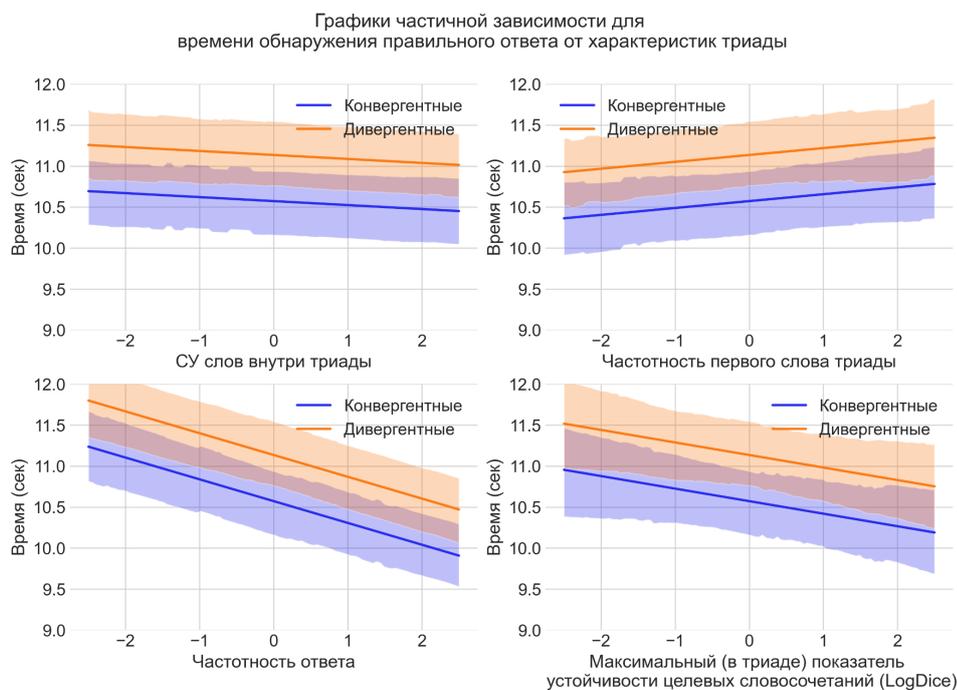
*Параметры модели и показатели их апостериорных распределений для времени обнаружения правильного ответа*

	mean (сек)	sd	hdi 3%	hdi 97%
Общегрупповой интерсепт параметра $\mu$ гауссовской компоненты	2.423	0.068	2.293	2.550
Общегрупповой интерсепт параметра $\sigma$ гауссовской компоненты	0.630	0.059	0.519	0.739
Общегрупповой интерсепт параметра $\nu$ экспоненциальной компоненты	8.161	0.427	7.405	9.016
Тип триады	0.560	0.307	-0.015	1.124
СУ слов внутри триады	-0.048	0.039	-0.117	0.029
Макс. устойчивость целевых словосочетаний ( $\text{LogDice}_{\max}$ )	-0.152	0.156	-0.432	0.148
Частность первого слова	0.082	0.084	-0.078	0.239
Частотность ответа	-0.264	0.056	-0.371	-0.161
Стандартное отклонение вносимое участником	2.692	0.300	2.137	3.256

**Примечание:** все лингвистические предикторы, а также эффект участника вкладываются в параметр  $\nu$ , т.е. в экспоненциальную часть распределения времени.

#### Рисунок 4

Графики частичной зависимости времени обнаружения правильного ответа от характеристик триады



#### Анализ связи вероятности ага-переживания при обнаружении правильного ответа с лингвистическими характеристиками триад

Для анализа связи вероятности ага-переживания с лингвистическими характеристиками триады была построена модель, в которой зависимой бинарной переменной было наличие ага-переживания при обнаружении правильного ответа, фиксированными факторами: тип триады (конвергентный/дивергентный), СУ слов внутри триады, максимальная устойчивость целевых словосочетаний, частотность первого слова и частотность ответа, случайным фактором: участник исследования.

Тип триады оказался значимым предиктором для вероятности возникновения ага-переживания: в дивергентных триадах Ага! возникало чаще, по сравнению с конвергентными. СУ слов внутри триады также была положительно связана с вероятностью Ага!, т.е. чем удаленнее в семантическом пространстве расположены слова триады, тем вероятнее возникновение ага-переживания при обнаружении на нее ответа. Убедительных доказательств связи частотности первого слова и  $\text{LogDice}_{\max}$  с вероятностью Ага! не было обнаружено. Частотность ответа была отрицательным предиктором вероятности возникновения ага-переживания: чем частотнее слово-ответ,

тем ниже вероятность ага-переживания при его обнаружении. В табл. 5 содержатся средние апостериорные оценки, стандартные отклонения и доверительные интервалы для параметров вышеописанной модели. На рис. 5 представлены графики частичной зависимости вероятности Ага! от лингвистических характеристик триад, различным цветом обозначены конвергентные и дивергентные триады.

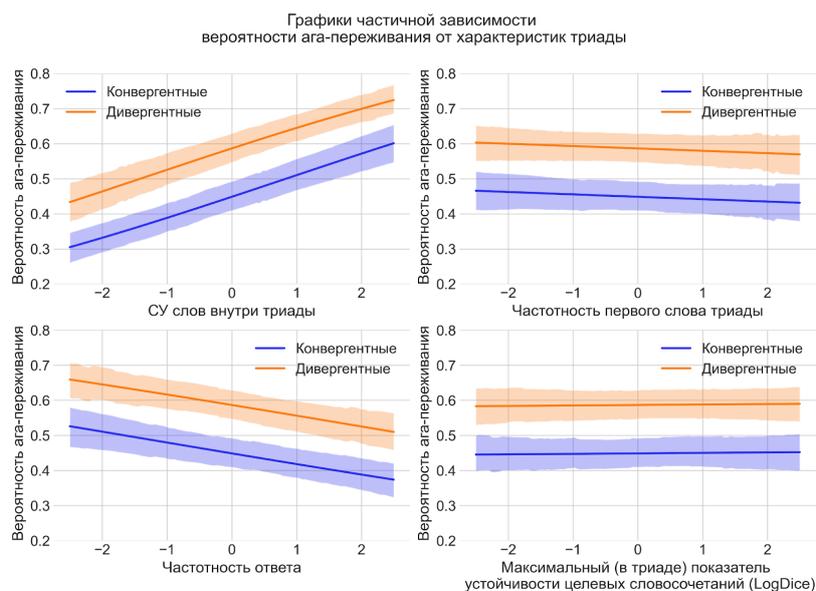
**Таблица 5**

*Параметры модели и показатели их апостериорных распределений для вероятности ага-переживания при обнаружении правильного ответа*

	mean	sd	hdi 3%	hdi 97%
Общегрупповой интерсепт	-0.207	0.180	-0.555	0.125
Тип триады	0.557	0.117	0.341	0.777
СУ слов внутри триады	0.248	0.058	0.138	0.354
Макс. устойчивость целевых словосочетаний (LogDice <sub>max</sub> )	0.006	0.055	-0.098	0.110
Частность первого слова	-0.028	0.061	-0.144	0.086
Частотность ответа	-0.125	0.060	-0.233	-0.009
Стандартное отклонение вносимое участником	1.329	0.143	1.058	1.585

**Рисунок 5**

*Графики частичной зависимости вероятности ага-переживания при обнаружении правильного ответа от характеристик триады*



## Обсуждение результатов

Целью настоящей работы была разработка и апробация нового банка заданий на поиск отдаленных ассоциаций на русском языке для исследований инсайта, а также выявление и описание лингвистических свойств заданий, выступающих предикторами объективной трудности заданий (вероятности и времени их решения), а также вероятности возникновения ага-переживания при самостоятельном решении задач. При создании банка заданий мы стремились подобрать триады семантически дивергентного и конвергентного типов (потенциально инсайтные и неинсайтные, соответственно), по возможности сбалансировав оба набора заданий по их трудности.

Мы предположили, что источниками трудности заданий на поиск отдаленных ассоциаций могут выступать показатели частотности первого слова в триаде и слова-ответа. Первое слово играет большую роль, поскольку спонтанная стратегия участников, как правило, заключается в том, что они начинают подбирать ассоциации именно к первому слову, затем проверяя возникающие догадки на предмет соответствия остальным членам триады. Наша гипотеза подтвердилась, частотность первого слова оказалась отрицательно связана с вероятностью правильного решения. Это согласуется с результатами нашего предыдущего исследования (Морошкина и др., 2020), а также исследования Сιο и коллег (Sio et al., 2021), показавших, что с увеличением числа сильных иррелевантных слов-ассоциаций к словам триады время поиска решения замедляется. Согласно корпусным данным, частотность слова довольно сильно положительно коррелирует с тем, сколько данное слово имеет коллокатов, совместная частотность с которыми также высока. При этом, так же как в предыдущих исследованиях (Vlasov, 2021), частотность слова-ответа оказалась положительно связана с вероятностью его обнаружения.

Несмотря на то, что мы выравнивали триады по показателю устойчивости словосочетаний, образуемых словами триады и ответом (LogDice), тем самым сократив дисперсию данного параметра, мы обнаружили, что максимальный для триады показатель устойчивости целевых словосочетаний положительно связан с вероятностью обнаружения правильного ответа. Это согласуется с предшествующими находками М. Марко и коллег, которые показали, что синтагматическая удаленность слов триады от ответа (также рассчитанная на основе LogDice) положительно связана с трудностью задач (Marko, Michalko & Riečansky, 2019). Авторы этого исследования также сообщили о том, что синтагматическая удаленность, рассчитанная на основе языкового корпуса текстов, и ассоциативная удаленность, полученная в ходе ассоциативного эксперимента, достаточно сильно положительно коррелируют ( $r = 0.64$ ). Это может свидетельствовать о том, что корпусные лингвистические метрики и дистрибутивные модели, основанные на текстах, могут быть адекватным отражением ментального лексикона решателя.

Анализ результатов также показал, что нам удалось сбалансировать конвергентные и дивергентные триады по трудности. Доля правильных ответов в среднем оказалась

равна 0.46 для конвергентных триад и 0.50 для дивергентных (различия не значимы). При этом, как мы и ожидали, тип триад оказался сильно связан с преобладающим типом ошибок. Мы предполагали, что в конвергентных триадах, поскольку все три слова триады образуют связь с целевым в его одном общем значении, у этих слов также может оказаться много общих ассоциаций, из-за чего будет возникать большая конкуренция между словом-ответом и другими ассоциациями. Например: для триады *зубы / парус / знамя*, правильный ответ – «*алый*», а частотная ошибка замены – «*красный*», при этом слово «красный» не может быть признано правильным ответом, т.к. согласно инструкции оно должно образовывать устойчивое выражение, а «красные паруса» таковым не является, в то время как «алые паруса» – да. В отличие от конвергентных триад, в дивергентных мы ожидали, что преобладающим типом ошибок будут ошибки пропуска, поскольку у слов триады практически нет общих контекстов употребления, и с целевым словом они сочетаются в его разных значениях. Эта гипотеза подтвердилась, если в конвергентных триадах доля ошибок замены от общего числа ошибок составила 0.67, то в дивергентных – 0.42.

Наша основная гипотеза состояла в том, что подобранные нами семантически дивергентные триады будут чаще провоцировать ага-переживание при обнаружении правильного решения по сравнению с конвергентными триадами. Данная гипотеза подтвердилась, хотя различие нельзя назвать большим (средняя доля ага-решений в дивергентных триадах – 0.57; в конвергентных – 0.42), тем не менее оно значимо, и размер эффекта по меркам статистики довольно высокий ( $d$  Коэна = 1.321). В отличие от объективной трудности задач, вероятность отчета об ага-переживании в значительно большей степени определяется субъективными факторами. Важно отметить, что в исследовании были отдельные участники, которые практически всегда сообщали о возникновении ага-переживания, когда находили ответ, как и те, кто практически никогда не отчитывался об Ага!. Это зависит не только от свойств самих задач, но и от того, насколько развита рефлексия у участников, и как они соотносят свой субъективный опыт в исследовании с собственными представлениями об инсайте на основе житейских теорий.

Тем не менее, несмотря на всю субъективность изучаемого феномена ага-переживания, нам также удалось подтвердить гипотезу о значимом вкладе лингвистических свойств задач в вероятность его возникновения. Как мы и ожидали, семантическая удаленность слов внутри триады оказалась положительно связана с отчетами об ага-переживании. Согласно нашей гипотезе, чем больше сем. удаленность слов внутри триады, тем слабее на начальных этапах интуитивное чувство когерентности и основанные на нем ожидания участника относительно легкости (скорости) извлечения решения задачи. Данный прогноз оказывается ошибочным, если участник, обнаруживая решение, довольно быстро извлекает из памяти все заложенные в триаду устойчивые выражения. В итоге фактическая беглость обработки слова-решения и его связей с триадой значимо превышает ожидаемую беглость (задним числом решение кажется очевидным), и возникает ага-переживание.

Полученные нами результаты частично согласуются с данными из работы Бэkker и коллег (Becker et al., 2022), где было показано, что такой компонент ага-переживания, как субъективная внезапность решения, тем выше, чем ниже семантическая связность слов внутри триады. При этом авторы обнаружили также положительную связь субъективной внезапности решения с семантической связностью слова-ответа и триады. В нашей работе связь слова-ответа с триадой контролировалась с помощью показателя синтагматической удаленности (LogDice), и нам не удалось обнаружить связи данного показателя с ага-переживанием, что может быть связано с тем, что у всех триад данный показатель был высоким (т.е. его дисперсия была изначально сильно ограничена).

Кроме того, мы обнаружили, что вероятность ага-переживания отрицательно связана с частотностью слова-ответа. Частотность ответа также была отрицательно связана со временем обнаружения правильного ответа. Вместе это может говорить о том, что для возникновения ага-переживания необходимо, чтобы задача не была слишком легкой, и решатель успел испытать непонимание перед тем, как возникнет ответ. Данный результат согласуется с данными предшествующих исследований (Ishikawa et al., 2019; Moroshkina et al., 2022).

В целом, по результатам проведенного анализа можно сделать вывод, что основная цель работы достигнута. Нам разработаны задачи на поиск отдаленных ассоциаций двух типов (потенциально инсайтные и потенциально неинсайтные). Это не отменяет необходимости использования субъективных отчетов об ага-переживании, но позволяет лучше контролировать варьирование факторов, связанных с потенциальной инсайтностью решения. Кроме этого, разработанный нами банк заданий содержит четкую спецификацию задач и описание их лингвистических свойств, связанных с объективной трудностью заданий; при этом задачи выровнены по целому ряду дополнительных параметров (таких как тип связи слов в образуемых словосочетаниях, устойчивость их связи, грамматическая однородность). Предложенный подход может быть масштабирован для создания новых банков заданий под конкретные исследовательские цели.

## Литература

- Афанасьева, В. М., & Спиридонов, В. Ф. (2024). Источники сложности в задаче на отдаленные ассоциации. *Психологические исследования*, 17(93), 5. <https://doi.org/10.54359/ps.v17i93.1518>
- Валуева, Е. А., & Белова, С. С. (2011). Диагностика творческих способностей: методы, проблемы, перспективы. В Д. В. Ушаков (ред.), *Творчество: от биологических оснований к социальным и культурным феноменам* (с. 625–648). Москва: Институт психологии РАН.
- Воронин, А. Н., & Галкина, Т. В. (1994). Диагностика вербальной креативности (адаптация теста Медника). В А. Н. Воронин (ред.), *Методы психологической диагностики* (с. 40–81).
- Гершкович, В. А., Морошкина, Н. В., & Федосова, В. И. (2021). Припоминание источника решения в задачах поиска отдаленных ассоциаций: роль эффекта генерации и ага!-переживаний. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 11(1), 72–88. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2021.105>

- Кузнецов, С. А. (ред.). (1998). *Большой толковый словарь русского языка*. Санкт-Петербург: Норинт.
- Лукьянова, В. К. (2024). Структура ассоциаций в задаче Медника: измерение беглости и гибкости мышления. *Экспериментальная психология*, 17(4), 90–102. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2024170406>
- Морошкина, Н. В. (2024). Инсайт в контексте метакогнитивной регуляции: источники и функции ага-переживания. *Вопросы психологии*, 70(4), 28–34.
- Морошкина, Н. В., Гершкович, В. А., Аммалайнен, А. В., Львова, О. В., Савина, А. И., & Зверев, И. В. (2020, сентябрь). Предикторы «Ага!» и «Ох, да!» переживаний при решении задач на поиск отдаленных ассоциаций. В Д. В. Ушаков, И. Ю. Владимирова, & А. А. Медынцева (ред.), *Творчество в современном мире: человек, общество, технологии: Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 100-летию со дня рождения Я. А. Пономарева* (с. 183–184). Москва: Институт психологии РАН. Получено из [https://lib.ipran.ru/public/upload/papers/paper\\_44312497.pdf#page=183](https://lib.ipran.ru/public/upload/papers/paper_44312497.pdf#page=183)
- Савина, А. И., Морошкина, Н. В., & Ошканова, А. П. (2021). Интуиция и инсайт: связь интуитивного чувства когерентности и Ага!-переживания при решении задач на поиск отдаленных ассоциаций. В Е. В. Печенкова, М. В. Фаликман, & А. Я. Койфман (ред.), *Когнитивная наука в Москве: новые исследования* (с. 375–380). Москва: БукиВеди; Институт практической психологии и психоанализа.
- Becker, M., Davis, S., & Cabeza, R. (2022). Between automatic and control processes: How relationships between problem elements interact to facilitate or impede insight. *Memory & Cognition*, 50(8), 1719–1734. <https://doi.org/10.3758/s13421-022-01277-3>
- Becker, M., Wang, X., & Cabeza, R. (2024). Surprise!—Clarifying the link between insight and prediction error. *Psychonomic Bulletin & Review*. Advance online publication. <https://doi.org/10.3758/s13423-024-02517-0>
- Behrens, J. P., & Oltețeanu, A. M. (2020). Are all remote associates tests equal? An overview of the remote associates test in different languages. *Frontiers in Psychology*, 11, 1125. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01125>
- Bolte, A., & Goschke, T. (2005). On the speed of intuition: Intuitive judgments of semantic coherence under different response deadlines. *Memory & Cognition*, 33, 1248–1255. <https://doi.org/10.3758/BF03193226>
- Bowden, E. M., & Jung-Beeman, M. (2003). Normative data for 144 compound remote associate problems. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 35, 634–639. <https://doi.org/10.3758/BF03195543>
- Bowden, E. M., Jung-Beeman, M., Fleck, J., & Kounios, J. (2005). New approaches to demystifying insight. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(7), 322–328. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2005.05.012>
- Bowers, K. S., Regehr, G., Balthazard, C., & Parker, K. (1990). Intuition in the context of discovery. *Cognitive Psychology*, 22(1), 72–110. [https://doi.org/10.1016/0010-0285\(90\)90004-N](https://doi.org/10.1016/0010-0285(90)90004-N)
- Casella, G., Fienberg, S., & Olkin, I. (2006). *Time series analysis and its applications: With R examples*. New York: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9634-3>
- Collins, A. M., & Loftus, E. F. (1975). A spreading-activation theory of semantic processing. *Psychological Review*, 82(6), 407–428. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.82.6.407>
- Cranford, E. A., & Moss, J. (2012). Is insight always the same? A protocol analysis of insight in compound remote associate problems. *The Journal of Problem Solving*, 4(2), Article 8. <https://doi.org/10.7771/1932-6246.1129>
- Danek, A. H., Fraps, T., von Müller, A., Grothe, B., & Öllinger, M. (2014). It's a kind of magic—What self-reports can reveal about the phenomenology of insight problem solving. *Frontiers in Psychology*, 5, 1408. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01408>
- Davelaar, E. J. (2015). Semantic search in the remote associates test. *Topics in Cognitive Science*, 7(3), 494–512. <https://doi.org/10.1111/tops.12146>

- Dubey, R., Ho, M. K., Mehta, H., & Griffiths, T. (2021). Aha! moments correspond to metacognitive prediction errors. *PsyArXiv*. [Preprint]. <https://doi.org/10.31234/osf.io/c5v42>
- Henninger, F., Shevchenko, Y., Mertens, U. K., Kieslich, P. J., & Hilbig, B. E. (2021). lab.js: A free, open, online study builder. *Behavior Research Methods*, 1–18. <https://doi.org/10.3758/s13428-019-01283-5>
- Ishikawa, T., Toshima, M., & Mogi, K. (2019). How and when? Metacognition and solution timing characterize an “aha” experience of object recognition in hidden figures. *Frontiers in Psychology*, 10, 1023. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01023>
- Kizilirmak, J. M., Wiegmann, B., & Richardson-Klavehn, A. (2016). Problem solving as an encoding task: A special case of the generation effect. *The Journal of Problem Solving*, 9(1), Article 5. <https://doi.org/10.7771/1932-6246.1182>
- Kutuzov, A., & Kuzmenko, E. (2017, April). Building web-interfaces for vector semantic models with the WebVectors toolkit. In T. Erjavec, J. Piskorski, L. Pivovarova, J. Šnajder, J. Steinberger, & R. Yangarber (Eds.), *Proceedings of the Software Demonstrations of the 15th Conference of the European Chapter of the Association for Computational Linguistics* (pp. 99–103). <https://doi.org/10.18653/v1/W17-1402>
- Marko, M., Michalko, D., & Riečanský, I. (2019). Remote Associates Test—Slovak version. *Behavior Research Methods*. [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t74591-000>
- Mednick, S. A. (1962). The associative basis of the creative process. *Psychological Review*, 69(3), 220–232. <https://doi.org/10.1037/h004885>
- Moroshkina, N. V., Savina, A. I., Ammalainen, A. V., Gershkovich, V. A., Zverev, I. V., & Lvova, O. V. (2022). How difficult was it? Metacognitive judgments about problems and their solutions after the Aha moment. *Frontiers in Psychology*, 13, 911904. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.911904>
- Öllinger, M., & von Müller, A. (2017). Search and coherence-building in intuition and insight problem solving. *Frontiers in Psychology*, 8, 827. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00827>
- Sio, U. N., Kotovsky, K., & Cagan, J. (2022). Determinants of creative thinking: The effect of task characteristics in solving remote associate test problems. *Thinking & Reasoning*, 28(2), 163–192. <https://doi.org/10.1080/13546783.2021.1959400>
- Smith, K. A., Huber, D. E., & Vul, E. (2013). Multiply-constrained semantic search in the Remote Associates Test. *Cognition*, 128(1), 64–75. <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2013.03.001>
- Spiridonov, V., Loginov, N., & Ardislamov, V. (2021). Dissociation between the subjective experience of insight and performance in the CRA paradigm. *Journal of Cognitive Psychology*, 33(6–7), 685–699. <https://doi.org/10.1080/20445911.2021.1900198>
- Stuyck, H., Aben, B., Cleeremans, A., & Van den Bussche, E. (2021). The Aha! moment: Is insight a different form of problem solving? *Consciousness and Cognition*, 90, 103055. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2020.103055>
- Toivainen, T., Olteteanu, A. M., Repeykova, V., Likhanov, M., & Kovas, Y. (2019). Visual and linguistic stimuli in the remote associates test: A cross-cultural investigation. *Frontiers in Psychology*, 10, 926. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00926>
- Topolinski, S., & Strack, F. (2008). Where there’s a will—There’s no intuition: The unintentional basis of semantic coherence judgments. *Journal of Memory and Language*, 58(4), 1032–1048. <https://doi.org/10.1016/j.jml.2008.01.002>
- Topolinski, S., & Strack, F. (2010). False fame prevented: Avoiding fluency effects without judgmental correction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(5), 721–733. <https://doi.org/10.1037/a0019260>
- Vlasov, M. S. (2021). *The development and validation of the Russian language compound Remote Associates Test* (Master’s thesis). National Research Tomsk State University, Tomsk.
- Wagenmakers, E. J., Marsman, M., Jamil, T., Ly, A., Verhagen, J., Love, J., ... Morey, R. D. (2018). Bayesian inference for psychology. Part I: Theoretical advantages and practical ramifications. *Psychonomic Bulletin & Review*, 25, 35–57. <https://doi.org/10.3758/s13423-017-1343-3>

- Whelan, R. (2008). Effective analysis of reaction time data. *The Psychological Record*, 58, 475–482. <https://doi.org/10.1007/BF03395630>
- Wu, C.-L., Huang, S.-Y., Chen, P.-Z., & Chen, H.-C. (2020). A systematic review of creativity-related studies applying the remote associates test from 2000 to 2019. *Frontiers in Psychology*, 11, 573432. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.573432>

Надежда В. Морошкина, Анна В. Косякова, Алена П. Ошканова, Ирина С. Князева  
Банк заданий на поиск отдаленных ассоциаций для исследования инсайта CRAT-RUS:  
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ АПРОБАЦИИ  
Российский психологический журнал, 23(1), 2026

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

---

## **Дополнительные материалы:**

### ***Онлайн репозиторий:***

<https://osf.io/6afmw>

## Приложение 1

### *Полный перечень задач CRAT-RUS и их лингвистические характеристики*

№	Ответ	Слово 1	Слово 2	Слово 3	Тип	СУ	Част. 1	Част. отв	LogDice <sub>max</sub>
1	алый	парус	губы	знамя	конв	27,02	8618	5467	10,82
2	божий	дар	суд	промысел	конв	24,05	20182	53122	10,13
3	взаимный	помощь	обязательства	доверие	конв	19,33	100778	14049	10,14
4	военный	госпиталь	училище	отряд	конв	23,91	11532	102056	9,82
5	высший	проба	сорт	пилотаж	конв	21,43	7133	61862	9,20
6	газовый	баллон	котел	колонка	конв	17,15	1899	7176	10,11
7	главный	приз	козырь	герой	конв	21,85	5088	154634	10,26
8	глубокий	колодец	рана	след	конв	22,82	7695	60780	9,16
9	горный	река	тропа	вершина	конв	19,62	101228	22310	10,26
10	детский	страхи	книги	игры	конв	23,77	58080	48209	9,77
11	жирный	крем	свинья	пища	конв	24,41	3511	9676	8,84
12	идеальный	чистота	вариант	форма	конв	22,50	13870	11615	9,25
13	космический	пространство	спутник	пыль	конв	23,10	47473	17916	10,37
14	летний	платье	лагерь	кафе	конв	25,32	39847	21325	9,30
15	личный	пример	разговор	просьба	конв	23,72	68241	59604	8,69
16	массовый	протест	безработица	мероприятие	конв	22,58	11465	19925	8,84
17	мокрый	снег	нос	асфальт	конв	21,64	63519	22723	10,37
18	ответный	письмо	реакция	удар	конв	26,88	184226	4611	9,70
19	пламенный	речь	призыв	привет	конв	21,54	107837	4596	9,13
20	преступный	замысел	деятельность	халатность	конв	20,97	10683	7834	9,67
21	пустой	бутылки	карманы	улицы	конв	22,81	33042	51783	10,40
22	рабочий	стол	стаж	кабинет	конв	24,34	154690	46840	9,27
23	семейный	портрет	бюджет	очаг	конв	26,85	34886	24364	10,20
24	стойкий / сильный	ощущение	запах	иммунитет	конв	24,37	32630	2984	9,35
25	стройный	ноги	талиа	кипарис	конв	21,88	189325	11470	9,05
26	тайный	агент	свидание	голосование	конв	23,85	14052	24807	10,14

27	тихий	шорох	шепот	стон	конв	17,54	5071	46347	8,90
28	учебный	центр	план	нагрузка	конв	23,71	68601	21384	9,46
29	шахматный	король	турнир	партия	конв	23,64	45049	3801	10,52
30	экстремальный	туризм	условия	ситуация	конв	23,53	2132	1551	9,71
31	беглый	раб	чтение	взгляд	див	25,61	16315	5579	9,15
32	белый	танец	стих	флаг	див	24,10	6689	149048	8,92
33	верный	слуга	догадка	гибель	див	22,51	19047	54153	10,37
34	горький	пьяница	обида	шоколад	див	20,25	5894	16956	10,09
35	грудной	молоко	клетка	ребенок	див	23,28	23191	4769	11,02
36	деловой	переписка	круги	колбаса	див	23,67	11178	13555	9,12
37	домашний	скот	задание	арест	див	25,26	14148	27128	10,22
38	железный	дорога	занавес	логика	див	24,53	172179	48856	12,13
39	звездный	час	карта	болезнь	див	26,56	242654	6999	8,54
40	золотой	молодежь	руки	век	див	30,35	27596	54946	9,63
41	каменный	джунгли	лицо	уголь	див	24,91	1749	33224	10,86
42	крепкий	чай	сон	дружба	див	24,54	63003	32867	9,92
43	круглый	дата	печать	сирота	див	24,01	10836	28389	10,46
44	крутой	нрав	яйцо	поворот	див	24,26	13860	17782	10,97
45	мягкий	обложка	знак	посадка	див	23,40	4822	32978	9,68
46	натуральный	блондинка	логарифм	хозяйство	див	23,12	3297	8136	9,09
47	простой	карандаш	число	предложение	див	24,77	12942	93373	7,76
48	свинцовый	пуля	тяжесть	небо	див	24,54	11917	3522	9,26
49	сердечный	клапан	приступ	благодарность	див	25,20	2798	12309	11,15
50	слабый	пол	звено	надежда	див	25,59	69519	45334	9,23
51	сладкий	перец	жизнь	парочка	див	23,48	4584	16983	9,34
52	служебный	долг	роман	вход	див	26,29	39423	11520	9,50
53	собачий	холод	чушь	вальс	див	20,80	21322	7755	9,75
54	сонный	царство	артерия	муха	див	23,69	23457	7330	10,69
55	строгий	костюм	учительница	ошейник	див	21,02	28245	29547	8,48
56	сухой	вино	климат	закон	див	27,23	42805	16983	8,97
57	туалетный	вода	бумага	столик	див	26,89	219771	1664	10,36

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

---

58	холодный	закуска	душ	война	див	27,03	6358	54328	9,71
59	цветной	капуста	металл	фотография	див	23,11	7969	12393	10,90
60	черный	юмор	список	лестница	див	26,90	8040	140305	8,90

**Примечание:** Тип – тип триады, СУ – семантическая удаленность слов внутри триады, Част.1 – частотность первого слова, Част.отв – частотность ответа,  $LogDice_{max}$  – максимальный показатель коллокативной устойчивости из трех целевых словосочетаний

## Приложение 2

### *Полный перечень задач CRAT-RUS и данные апробации*

№	Ответ	Слово 1	Слово 2	Слово 3	Тип	N	доля прав.	RT, сек	доля Aga!	доля замен
1	алый	парус	губы	знамя	конв	69	0,41	9,37	0,46	0,76
2	божий	дар	суд	промысел	конв	69	0,58	8,63	0,25	0,66
3	взаимный	помощь	обязатель- ства	доверие	конв	71	0,13	10,66	0,22	0,48
4	военный	госпиталь	училище	отряд	конв	71	0,78	10,26	0,42	0,81
5	высший	проба	сорт	пилотаж	конв	71	0,85	5,73	0,48	0,73
6	газовый	баллон	котел	колонка	конв	71	0,54	12,01	0,34	0,64
7	главный	приз	козырь	герой	конв	70	0,66	8,49	0,35	0,67
8	глубокий	колодец	рана	след	конв	70	0,91	7,20	0,45	1,00
9	горный	река	тропа	вершина	конв	70	0,36	9,34	0,48	0,69
10	детский	страхи	книги	игры	конв	70	0,56	12,47	0,39	0,48
11	жирный	крем	свинья	пища	конв	71	0,62	9,72	0,43	0,44
12	идеальный	чистота	вариант	форма	конв	70	0,17	18,92	0,25	0,50
13	косми- ческий	пространство	спутник	пыль	конв	70	0,51	11,27	0,36	0,62
14	летний	платье	лагерь	кафе	конв	71	0,61	8,85	0,47	0,79
15	личный	пример	разговор	просьба	конв	53	0,17	11,89	0,44	0,68
16	массовый	протест	безрабо- тица	мероприятие	конв	70	0,14	13,84	0,30	0,63
17	мокрый	снег	нос	асфальт	конв	71	0,49	10,81	0,49	0,78
18	ответный	письмо	реакция	удар	конв	71	0,16	7,80	0,64	0,70
19	пламенный	речь	призыв	привет	конв	71	0,34	9,07	0,42	0,64
20	преступный	замысел	деятель- ность	халатность	конв	71	0,18	11,45	0,54	0,59
21	пустой	бутылки	карманы	улицы	конв	71	0,79	11,69	0,32	0,80
22	рабочий	стол	стаж	кабинет	конв	71	0,47	12,43	0,61	0,82
23	семейный	портрет	бюджет	очаг	конв	71	0,54	12,05	0,61	0,55
24	стойкий / сильный	ощущение	запах	иммунитет	конв	70	0,11	14,98	0,50	0,90
25	стройный	ноги	талия	кипарис	конв	70	0,23	13,05	0,31	0,67

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ

26	тайный	агент	свидание	голосование	конв	71	0,66	7,76	0,40	0,63
27	тихий	шорох	шепот	стон	конв	71	0,87	10,69	0,27	0,78
28	учебный	центр	план	нагрузка	конв	70	0,11	7,14	0,25	0,47
29	шахматный	король	турнир	партия	конв	70	0,49	11,60	0,50	0,72
30	экстремальный	туризм	условие	ситуация	конв	71	0,28	13,35	0,55	0,51
31	беглый	раб	чтение	взгляд	див	71	0,17	12,63	0,92	0,53
32	белый	танец	стих	флаг	див	70	0,40	8,22	0,64	0,64
33	верный	слуга	догадка	гибель	див	71	0,49	12,71	0,54	0,36
34	горький	пьяница	обида	шоколад	див	70	0,87	13,40	0,39	0,33
35	грудной	молоко	клетка	ребенок	див	70	0,23	12,67	0,56	0,39
36	деловой	переписка	круги	колбаса	див	70	0,16	19,23	0,82	0,25
37	домашний	скот	задание	арест	див	71	0,69	9,75	0,55	0,14
38	железный	дорога	занавес	логика	див	71	0,39	8,92	0,61	0,40
39	звездный	час	карта	болезнь	див	70	0,26	6,15	0,33	0,52
40	золотой	молодежь	руки	век	див	70	0,63	11,64	0,66	0,35
41	каменный	джунгли	лицо	уголь	див	70	0,33	12,84	0,57	0,51
42	крепкий	чай	сон	дружба	див	70	0,86	7,04	0,45	0,70
43	круглый	дата	печать	сирота	див	71	0,54	10,58	0,63	0,36
44	крутой	нрав	яйцо	поворот	див	71	0,89	8,10	0,49	0,25
45	мягкий	обложка	знак	посадка	див	70	0,39	14,10	0,56	0,47
46	натуральный	блондинка	логарифм	хозяйство	див	71	0,39	14,08	0,46	0,28
47	простой	карандаш	число	предложение	див	71	0,55	8,56	0,59	0,63
48	свинцовый	пуля	тяжесть	небо	див	71	0,49	13,49	0,54	0,14
49	сердечный	клапан	приступ	благодарность	див	71	0,70	11,48	0,64	0,33
50	слабый	пол	звено	надежда	див	70	0,50	11,82	0,43	0,46
51	сладкий	перец	жизнь	парочка	див	70	0,64	9,55	0,51	0,68
52	служебный	долг	роман	вход	див	70	0,39	10,20	0,56	0,42
53	собачий	холод	чушь	вальс	див	71	0,37	10,94	0,58	0,27
54	сонный	царство	артерия	муха	див	70	0,56	7,76	0,67	0,35
55	строгий	костюм	учительница	ошейник	див	70	0,56	15,12	0,49	0,52
56	сухой	вино	климат	закон	див	71	0,49	9,95	0,74	0,44
57	туалетный	вода	бумага	столик	див	70	0,21	12,51	0,53	0,62

58	холодный	закуска	душ	война	див	71	0,78	8,70	0,62	0,63
59	цветной	капуста	металл	фотография	див	70	0,44	10,07	0,58	0,38
60	черный	юмор	список	лестница	див	71	0,65	10,41	0,46	0,36

**Примечание:** *Тип* – тип триады, *N* – количество участников, решавших триаду, *доля прав.* – доля правильных ответов на триаду от общего числа проб, *RT* – среднее время обнаружения правильного ответа в сек, *доля Ага!* – доля проб с правильным ответом, в которых возникло ага-переживание, *доля замен* – доля ошибок замены от общего числа ошибок.

Поступила в редакцию: 28.06.2025

Поступила после рецензирования: 26.09.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

## Заявленный вклад авторов

**Надежда Владимировна Морошкина** – общее руководство проектом, концептуализация, разработка стимульного материала и методологии исследования, анализ и интерпретация результатов, написание и редактирование текста статьи

**Анна Витальевна Косякова** – разработка стимульного материала и методологии исследования, сбор данных, анализ и интерпретация данных, визуализация, написание и редактирование текста статьи

**Алена Павловна Ошканова** – разработка стимульного материала и методологии исследования, сбор данных, редактирование текста статьи

**Ирина Сергеевна Князева** – анализ и интерпретация данных, визуализация, написание и редактирование текста статьи

## Информация об авторах

**Надежда Владимировна Морошкина** – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, заведующая лабораторией когнитивной психологии и психофизиологии, Институт мозга человека им. Н.П. Бехтерева Российской академии наук (ИМЧ РАН), Санкт-Петербург, Россия, Researcher ID: H-3841-2015, Scopus ID: 57128586400, Author ID: 157210, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4778-379X>, e-mail: [moroshkina.n@gmail.com](mailto:moroshkina.n@gmail.com)

**Анна Витальевна Косякова** – младший научный сотрудник лаборатории когнитивной психологии и психофизиологии, Институт мозга человека им. Н.П. Бехтерева Российской академии наук (ИМЧ РАН), Санкт-Петербург, Россия, Author ID: 1265894, e-mail: [annakos.1811@gmail.com](mailto:annakos.1811@gmail.com)

**Алена Павловна Ошканова** – выпускница магистерской программы Института когнитивных исследований, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия, Author ID: 1166025, e-mail: [oshkanova12@mail.ru](mailto:oshkanova12@mail.ru)

**Ирина Сергеевна Князева** – кандидат физико-математических наук, старший научный сотрудник, заведующая лабораторией математической обработки нейроданных, Институт мозга человека им. Н.П. Бехтеревой Российской академии наук (ИМЧ РАН), Санкт-Петербург, Россия, Researcher ID: C-7222-2014, Scopus ID: 36186924900, Author ID: 560946, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0026-6047>, e-mail: [knyazeva@ihb.spb.ru](mailto:knyazeva@ihb.spb.ru)

### **Информация о конфликте интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 612.821.6

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.10>

## Связи ритмов ЭЭГ в полушариях мозга как нейрофизиологическая основа процесса пробуждения

Ирина А. Яковенко , Евгений А. Черемушкин\* ,  
Владимир Б. Дорохов 

Институт высшей нервной деятельности и нейрофизиологии РАН, Москва,  
Россия

\*Почта ответственного автора: [ivnd@mail.ru](mailto:ivnd@mail.ru)

---

### Аннотация

**Введение.** Изучение межполушарной асимметрии при пробуждении из разных фаз сна остается актуальным в настоящее время. Новизна нашего исследования заключается в выявлении связанности одновременно функционирующих корково-подкорковых систем мозга. Цель проведенного исследования – выявление межполушарной асимметрии при пробуждении из 2 стадии дневного сна по показателям амплитудно-амплитудных связей ритмов ЭЭГ. Рассматривалось когнитивное пробуждение с разной эффективностью выполнения задания на модели психомоторного теста. **Методы.** Одновременно с выполнением задания регистрировали многоканальную ЭЭГ. ЭЭГ оценивали на основе «материнского» комплексного Morlet-вейвлета. Мерой амплитудно-амплитудного взаимодействия ритмов ЭЭГ служил коэффициент корреляции Кендалла. **Результаты.** Отмечена большая площадь распространения асимметричных процессов в левом полушарии при полном восстановлении задания (по сравнению с неполным) на самом близком отрезке к началу нажатий. Пробуждение, сопровождающееся полным восстановлением деятельности, характеризовалось на временном отрезке 8–5 с преобладанием связей дельта-ритма в обоих полушариях, на отрезке 4–1 с стали преобладать связи тета-ритма, а также гамма-ритма. При неполном восстановлении деятельности отмечено увеличение числа связей дельта-ритма на отрезке 4–1 с по

сравнению с отрезком 8-5 с. **Обсуждение результатов.** Когнитивное пробуждение, сопровождающееся разной эффективностью выполнения задания, характеризуется наличием межполушарной асимметрии по показателю связей ритмов ЭЭГ. Асимметрия формируется как за счет различного расположения связей по коре больших полушарий, так и набора связей. В двух экспериментальных ситуациях выявлено различное взаимодействие ритмов ЭЭГ, а следовательно, в ряде областей неодинаковое взаимодействие таламо-кортикальной и кортико-гиппокампальной систем.

### Ключевые слова

межполушарная асимметрия мозга, пробуждение, психомоторный тест, амплитудно-амплитудное взаимодействие ритмов ЭЭГ

### Финансирование

Работа выполнена в рамках государственного задания ИВНД и НФ РАН Министерства образования и науки Российской Федерации на 2025–2027 годы.

### Для цитирования

Яковенко, И. А., Черемушкин, Е. А., & Дорохов, В. Б. (2026). Связи ритмов ЭЭГ в полушариях мозга как нейрофизиологическая основа процесса пробуждения. *Российский психологический журнал*, 23(1), 195–207. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.10>

---

### Введение

Суточный цикл человека состоит из дневного бодрствования и сна. Бодрствование включает в себя различные виды деятельности, иногда перемежающиеся сном. На основе своих наблюдений А.Р. Лурия сформулировал идею о трех структурно-функциональных блоков мозга. Различные психические функции обеспечиваются совместной динамической работой этих блоков в обоих полушариях мозга. 1 блок – «энергетический», который поддерживает оптимальный уровень психической активности. Этот блок регулирует, в частности, цикл «сон-бодрствование» и сознание (Лурия, 1973). Дневной сон улучшает когнитивные способности, способствует восстановлению работоспособности (Ficca et al., 2010). Нарушения сна, выражающиеся, в частности, в необходимости работы в ночное время, а также в условиях его депривации днем, могут приводить к дремоте и засыпанию. В случае экстренного или самопроизвольного пробуждения возобновление работы происходит на фоне замедления двигательных реакций и принятия решений, что влияет на ее эффективность. Период, непосредственно предшествующий началу деятельности в условиях инерции сна (Santhi et al., 2013), а также сопровождающие его объективные

нейрофизиологические характеристики исследованы недостаточно. При этом может наблюдаться неодинаковое восстановление, приводящее к различной эффективности выполнения задания. Какие же проявления мозговой активности лежат в основе данного явления? Пробуждение – процесс пролонгированный. В этот момент происходят некие перестройки в работе мозга, позволяющие в дальнейшем продолжить начатую работу в случае ее прерывания на сон.

U. Voss (2010) разделяет пробуждение на два этапа: 1 этап – когнитивное пробуждение, которое характеризуется тем, что человек воспринимает привходящую информацию, но еще не в состоянии совершать двигательную ответную реакцию, и 2 этап – поведенческое пробуждение, когда человек не только воспринимает стимулы, но и дает моторный ответ. Пробуждение связано с переходом сознания с уровня, наблюдаемого во сне, на уровень бодрствования. Авторы (Horton, 2017; Windt, 2020) делают предположение о существовании сознания во сне. (Liu, Li & Bai, 2023) исследовали показатели ЭЭГ лобной и теменной областей, которые, по их мнению, демонстрировали высокую релевантность с сознанием. Авторы утверждают, что снижение уровня сознания сопровождается усилением низкочастотных ритмов, подавлением высокочастотных ритмов, снижением динамической сложности и разрушением сетей. Таким образом, изучение нейрофизиологических основ стадии когнитивного пробуждения в определенной мере дает ответ на вопрос, какова же будет эффективность работы после пробуждения. При этом необходимо учитывать вклад полушарий мозга в процесс пробуждения. (Casagrande & Bertini, 2008) в своей работе по изучаемым параметрам доказали устойчивое преимущество правого полушария при пробуждении как из быстрого, так и из NREM-сна, а также при переходе от сна к бодрствованию. Результаты (Aritake et al., 2012) демонстрируют корреляцию между самопробуждением и предшествующим повышением гемодинамической активации в правой префронтальной коре, что свидетельствует о вкладе этой структуры в способность оценивать время.

**Целью** нашего исследования было выявление межполушарной асимметрии при пробуждении из 2 стадии дневного сна.

Задача работы – поиск кроссчастотных связей ритмов ЭЭГ в полушариях мозга при пробуждении с разной эффективностью выполнения задания.

## Методы

Представленное исследование соответствует этическим нормам Хельсинской декларации Всемирной медицинской ассоциации «Этические принципы проведения научных медицинских исследований с участием человека» с поправками 2000 г., а также одобрено этической комиссией ИВНД и НФ РАН (протокол №2 от 3 июня 2019 года).

Эксперимент проведен на 83 испытуемых, студентах, практически здоровых молодых людей в возрасте от 18 до 22 лет. Критериями отбора экспериментального

материала для данной статьи служили: а) пробуждение из 2 стадии дневного сна, б) начало нажатий после пробуждения правой рукой, в) у одного и того же испытуемого наблюдались ситуации полного и неполного восстановления психомоторной деятельности. Было отобрано 15 испытуемых, число исследуемых ситуаций варьировалось у них от 2 до 8.

Опыт проводился в дневное время, с 13 до 14 часов. Место его проведения – затемненное, звукоизолирующее помещение. Испытуемый располагался на кушетке. Экспериментальная модель – бимануальный психомоторный тест (Dorokhov et al., 2021). Испытуемому предписывалось нажимать на кнопки правой и левой рукой по 10 раз поочередно до момента засыпания. Было оговорено, что в случае засыпания и самопроизвольного пробуждения испытуемый должен был продолжать нажимать на кнопки.

Во время выполнения задания регистрировали ЭЭГ от 19 хлорсеребряных электродов в соответствии со схемой 10–20%, (референтные электроды располагались на мастоидах, сопротивление – до 5 кОм, частота дискретизации 500 Гц, полоса пропускания усилителя – 0,5–40 Гц). Также записывались электроокулограмма и механограммы нажатий на кнопки.

Анализировали ЭЭГ перед пробуждением, за которым следовало возобновление выполнения заданий теста – неполное и полное. При неполном – субъект нажимал на кнопку правой, а затем левой рукой от 7 до 9 раз, при полном – по 10 раз. Выделяли две 4-х секундные эпохи анализа, предшествующие пробуждению.

На основе комплексного Morlet-вейвлета (Matlab 78.01) вычисляли модуль коэффициентов вейвлет-преобразования (МКВП). Полученный параметр рассматривали как амплитудную характеристику ЭЭГ. МКВП вычисляли в диапазоне 0,5–40 Гц с шагом 0,5 Гц и разрешением по времени 0,01 с. Исследовали дельта (1–3 Гц), тета (4–7), альфа-1 (8–10), альфа-2 (11–13), бета- (14–20) и гамма- (21–40) спектральные диапазоны отдельных отведений ЭЭГ.

Использовали кроссчастотное взаимодействие ритмов ЭЭГ, которое позволяет оценивать функциональное взаимодействие структур или систем мозга (Knyazev et al., 2019; Salimpour & William, 2019; Siems & Siegel, 2020; Schanze & Eckhorn, 1997; Rodriguez-Martinez et al., 2015; Canolty & Knight, 2010; Яковенко и др., 2022; Yakovenko et al., 2024). Коэффициент парной корреляции Кендалла (КК) служил мерой амплитудно-амплитудного взаимодействия ритмов ЭЭГ. Этот счет проводили для всех пар ритмов.

Статистическая обработка проводилась с помощью пакета программ SPSS, v.12.

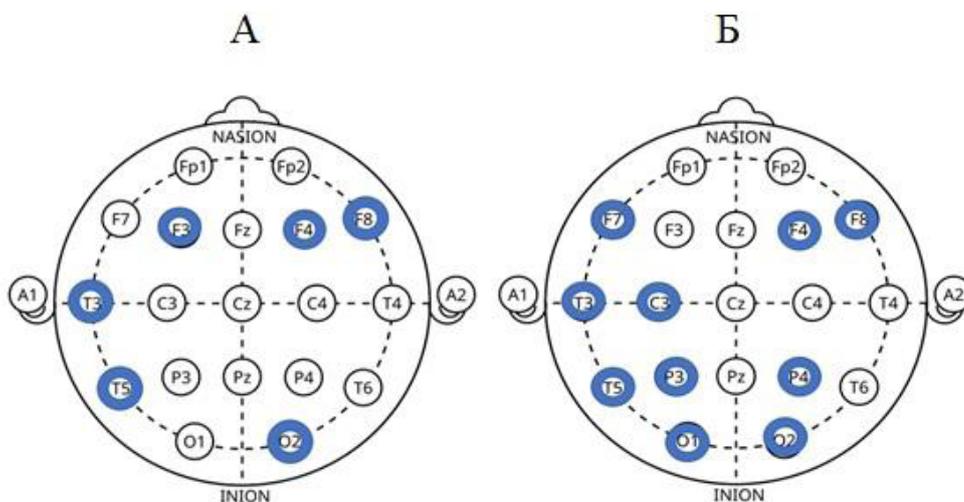
## Результаты

Когнитивное пробуждение с полным восстановлением деятельности, которое характеризуется 10-кратными паттернами нажатий на кнопки сначала правой, а следом – левой рукой, сопровождалось наличием асимметричных связей как в левом,

так и правом полушариях на двух изучаемых временных отрезках. Независимо от локализации в полушариях, связи относятся к асимметричным по своему содержанию: связи ритмов ЭЭГ не дублируются. На временном отрезке 8–5 с до начала деятельности асимметрия связей формируется в лобной и височных областях левого полушария, и в лобных и затылочной правого. При этом наблюдается несколько большее распространение связей ритмов ЭЭГ в правом полушарии во фронтальных областях по сравнению с левым. В левом полушарии наблюдаются связи ритмов в височных областях, чего нет в правом. Также в правом полушарии отмечены связи в затылочной области. Отдельного внимания заслуживают отведения F3 и F4. Они симметричны по расположению, но асимметричны по наборам связей ЭЭГ. На временном отрезке 4–1 с область распространения асимметричных связей увеличивается: к уже существующим связям ритмов ЭЭГ добавляются связи в центральной области левого полушария и теменных обоих полушарий (Рис. 1).

### Рисунок 1

Локализация асимметричных связей ритмов ЭЭГ в полушариях мозга при полном когнитивном пробуждении



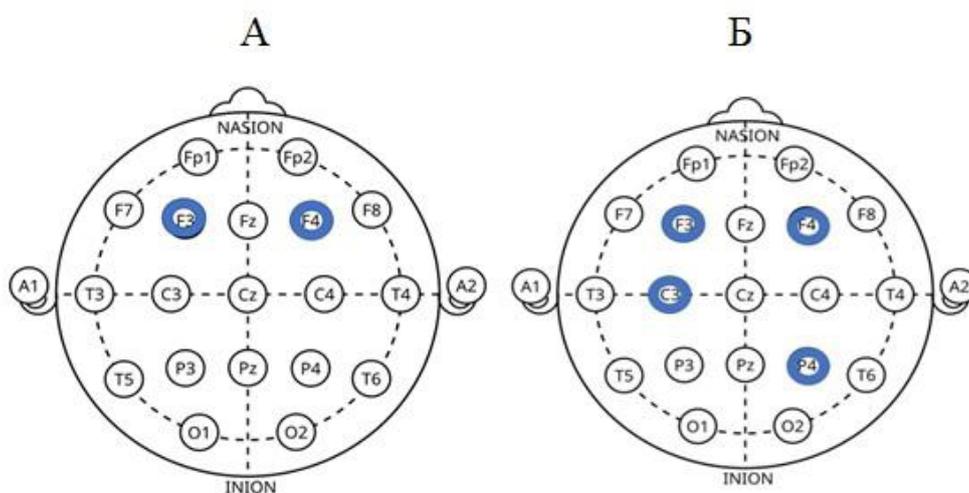
**Примечания.** А – полное пробуждение в интервале 8–5 с; Б – в интервале 4–1 с. Круги с окантовкой – наличие достоверных связей ритмов. На картах-схемах приведены названия отведений ЭЭГ.

Когнитивное пробуждение, сопровождающееся последующим неполным восстановлением деятельности (субъект нажимал на кнопку правой, а затем левой рукой от 7 до 9 раз), характеризуется сходной локализацией (отведения F3 и F4) асимметричных связей ритмов ЭЭГ на отрезке времени 8–5 с до начала нажатий

правой рукой. Самый близкий к пробуждению отрезок времени (4–1 с) демонстрирует подключение левой центральной и правой теменной областей мозга (Рис. 2)

**Рисунок 2**

*Локализация асимметричных связей ритмов ЭЭГ в полушариях мозга при неполном когнитивном пробуждении*



**Примечания.** А – неполное пробуждение в интервале 8–5 с; Б – в интервале 4–1 с. Круги с окантовкой – наличие достоверных связей ритмов. На картах-схемах приведены названия отведений ЭЭГ.

Таким образом, разные виды когнитивного пробуждения сопряжены с различной локализацией в полушариях асимметричных связей ритмов ЭЭГ и различаются шириной распространения этих связей по коре.

Какие же связи ритмов ЭЭГ формируют описанную асимметрию? Из табл. 1 видно, что за 8–5 с до начала нажатий при полном пробуждении наблюдается подавляющее большинство связей дельта ритма в обоих полушариях. При неполном пробуждении асимметричных связей ритмов ЭЭГ меньше, и они разнообразнее: помимо связи дельта-ритма присутствует связь тета-гамма, а также бета-гамма.

**Таблица 1**

*Достоверные взаимосвязи ритмов ЭЭГ в отдельных отведениях левого и правого полушарий при разных видах пробуждения на временном отрезке 8–5 с*

Полное когнитивное пробуждение		Неполное когнитивное пробуждение	
Отведения	Связи ритмов ЭЭГ	Отведения	Связи ритмов ЭЭГ
F3	$\Delta$ - $\alpha$ 1	F3	$\Delta$ - $\gamma$ , $\theta$ - $\gamma$
F4	$\Delta$ - $\beta$ , $\alpha$ 2- $\gamma$	F4	$\beta$ - $\gamma$
F8	$\Delta$ - $\beta$ , $\Delta$ - $\gamma$		
T3	$\Delta$ - $\gamma$		
T5	$\Delta$ - $\alpha$ 2, $\Delta$ - $\beta$ , $\Delta$ - $\gamma$		
O2	$\Delta$ - $\beta$		

**Примечания.**  $\Delta$ ,  $\theta$ ,  $\alpha$ 1,  $\alpha$ 2,  $\beta$ ,  $\gamma$  – дельта-, тета-, альфа1-, альфа2-, бета- и гамма-ритмы ЭЭГ соответственно.

Таким образом, на отрезке времени 8–5 с до начала нажатий виды пробуждения различаются набором связей ритмов ЭЭГ.

На временном отрезке 4–1 с при полном пробуждении наблюдается преобладание связей тета и альфа ритмов, которые, практически, всегда связаны с гамма-ритмом в обоих полушариях. Связи дельта-ритма представлены несколько меньше. Асимметрия формируется, в основном, за счет большего числа тета, альфа и гамма связей ритмов ЭЭГ левого полушария. При неполном пробуждении преобладают связи дельта-ритма. Асимметрия формируется за счет как качественного различия связей, так и их местоположения (см. табл. 2).

**Таблица 2**

*Достоверные взаимосвязи ритмов ЭЭГ в отдельных отведениях левого и правого полушарий при разных видах пробуждения на временном отрезке 4–1 с.*

Полное когнитивное пробуждение		Неполное когнитивное пробуждение	
Отведения	Связи ритмов ЭЭГ	Отведения	Связи ритмов ЭЭГ
		F3	$\Delta$ - $\alpha$ 1, $\Delta$ - $\alpha$ 2
F4	$\theta$ - $\beta$ , $\theta$ - $\gamma$	F4	$\alpha$ 2- $\gamma$
F7	$\theta$ - $\beta$ , $\theta$ - $\gamma$ , $\alpha$ 1- $\gamma$		
F8	$\beta$ - $\gamma$		

Полное когнитивное пробуждение		Неполное когнитивное пробуждение	
Отведения	Связи ритмов ЭЭГ	Отведения	Связи ритмов ЭЭГ
C3	$\alpha 1-\gamma, \alpha 2-\gamma, \beta-\gamma$	C3	$\Delta-\alpha 1, \Delta-\alpha 2, \theta-\alpha 1, \alpha 1-\gamma, \alpha 2-\gamma$
T3	$\Delta-\gamma, \theta-\gamma, \alpha 2-\gamma$		
T5	$\Delta-\gamma, \theta-\gamma$		
P3	$\theta-\gamma, \alpha 1-\gamma, \alpha 2-\gamma$		
P4	$\Delta-\alpha 1, \theta-\alpha 1, \theta-\alpha 2, \theta-\beta$	P4	$\Delta-\alpha 1, \Delta-\alpha 2, \Delta-\beta, \theta-\alpha 2$
O1	$\theta-\alpha 1, \theta-\alpha 2, \theta-\gamma$		
O2	$\Delta-\alpha 2$		

**Примечания.**  $\Delta, \theta, \alpha 1, \alpha 2, \beta, \gamma$  – дельта-, тета-, альфа1-, альфа2-, бета- и гамма-ритмы ЭЭГ соответственно.

Таким образом, помимо различной локализации связей ритмов ЭЭГ в полушариях, показано и различие в структуре связей при разных видах когнитивного пробуждения.

## Обсуждение результатов

Полное пробуждение сопровождается более широким распространением по коре асимметричных связей ритмов по сравнению с неполным. На временном отрезке 8–5 с достоверные связи ритмов охватывают лобную и височные области коры левого полушария, а также лобные и затылочную области правого полушария. Эти данные в определенной мере согласуются с результатами работы (Yang et al., 2015). Временной отрезок, максимально приближенный к началу выполнения задания (4–1 с), характеризуется более широким охватом поверхности коры больших полушарий. При неполном пробуждении на отрезке 8–5 с асимметрия наблюдается только в лобных областях. На отрезке 4–1 с асимметричные связи ритмов наблюдались не только в лобных, но и в левой центральной и правой теменной областях. Можно сделать предположение о том, что наличие большего числа асимметричных связей на большем пространстве коры больших полушарий связано с возможностью более полноценного пробуждения и готовности к выполнению задания. Тогда как при неполном пробуждении наличие меньшего количества асимметричных связей ритмов ЭЭГ, вероятно, не позволяет поддерживать определенный уровень активации структур, необходимый для успешного выполнения задания.

Сопоставление распределения связей ритмов ЭЭГ при полном и неполном пробуждениях на когнитивной и поведенческой стадиях (Яковенко и др., 2024) позволяет сделать заключение об участии лобных областей обоих полушарий в процессе любого вида пробуждения. Как при полном, так и при неполном когнитивном пробуждении отмечается симметричное по положению, но асимметричное по набору связей участие лобных областей полушарий. При полном поведенческом пробуждении сохраняется такое же распределение связей ритмов ЭЭГ. При неполном когнитивном пробуждении участвуют лобные области обоих полушарий, а при поведенческом – только лобная область левого полушария. Это дает основание сделать предположение об участии правой лобной области не только в процессе пробуждения, но и более длительном удерживании мозга в бодрствующем состоянии. В работе (Aritake et al., 2012) говорится о связи произвольного пробуждения и предшествующего повышения гемодинамической активации в правой префронтальной коре. Эти данные в определенной мере согласуются с нашими результатами.

Рассмотрим, какие связи ритмов ЭЭГ участвуют в формировании межполушарной асимметрии при когнитивном пробуждении. Пробуждение при полном восстановлении деятельности сопровождается большим числом связей дельта-ритма в обоих полушариях за 8–5 с до начала нажатий. В работе (Hilditch et al., 2021) говорится о том, что дельта- и бета-диапазоны играют решающую роль в изменениях сети при переходе от сна к бодрствованию. Дельта-ритм отражает функционирование таламо-кортикальной системы (Steriade, 2006; Faber & Novak, 2011; Манюхина и др., 2020). При этом в левом полушарии он связан не только с быстрыми (бета и гамма) ритмами, но и с альфа-ритмом. Альфа-ритм, подобно дельта, отражает работу таламо-кортикальной системы (Faber & Novak, 2011). Исходя из этого, можно сделать предположение о том, что связи дельта-ритма с быстрыми ритмами могут свидетельствовать о большей активации вышеуказанной корково-подкорковой системы; а связи дельта-ритма с альфа, вероятно, свидетельствуют о более значительном участии этой системы в процессе пробуждения. Дельта-ритм характерен как для состояния сна, так и для бодрствования (Harmony, 2013). Возможно, здесь происходит «передача полномочий» с той части таламо-кортикальной системы, которая участвует во сне, к той, которая обеспечивает состояние бодрствования. Временной отрезок 4–1 с до начала нажатий демонстрирует преобладание связей тета-ритма в обоих полушариях, в основном, с бета и гамма ритмами. Тета-ритм отражает функционирование кортико-гиппокампальной системы, которая участвует в процессах памяти (Vertes, Hoover & Di Prisco, 2004; Barnett et al., 2021). Исходя из этого можно сделать предположение о большей активации этой корково-подкорковой системы и извлечении из памяти инструкции для работы. На этом же временном отрезке можно увидеть большую представленность тета, альфа и гамма связей в левом полушарии. Все это может свидетельствовать о подготовке к нажатию кнопки правой рукой. В исследовании (Dos Santos Lima et al., 2019) описан динамический паттерн активации гиппокампа и коры головного мозга, связанный с microarousal во время сна у мышей. Отмечено увеличение кортико-гиппокампальной когерентности, в дельта- и тета-диапазонах и пиках (2,5–5,5 Гц).

Пробуждение с неполным восстановлением деятельности демонстрирует существенно меньшее число асимметричных связей в полушариях, которые наблюдаются только в лобных областях на временном интервале 8–5 с до начала деятельности. Здесь отмечено только две связи: дельта-гамма и тета-гамма в левом полушарии и бета- гамма – в правом. Можно предполагать, что в лобных областях наблюдается некий более ограниченный процесс активации таламо-кортикальной и кортико-гиппокампальной систем. Следующий интервал (4–1 с) сопровождался в основном связями дельта-альфа ритмов и альфа-гамма ритмов. В это время наблюдается большой охват поверхности коры больших полушарий асимметричными процессами. Увеличение числа связей дельта-альфа может говорить в пользу более широкого участия таламо-кортикальной системы в процессе пробуждения. Меньше представлены связи тета-ритма, которые обеспечивают воспроизведение инструкции.

Отдельного внимания заслуживают связи гамма-ритма. Сравнение связей гамма-ритма при полном и неполном когнитивном пробуждении выявило самую большую его представленность на временном отрезке 4–1 с в левом полушарии при полном восстановлении деятельности. Авторы (Данилова и др., 2002) описывают наличие гамма-ритма в различных структурах мозга. Они считают, что этот ритм является функциональным строительным блоком, который связан не только с различными когнитивными процессами, но и с сознанием. В работе (Doesburg et al., 2009) высказано предположение о том, что осознанное восприятие сопровождается наличием крупномасштабных ансамблей гамма-синхронных нейронных популяций, связанных с тета-ритмом. Опираясь на эти работы, можно высказать предположение о том, что в это время сознание выходит на новый уровень, иными словами, происходит подготовка к выполнению задания.

Когнитивное пробуждение, сопровождающееся разной эффективностью выполнения задания, характеризуется наличием межполушарной асимметрии по показателю связей ритмов ЭЭГ. Асимметрия формируется как за счет различного расположения связей по коре больших полушарий, так и набора связей в областях коры больших полушарий. Мы предполагаем, что эти результаты характеризуют разные уровни сознания, проявляющиеся при когнитивном пробуждении.

## **Заключение**

Когнитивное пробуждение при полном и неполном восстановлении деятельности различается площадью распространения асимметричных процессов в полушариях: гораздо большая площадь отмечена в левом полушарии при полном восстановлении задания на самом близком отрезке к началу нажатий. Виды пробуждения различаются количеством связей. Количество связей ритмов ЭЭГ существенно больше при полном пробуждении по сравнению с неполным. Самое большое количество связей отмечено в левом полушарии на отрезке 4–1 с до пробуждения при полном восстановлении

деятельности. Пробуждение, сопровождающееся полным восстановлением деятельности, характеризовалось на временном отрезке 8–5 с преобладанием связей дельта-ритма в обоих полушариях, на отрезке 4–1 с стали преобладать связи тета-ритма, а также гамма-ритма. При неполном восстановлении деятельности отмечено увеличение числа связей дельта-ритма на отрезке 4–1 с по сравнению с отрезком 8–5 с.

## Литература

- Данилова, Н. Н., Быкова, Н. Б., Анисимов, Н. В., Пирогов, Ю. А., & Соколов, Е. Н. (2002). Гамма-ритм электрической активности мозга человека в сенсорном кодировании. *Биомедицинские технологии и радиоэлектроника*, 3, 34–41.
- Лурия, А. Р. (1973). *Основы нейропсихологии*. Москва: Издательство Московского университета.
- Манюхина, В. О., Томьшев, А. С., Каледа, В. Г., & Лебедева, И. С. (2020). Структурные особенности таламо-кортикальной системы и спектральные характеристики альфа-ритма у психически здоровых людей и больных шизофренией. *Физиология человека*, 46(6), 50–59. <https://doi.org/10.31857/S0131164620050082>
- Яковенко, И. А., Петренко, Н. Е., Черемушкин, Е. А., & Дорохов, В. Б. (2022). Динамика взаимодействия ритмов ЭЭГ, предшествующая моменту пробуждения, с последующим восстановлением деятельности после кратковременных эпизодов засыпаний. *Российский физиологический журнал им. И. М. Сеченова*, 108(4), 443–454. <https://doi.org/10.31857/S0869813922040094>
- Яковенко, И. А., Петренко, Н. Е., Черемушкин, Е. А., & Дорохов, В. Б. (2024). Межполушарные различия связей между ритмами ЭЭГ при полном и неполном пробуждении. *Психологический журнал*, 45(6), 73–84. <https://doi.org/10.31857/S0205959224060078>
- Aritake, S., Higuchi, S., Suzuki, H., Kuriyama, K., Enomoto, M., Soshi, T., Kitamura, S., Hida, A., & Mishima, K. (2012). Increased cerebral blood flow in the right frontal lobe area during sleep precedes self-awakening in humans. *BMC Neuroscience*, 13(1), 153–163. <https://doi.org/10.1186/1471-2202-13-153>
- Barnett, A. J., Reilly, W., Dimsdale-Zucker, H. R., Mizrak, E., Reagh, Z., & Ranganath, C. (2021). Intrinsic connectivity reveals functionally distinct cortico-hippocampal networks in the human brain. *PLoS Biology*, 19(6), e3001275. <https://doi.org/10.1371/journal.pbio.3001275>
- Canolty, R. T., & Knight, R. T. (2010). The functional role of cross-frequency coupling. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(11), 506–517. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2010.09.001>
- Casagrande, M., & Bertini, M. (2008). Laterality of sleep onset process: Which hemisphere goes to sleep first? *Biological Psychology*, 77, 76–80. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2007.09.007>
- Doesburg, S. M., Green, J. J., McDonald, J. J., & Ward, L. M. (2009). Rhythms of consciousness: Binocular rivalry reveals large-scale oscillatory network dynamics mediating visual perception. *PLoS ONE*, 4(7), e6142. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0006142>
- Dorokhov, V. B., Tkachenko, O. N., Ushakov, V. L., & Chernorizov, A. M. (2021). Neuronal correlates of spontaneous awakening and recovery of psychomotor performance. In B. M. Velichkovsky, P. M. Balaban, & V. L. Ushakov (Eds.), *Advances in cognitive research, artificial intelligence and neuroinformatics. InterCoWorks 2020. Advances in intelligent systems and computing* (Vol. 1358). Springer: [https://doi.org/10.1007/978-3-030-71637-0\\_49](https://doi.org/10.1007/978-3-030-71637-0_49)
- Faber, J., & Novak, M. (2011). Thalamo-cortical reverberation in the brain produces alpha and delta rhythms as iterative convergence of fuzzy cognition in an uncertain environment. *Neural Network World*, 21(2), 169–192. <https://doi.org/10.14311/NNW.2011.21.011>
- Ficca, G., Axelsson, J., Mollicone, D. J., Muto, V., & Vitiello, M. V. (2010). Naps, cognition and performance. *Sleep Medicine Reviews*, 14(4), 249–258. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2009.09.005>

- Harmony, T. (2013). The functional significance of delta oscillations in cognitive processing. *Frontiers in Integrative Neuroscience*, 7, Article 83. <https://doi.org/10.3389/fmint.2013.00083>
- Hilditch, C. J., Bansal, K., Chachad, R., Wong, L. R., Bathurst, N. G., Feick, N. H., Santamaria, A., Shattuck, N. L., Garcia, J. O., & Flynn-Evans, E. E. (2021). Reconfigurations in brain networks upon awakening from slow wave sleep: Interventions and implications in neural communication. *bioRxiv*. <https://doi.org/10.1101/2021.12.07.471633>
- Horton, C. L. (2017). Consciousness across sleep and wake: Discontinuity and continuity of memory experiences as a reflection of consolidation processes. *Frontiers in Psychiatry*, 8, Article 159. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00159>
- Knyazev, G. G., Savostyanov, A. N., Bocharov, A. V., & Tamozhnikov, S. (2019). Cross-frequency coupling in developmental perspective. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, Article 158. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00158>
- Liu, Y., Li, Z., & Bai, Y. (2023). Frontal and parietal lobes play crucial roles in understanding the disorder of consciousness: A perspective from electroencephalogram studies. *Frontiers in Neuroscience*, 16, 1024278. <https://doi.org/10.3389/fnins.2022.1024278>
- Salimpour, Y., & Anderson, W. S. (2019). Cross-frequency coupling-based neuromodulation for treating neurological disorders. *Frontiers in Neuroscience*, 13, 125. <https://doi.org/10.3389/fnins.2019.00125>
- Santhi, N., Groeger, J. A., Archer, S. N., Gimenez, M., Schlangen, L. J. M., & Dijk, D.-J. (2013). Morning sleep inertia in alertness and performance: Effect of cognitive domain and white light conditions. *PLoS ONE*, 8(11), e79688. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0079688>
- Dos Santos Lima, G. Z., Lobão-Soares, B., Corso, G., Belchior, H., Lopes, S. R., de Lima Prado, T., Nascimento, G., de França, A. C., Fontenele-Araújo, J., & Ivanov, P. C. (2019). Hippocampal and cortical communication around micro-arousals in slow-wave sleep. *Scientific Reports*, 9(1), 5876–5889. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42100-5>
- Schanze, T., & Eckhorn, R. (1997). Phase correlation among rhythms present at different frequencies: Spectral methods, application to microelectrode recordings from visual cortex and functional implications. *International Journal of Psychophysiology*, 26, 171–189. [https://doi.org/10.1016/S0167-8760\(97\)00763-0](https://doi.org/10.1016/S0167-8760(97)00763-0)
- Siems, M., & Siegel, M. (2020). Dissociated neuronal phase- and amplitude-coupling patterns in the human brain. *NeuroImage*, 209, 116538. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2020.116538>
- Steriade, M. (2006). Grouping of brain rhythms in corticothalamic systems. *Neuroscience*, 137(4), 1087–1106. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2005.10.029>
- Rodriguez-Martinez, E. I., Barriga-Paulino, C. I., Rojas-Benjumea, M. A., & Gomez, C. M. (2015). Co-maturation of theta and low-beta rhythms during child development. *Brain Topography*, 28, 250–260. <https://doi.org/10.1007/s10548-014-0369-3>
- Windt, J. M. (2020). Consciousness in sleep: How findings from sleep and dream research challenge our understanding of sleep, waking, and consciousness. *Philosophy Compass*, 15(6), e12661. <https://doi.org/10.1111/phc3.12661>
- Vertes, R. P., Hoover, W. B., & Di Prisco, G. V. (2004). Theta rhythm of the hippocampus: Subcortical control and functional significance. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(3), 173–200. <https://doi.org/10.1177/1534582304273594>
- Voss, U. (2010). Changes in EEG pre and post awakening. *International Review of Neurobiology*, 93, 23–56. [https://doi.org/10.1016/S0074-7742\(10\)93002-X](https://doi.org/10.1016/S0074-7742(10)93002-X)
- Yakovenko, I. A., Petrenko, N. E., Tkachenko, O. N., Gandina, E. O., Puchkova, A. N., & Dorokhov, V. B. (2024). Interhemispheric asymmetry of the EEG rhythms coupling accompanies cognitive awakening during bimanual performance of a psychomotor test. *The European Physical Journal Special Topics*, 233, 607–614. <https://doi.org/10.1140/epjs/s11734-023-01060-8>

Yang, L., Leung, H., Plank, M., Snider, J., & Poizner, H. (2015). EEG activity during movement planning encodes upcoming peak speed and acceleration and improves the accuracy in predicting hand kinematics. *IEEE Journal of Biomedical and Health Informatics*, 19(1), 22–28.

Поступила в редакцию: 03.06.2025

Поступила после рецензирования: 26.09.2025

Принята к публикации: 12.01.2026

### Заявленный вклад авторов

**Ирина Анатольевна Яковенко** – проведение теоретического анализа по проблеме исследования, интерпретация и описание полученных количественных и качественных результатов

**Евгений Алексеевич Черемушкин** – количественная и качественная обработка полученных данных, оформление результатов в форме рисунков и таблиц

**Владимир Борисович Дорохов** – разработка концепции; подготовка текста статьи.

### Информация об авторах

**Ирина Анатольевна Яковенко** – кандидат биологических наук, старший научный сотрудник лаборатории нейробиологии сна и бодрствования, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт высшей нервной деятельности и нейрофизиологии Российской академии наук, Москва, Россия; Researcher ID: AAC-3123-2022, Scopus ID: 6601985071, Author ID: 94039, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0391-7266>; e-mail: [irinayakovenko@mail.ru](mailto:irinayakovenko@mail.ru)

**Евгений Алексеевич Черемушкин** – кандидат биологических наук, старший научный сотрудник лаборатории нейробиологии сна и бодрствования, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт высшей нервной деятельности и нейрофизиологии Российской академии наук, Москва, Россия; Researcher ID: AAC-4483-2022, Scopus ID: 7004108942, Author ID: 82931, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6902-8077>; e-mail: [ivnd@mail.ru](mailto:ivnd@mail.ru)

**Владимир Борисович Дорохов** – доктор биологических наук, заведующий лабораторией, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт высшей нервной деятельности и нейрофизиологии Российской академии наук, Москва, Россия; Researcher ID: O-1030-2017, Scopus ID: 55230058000, Author ID: 89361, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3533-9496>; e-mail: [vbdorokhov@mail.ru](mailto:vbdorokhov@mail.ru)

### Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Научная статья

УДК 159.9.07

<https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.11>

## Разработка и валидизация психодиагностической методики по оценке реабилитационного потенциала личности

Наталья М. Борозинец , Ольга В. Соловьева ,  
Маргарита Г. Водолажская , Алексей С. Лукьянов ,  
Татьяна С. Шеховцова , Олеся Д. Сальникова , Анна А. Дарган 

Северо-Кавказский федеральный университет, Ставрополь, Российская  
Федерация

Почта ответственного автора: [olga.vl.soloveva@gmail.com](mailto:olga.vl.soloveva@gmail.com)

---

### Аннотация

**Введение.** Разработана психодиагностическая методика для комплексной оценки реабилитационного потенциала личности. В содержании реабилитационного потенциала выделены компоненты и шкалы для диагностики: психофизиологический компонент – шкала индекса глубинной агрессивности, профессионально-педагогический компонент – шкалы обученности, обучаемости, мотивации к переобучению и труду, информированности о возможностях вторичной профессионализации; социально-средовой компонент – шкалы внешне-средовых факторов, социально-средовых факторов и социально-антропологических факторов. Каждая из шкал обеспечена совокупностью индикаторов, которые позволяют отразить уровни реабилитационного потенциала. Доказательность подхода подтверждена результатами процедур формализации психодиагностического инструмента. **Методы.** В исследовании приняли участие 345 респондентов в возрасте от 18 до 42 лет, из них 54% женского и 46% мужского пола. В качестве базы для валидизации использованы стандартизированные методики – тест А. Басса и А. Дарки (адаптирован А.К. Осницким), методика «Мотивация учебной деятельности: уровни и типы» (И.С. Домбровская), Опросник качества жизни ВОЗЖ-26, Шкала социального интеллекта Тромсо, Многомерная шкала восприятия социальной поддержки (Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский). Полученные данные обработаны с помощью релевантных статистических методов. **Результаты.** Разработанный инструмент проверен на надёжность. Оптимальное число индикаторов составляет 85

элементов. На основе эксплораторного и последующего конфирматорного факторного анализа они объединены в факторные модели для компонентов реабилитационного потенциала, которые имеют высокие значения проверочных показателей соответствия этих моделей эмпирическим данным. Получены высокие показатели конвергентной и дивергентной валидности. **Обсуждение результатов.** Для психофизиологического компонента получена двухфакторная (факторы «Обидчивость» и «Чувство вины» индекса глубинной агрессивности), для профессионально-педагогического – четырёхфакторная (факторы «Обученность», «Обучаемость», «Мотивация к переобучению и труду» и «Информированность о вторичной профессионализации»), для социально-средового – трёхфакторная (факторы «Внешне-средовые факторы», «Социально-средовые факторы» и «Социально-антропологические факторы») модели. Выделены уровни оценки как отдельных факторов, так и комплексных показателей для компонентов реабилитационного потенциала личности.

### **Ключевые слова**

реабилитационный потенциал, компоненты реабилитационного потенциала, психодиагностическая методика, шкалы структуры реабилитационного потенциала, факторные модели.

### **Финансирование**

Исследование выполнено в рамках государственного задания 1022101100016-7-5.1.1;5.3.2 Профессионально-психологическая реабилитация лиц с инвалидностью, приобретенной во время исполнения служебного долга в процессе боевых действий и специальных операций (FSRN 2023-0012), финансируемого Министерством науки и высшего образования Российской Федерации.

### **Для цитирования**

Борозинец, Н.М., Соловьева, О.В., Водолажская, М.Г., Лукьянов, А.С., Шеховцова, Т.С., Сальникова О.Д., Дарган, А.А. (2026). Разработка и валидизация психодиагностической методики по оценке реабилитационного потенциала личности. *Российский психологический журнал*, 22(1), 208–225. <https://doi.org/10.21702/rpj.2026.1.11>

---

### **Введение**

Современное общество сталкивается с комплексом вызовов, связанных с ростом числа лиц, нуждающихся в реабилитации и реинтеграции. К этой категории относятся не только люди с ограниченными возможностями здоровья вследствие заболеваний или

травм, но и инвалиды боевых действий, чья жизненная ситуация зачастую осложнена комплексом боевых психофизических травм и необходимостью адаптации к мирной жизни после экстремального опыта.

Эффективность реабилитационных процессов во многом зависит от индивидуально-психологических характеристик субъекта, его ресурсных возможностей, необходимых для преодоления негативных последствий травмы, в пределе – инвалидизации человека (Гудилина, 2012; Рогачева, 2008; Порохина, 2004; Bazanova, Auer & Sapina, 2018; Burton et al., 2015; Goodwin & Allan, 2019; Wade, 2023) и реабилитационного потенциала личности (Кулагина, Сенкевич, 2015; Хохлова, 2020).

В авторской трактовке реабилитационный потенциал рассматривается нами как динамическое сочетание осознаваемых и неосознанных психофизических, личностных и средовых ресурсов человека, определяющих его возможности и риски в преодолении состояния инвалидности и восстановлении своего социального и профессионального статуса в процессе реабилитационных воздействий (Борозинец и др., 2025).

Оценка реабилитационного потенциала будет эффективной с опорой на комплексный междисциплинарный подход, когда в процессе профессионально-психологической реабилитации важно оказывать оперативную помощь не по отдельно взятому направлению – психофизиологическому, психологическому, педагогическому или социальному, а в их единстве, комплексно и синхронно (Бонкало, 2023; Борозинец и др., 2023; Водолажская, Водолажский, 2018; Bruner & Woll, 2011; Cogan et al., 2019; Damasio et al., 2000; Knyazev, 2012; Petrie et al., 2014). Для этого требуется оперативная диагностика разных аспектов стартовых возможностей человека к восприятию такого рода помощи, что на теоретическом уровне определяется как феномен реабилитационного потенциала.

Вместе с тем, надёжные, валидные и в тоже время удобные в практическом использовании методы для комплексной диагностики реабилитационного потенциала, на основе которых можно выстраивать индивидуальную траекторию реабилитации, на сегодняшний день ещё не разработаны (Соловьева, 2023; Рогачева, 2008; Facione, Thomas-Pohl & Borrini, 2016; Simpson & Tate, 2007; Mosqueda, 1993; Wade, 2023). Такие инструменты помогли бы приблизиться к решению проблемы реабилитации, например, инвалидов боевых действий, т.к. комплексный междисциплинарный подход позволил бы не только оценить текущее состояние человека в восстановительный период, но и сформировать прогноз на дальнейшую его жизнь, реализацию способностей в условиях приобретенной инвалидности. В этой связи прогностическая значимость оценки реабилитационного потенциала имеет особую ценность для человека. Она позволяет актуализировать ресурсные возможности, на основе которых осуществляется реабилитация и полная ресоциализация личности.

В данной статье представлено описание доказательности пригодности инструмента комплексной оценки реабилитационного потенциала личности с точки зрения его стандартизации для трёх из четырёх компонентов реабилитационного потенциала,

выделенных на теоретическом уровне: психофизиологического (Водолажская, 2023), профессионально-педагогического (Борозинец, 2023), социально-средового (Дарган, 2024). Процедура и результаты соответствующего анализа для психологического компонента представлены в более ранней работе авторского коллектива (Соловьева, 2024). Опишем результаты для трёх оставшихся компонентов.

## Методы

В исследовании для целей стандартизации методики приняли участие 345 респондентов в возрасте от 18 до 42 лет ( $M = 27,4$ ,  $SD = 9,23$ ), из них 54% женского и 46% мужского пола.

Сбор данных был осуществлен при помощи сервиса Webanketa.

Рефлексия опыта практической психодиагностики позволила составить методику, включающую блоки, шкалы, показатели и индикаторы, направленные на раскрытие параметров, отнесённых к компонентам реабилитационного потенциала личности.

Методика разработана в форме опросника, включающего ряд утверждений (индикаторов), релевантных блокам, соответствующим компонентам реабилитационного потенциала и показателям, на которые блоки разбиты. Каждое утверждение предполагало многоуровневую оценку респондентом в диапазоне «да», «скорее да», «иногда», «скорее нет», «нет» (Борозинец, 2025).

Прежде всего, отобранные индикаторы методики были проанализированы на надёжность с использованием коэффициента  $\alpha$  Кронбаха (Кронбах, 1951; Носс, 2019) для оптимизации модели внутри каждого из компонентов.

Далее оптимальные модели подвергнуты конфирматорному анализу для выделения необходимого числа факторов, объясняющих общую дисперсию исследуемого признака.

После этого проведена проверка на конвергентную и дивергентную валидность с привлечением данных диагностики по имеющимся стандартизированным методикам, шкалы в которых могут отражать схожее содержание. В качестве базы для валидации выступили следующие измерительные инструменты:

- для психофизиологического компонента – тест А. Басса и А. Дарки, адаптированный А.К. Осницким (Басс & Дарки, 2005);
- для профессионально-педагогического компонента – методика «Мотивация учебной деятельности: уровни и типы» (Домбровская, 2007);
- для социально-средового компонента – Опросник качества жизни ВОЗКЖ-26 (Всемирная организация здравоохранения, 1995), Шкала социального интеллекта Тромсо (Сильвера, Мартиннуссен & Даль, 2001), Многомерная шкала восприятия социальной поддержки MSPSS (Сирота & Ялтонский, 2011).

На последнем этапе анализа данных осуществлялась квартильная стандартизация, позволяющая обозначить границы значений признака, отражающих уровни его выраженности.

При обработке данных использовалась программы IBM SPSS Statistics 23 (Наследов, 2011).

## Результаты

Для проверки надёжности методики использован традиционный метод анализа – коэффициент  $\alpha$  Кронбаха, позволяющий оценить вклад каждого индикатора во внутреннюю согласованность шкалы. Покомпонентно получены следующие данные.

Психофизиологический компонент. Первоначальная модель включала 20 индикаторов. Результаты анализа для исходного набора индикаторов таковы:  $\alpha = 0,589$  для  $N = 20$ . Исключение пунктов шкалы с низкими и заниженными значениями коэффициента корреляции привело к увеличению  $\alpha$  Кронбаха для скорректированной модели ( $\alpha = 0,911$  для  $N = 17$ ).

Профессионально-педагогический компонент. Первоначальная модель включала 25 индикаторов. Получен  $\alpha = 0,489$  для  $N = 25$ . Исключение пунктов шкалы с низкими и заниженными значениями коэффициента корреляции привело к увеличению  $\alpha$  Кронбаха для скорректированной модели ( $\alpha = 0,849$  для  $N = 22$ ).

Социально-средовой компонент. Первоначальная модель включала 28 индикаторов. Получен  $\alpha = 0,526$  для  $N = 28$ . Исключение пунктов шкалы с низкими и заниженными значениями коэффициента корреляции привело к увеличению  $\alpha$  Кронбаха для скорректированной модели ( $\alpha = 0,876$  для  $N = 24$ ).

Результаты свидетельствуют об удовлетворительной и хорошей внутренней согласованности блоков методики, направленных на диагностику компонентов реабилитационного потенциала. С учётом полученных данных в итоговом варианте методики осталось 85 индикаторов.

Для определения эффективности комплексной диагностики феномена реабилитационного потенциала мы решали задачу выделения и обоснования факторов внутри компонентов, оценивающих их разные стороны. Был использован эксплораторный факторный анализ (метод выделения – метод главных компонент, метод вращения – варимакс с нормализацией Кайзера; модели сошлись за 3-5 итераций). Результаты этого анализа для оптимальных факторных моделей по каждому из компонентов реабилитационного потенциала представлены в таблице 1.

**Таблица 1**

*Факторные нагрузки пунктов опросника на реабилитационный потенциал личности  
 (оптимальные модели для трёх компонентов, N=345)*

Индикаторы	Факторы			
	1	2	3	4
Психофизиологический компонент				
<i>Обидчивость</i>				
Недополучение положенного		,651		
Заниженная оценка своих возможностей		,674		
Огорчение судьбой		,601		
Анаттрактивная коммуникация		,802		
Завистливость		,829		
Скрываемая «трудовая асоциальность»		,643		
Несправедливость жизни		,638		
Ненависть к людям		,614		
<i>Чувство вины</i>				
Совестливость от обмана		,778		
Стыд от мыслей		,674		
Навязывание вины неработающим		,712		
Угнетённость от недостатка помощи родителям		,783		
Желание прощения грехов		,576		
Поступки для сожаления		,564		
Огорчение от неудач		,535		
Совестливость от неправильного поступка		,611		
Неправильность прожитой жизни		,713		
Профессионально-педагогический компонент				
<i>Обученность</i>				
Хорошая учёба		,546		
Высокий профессионализм		,904		
Высокая оценка на работе		,673		

Индикаторы	Факторы			
	1	2	3	4
Умение самопрезентации	,661			
<i>Обучаемость</i>				
Лёгкость в обучении новому	,689			
Готовность учиться новому	,681			
Желание роста профессиональной квалификации	,549			
<i>Мотивация к переобучению и труду</i>				
Польза обществу	,589			
Возможность личностного роста, творчества	,673			
Высокий социальный статус и карьера	,640			
Возможность хорошо зарабатывать	,598			
Желание переобучаться при наличии инвалидности	,744			
Готовность учиться заново	,734			
Наличие собственных ресурсов для переобучения и трудоустройства	,675			
Готовность к смене профессии	,733			
Приложение усилий при переобучении	,743			
Желание профориентационной помощи	,562			
Заинтересованность в переобучении	,654			
<i>Информированность о вторичной профессионализации</i>				
Знание о профессиях при наличии инвалидности	,576			
Знание о переобучении при наличии инвалидности	,643			
Предпочитаемая профессиональная область для переобучения	,578			
Знание о месте переобучения	,672			

Индикаторы	Факторы			
	1	2	3	4
<i>Социально-средовой компонент</i>				
<i>Внешне-средовые факторы</i>				
Удовлетворенность государственной поддержкой		,823		
Удовлетворённость материальным положением		,698		
Удовлетворённость средствами реабилитации		,661		
Удовлетворённость медицинской помощью		,765		
Свободная мобильность		,536		
Доступность объектов и услуг		,559		
Бытовая адаптация		,667		
Отношение других как к равному		,653		
Отношение других с уважением		,599		
<i>Социально-средовые факторы</i>				
Работа как повышение социального статуса		,734		
Большее уважение для работающего инвалида		,765		
Полезность опыта боевых действий		,730		
Ценность хорошей работы в ближайшем окружении		,699		
Хорошая работа для содержания семьи		,674		
Финансовая независимость от близких		,670		
Поддержка семьи в вопросах трудоустройства		,711		
<i>Социально-антропологические факторы</i>				
Работа как способ решения личных проблем		,659		
Работа как императив		,640		
Личное трудоустройство как пример другим		,655		
Активность контактов с социальными организациями		,589		
Рефлексия поступков других людей		,576		
Рефлексия своих поступков		,540		
Адаптации к стрессовой ситуации		,711		
Эффективная коммуникация		,659		

Как видно в таблице 1, факторные модели для компонентов реабилитационного потенциала личности следующие:

- психофизиологический компонент – двухфакторная модель (факторы – «Обидчивость» и «Чувство вины» как слагаемые индекса глубинной агрессивности);
- профессионально-педагогический компонент – четырёхфакторная модель (факторы «Обученность», «Обучаемость», «Мотивация к переобучению и труду», «Информированность о вторичной профессионализации»);
- социально-средовой компонент – трёхфакторная модель (факторы «Внешне-средовые факторы», «Социально-средовые факторы», «Социально-антропологические факторы»).

Далее был проведён подтверждающий факторный анализ. Результаты представлены в таблице 2.

**Таблица 2**

*Параметры моделей для трёх компонентов методики диагностики реабилитационного потенциала личности*

Компоненты	CFI	TLI	chi-sq		RMSEA	SRMR
			$\chi^2$	p		
Психофизиологический компонент (двухфакторная модель)	0,931	0,952	64,320	0,001	0,034	0,028
Профессионально-педагогический компонент (четырёхфакторная модель)	0,847	0,905	40,243	0,038	0,057	0,071
Социально-средовой компонент (трёхфакторная модель)	0,910	0,879	43,287	0,019	0,045	0,056

Как видно из таблицы 2, модели для компонентов предполагают следующие показатели пригодности:

- двухфакторная модель психофизиологического компонента – показатели CFI = 0,931, TLI = 0,952,  $\chi^2 = 64,320$  (p = 0,001), индексы RMSEA = 0,034 (90% CI [0,027; 0,056]), SRMR = 0,028 находятся на высоком уровне значимости, что свидетельствует о соответствии модели эмпирическим данным;
- четырёхфакторная модель профессионально-педагогического компонента – показатели CFI = 0,847, TLI = 0,905,  $\chi^2 = 40,243$  (p = 0,038), индексы RMSEA = 0,057

(90% CI [0,039; 0,069]), SRMR = 0,071 находятся на удовлетворительном и хорошем уровне значимости, что свидетельствует о соответствии модели эмпирическим данным;

- трёхфакторная модель социально-средового компонента – показатели CFI = 0,910, TLI = 0,879,  $\chi^2 = 43,287$  ( $p = 0,019$ ), индексы RMSEA = 0,045 (90% CI [0,037; 0,061]), SRMR = 0,056 находятся на хорошем и удовлетворительном уровнях значимости, что свидетельствует о соответствии модели эмпирическим данным.

Валидность (конвергентная и дивергентная) методики диагностики компонентов реабилитационного потенциала личности, оценивалась с привлечением уже прошедших апробацию стандартизированных методик диагностики агрессивности, мотивации учения и социально-коммуникативных особенностей. При этом в таблице 3 по столбцам показаны факторы для трёх компонентов реабилитационного потенциала, представленные совокупностью шкал для каждого из факторов. По строкам даны шкалы стандартизированных методик.

**Таблица 3**

*Взаимосвязь шкал разработанной методики на измерение компонентов реабилитационного потенциала личности и имеющихся стандартизированных методик*

Шкалы	Обидчивость	Чувство вины	Обученность	Обучаемость	Мотивация	Информированность	Внешне-средовые факторы	Социально-средовые факторы	Социально-антропологические факторы
Угрызения совести	.611**	.758**	-.278	-.211	.103	.139	.234	.119	.167
Обида	.689**	.512**	.089	-.101	.120	.082	.021	-.141	.019
Познание	.177	.220	.431**	.398*	.378*	.123	.170	.029	-.103
Личностная мотивация	-.219	.152	.389*	.506**	.432**	.328*	-.032	.049	.122
Когнитивный мотив	-.121	.017	.231	.544**	0,368*	.229	-.032	.187	.287
Социальность знания	-.190	-.254	.369*	.378*	.432**	.511**	.137	-.128	.206
Качество жизни	.116	.128	-.182	-.221	.233	-.188	.634**	.539**	.367*
Соцподдержка	.008	.193	-.036	.002	-.061	.227	.337*	.478**	.439**
Соцнавыки	-.132	.201	.217	.108	-.198	.231	.289	.389*	.334*

**Примечание.** \* –  $p < 0,05$ , \*\* –  $p < 0,01$ ,

Как видно из таблицы 3, шкалы угрызения совести и обиды прямо коррелируют с соответствующими шкалами нашей методики, относящимися к психофизиологическому компоненту:  $r = 0.611$ ,  $r = 0.758$  и  $r = 0.689$ ,  $r = 0.512$ ; при этом для остальных компонентов у данных шкал связи не обнаружено. Для шкал «Познание», «Личностная мотивация», «Когнитивный мотив» и «Социальность знания» из методики на мотивацию учения есть прямые значимые связи со шкалами нашей методики, относящимся к профессионально-педагогическому компоненту:  $r = 0.431$ ,  $r = 0.398$ ,  $r = 0.378$  и  $r = 0.123$  (нет связи) для первой шкалы,  $r = 0.389$ ,  $r = 0.506$ ,  $r = 0.432$  и  $r = 0.328$  для второй шкалы,  $r = 0.231$  (нет связи),  $r = 0.544$ ,  $r = 0.368$  и  $r = 0.229$  (нет связи) для третьей шкалы,  $r = 0.369$ ,  $r = 0.378$ ,  $r = 0.432$  и  $r = 0.511$  для четвёртой шкалы по отношению к факторам «Обученность», «Обучаемость», «Мотивация переобучения и труда» и «Информированность о вторичной профессионализации» соответственно. Для шкал «Качество жизни» (методика ВОЗКЖ-26), «Соцподдержка» (Многомерная шкала восприятия социальной поддержки) и «Соцнавыки» (Шкала социального интеллекта Тромсо) выявлены значимые прямые связи со шкалами нашей методики:  $r = 0.634$ ,  $r = 0.539$  и  $r = 0.367$  для первой шкалы,  $r = 0.337$ ,  $r = 0.478$  и  $r = 0.439$  – для второй шкалы и  $r = 0.289$  (нет связи),  $r = 0.389$  и  $r = 0.334$  – для третьей шкалы по отношению к факторам «Внешне-средовые факторы», «Социально-средовые факторы» и «Социально-антропологические факторы» из нашей методики соответственно.

Таким образом, прослеживается конвергентная и дивергентная валидность – есть связи смежными шкалами новой методики и уже имеющихся стандартизированных методик, и отсутствуют с несхожими шкалами.

Для определения общего уровня выраженности компонентов реабилитационного потенциала личности мы воспользовались квартильной стандартизацией для исходных данных, что позволило выделить высокие, средние и низкие значения показателя, представленные конкретными баллами, что удобно для целей компьютеризации методики и соответствующей ускоренной обработки результатов психодиагностического обследования (таблица 4). В целом, по методике для каждой отдельной шкалы по укрупнённым показателям внутри компонентов и по компонентам в целом получены интервалы значений низкого, среднего и высокого уровня выраженности признака. Для удобства отразим только четыре блока показателей.

**Таблица 4**

*Уровни выраженности четырёх укрупнённых блоков показателей методики диагностики реабилитационного потенциала*

Уровни / параметры	Индекс психофизиологической ресурсности (глубинной агрессивности)	Индекс психологической ресурсности	Индекс профессионально-педагогической ресурсности	Индекс социально-средовой ресурсности
Низкий	0 – 25,7	0 – 9,1	0 – 6,3	0 – 11,7
Средний	25,8 – 33,9	9,2 – 13,6	6,4 – 9,4	11,8 – 16,6
Высокий	34,0 и выше	13,7 и выше	9,5 и выше	16,7 и выше

В итоговой версии методики каждый уровень соответствующего компонента интерпретирован в контексте пояснений и рекомендаций, ориентированных на восприятие обоих участников реабилитационного процесса: реабилитанта и специалиста. Для реабилитантов интерпретация представлена в речевых оборотах и ассоциациях, доступных на общеупотребительном уровне. Для специалистов – в профессиональных терминах и профессионально ориентированном содержании (Борозинец и др., 2025).

## Обсуждение результатов

Полученные результаты свидетельствуют о том, что реабилитационный потенциал личности может быть диагностирован с использованием оригинальной авторской методики, включающей 85 индикаторов, релевантным четырем компонентам – психологическому, психофизиологическому, профессионально-педагогическому и социально-средовому. Данные выводы согласуются с исследованиями, описывающими особенности оценки реабилитационного потенциала личности (Рогачева, 2008; Хохлова, 2020; Wade, 2023). С учётом ранее проведённого анализа, касающегося психологического компонента реабилитационного потенциала (Соловьева, 2024), результаты которого согласованы с данными имеющихся исследований (Гудилина, 2012; Кулагина & Сенкевич, 2015; Порохина, 2004), можно говорить о том, что целостная методика предполагает укрупнение по четырём блокам показателей, среди которых:

- психологический (показатели «Адаптированность», «Качество жизни», «Оптимизм» шкалы «Поведенческая сфера», показатели «Внутриличностный конфликт», «Нервно-психическая устойчивость» шкалы «Аффективная сфера», показатели «Интеллект», «Внимание», «Память» шкалы «Когнитивный компонент», содержательно отражающие собой психологическую ресурсность субъекта);
- психофизиологический (показатели «Обидчивость» и «Чувство вины», шкалы «Индекс глубинной агрессивности», содержательно отражающие собой психофизиологическую ресурсность субъекта);
- профессионально-педагогический (показатели «Учебно-профессиональная компетентность», «Самопрезентация» шкалы «Обученность», показатели «Способность учиться новому», «Готовность учиться» шкалы «Обучаемость», показатели «Мотивы выбора профессии», «Самомотивация к переобучению и трудовой деятельности», «Готовность к смене профессии», «Позиция в отношении переобучения и трудоустройства» шкалы «мотивация к переобучению и труду», показатели «Общая осведомлённость», «Понимание способов» шкалы «Информированность о вторичной профессионализации», содержательно отражающие профессионально-педагогическую ресурсность субъекта);
- социально-средовой (показатели «Удовлетворённость социальной политикой и социальной защитой государства», «Удовлетворённость доступностью среды», «Инклюзивная и социальная культура» шкалы «Внешне-средовые факторы»,

показатели «Влияние формального социального окружения», «Влияние неформального социального окружения» шкалы «Социально-средовые факторы», показатели «Социальная мотивация и активность», «Социальная коммуникация и социальное взаимодействие» шкалы «Социально-антропологические факторы», содержательно отражающие социально-средовую ресурсность субъекта).

Таким образом, разработанная психодиагностическая методика может быть использована для оценки реабилитационного потенциала личности в контексте четырёхкомпонентной комплексной междисциплинарной структуры с возможностью выделения уровней оценки как по каждому компоненту отдельно, так и комплексно. На основе получаемых результатов представляется возможным формирование индивидуальных траекторий профессионально-психологической реабилитации как в интерпретации для самого респондента, так и в стратегии реабилитационной работы для специалиста.

### **Выводы**

Реабилитационный потенциал определяется нами как динамическое сочетание осознаваемых и неосознанных психофизических, личностных и средовых ресурсов человека, состоящее из психофизиологического компонента, связанного с глубинной дизэнцефально генерируемой аутоагрессивностью, психологического компонента, охватывающего поведенческие, аффективные и когнитивные особенности, профессионально-педагогического компонента, подразумевающего сохранение профессиональные компетенции, способность к обучению и переквалификации и социально-средового компонента, учитывающего поддержку государства, социального окружения, доступность реабилитационной инфраструктуры и социокультурные условия адаптации.

Разработанная методика диагностики продемонстрировала высокие психометрические характеристики, подтверждённые комплексным статистическим анализом. Результаты исследования свидетельствуют о значительной надёжности инструмента, что подтверждается высокими значениями коэффициента  $\alpha$  Кронбаха для оптимизированных моделей.

Конструктивная валидность методики была последовательно обоснована в ходе многоэтапного анализа: первоначальный эксплораторный факторный анализ с применением метода главных компонент и варимакс-вращения выявил устойчивые факторные структуры, которые впоследствии были верифицированы посредством конфирматорного факторного анализа, показавшего хорошее соответствие моделей эмпирическим данным.

Доказательства конвергентной валидности были получены через значимые корреляции ( $r=0,334-0,758$  при  $p < 0,05$ ) с аналогичными шкалами стандартизированных методик, в то время как дивергентная валидность подтверждалась отсутствием значимых связей ( $r < 0,278$  при  $p > 0,05$ ) с методиками, измеряющими принципиально иные конструкты.

Процедура стандартизации, основанная на квартильном анализе, позволила установить чёткие нормативные границы – высокий, средний и низкий уровни. При этом нормативные показатели были разработаны как для отдельных факторов внутри компонентов (с учётом их специфики), так и для интегрального показателя реабилитационного потенциала, что обеспечивает дифференцированную интерпретацию результатов диагностики.

По результатам апробации можно говорить о пригодности данного психодиагностического инструмента для использования в исследовательских и практических целях и рекомендовать его к применению специалистами, работающими с лицами с инвалидностью для оценки реабилитационного потенциала.

## Литература

- Басс, А., & Дарки, А. (2005). Методика диагностики показателей и форм агрессии (адаптация А. К. Осницкого). В А. А. Карелин (Ред.), *Психологические тесты*, 1, 144–152.
- Бонкало, Т. И. (2023). *Комплексная реабилитация участников специальной военной операции на Украине: дайджест январь–февраль 2023*. ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ».
- Борозинец, Н. М., Соловьева, О. В., Сальникова, О. Д., и др. (2025). *Компьютерная методика диагностики реабилитационного потенциала у лиц с инвалидностью, приобретённой в процессе боевых действий и специальных военных операций* [Электронный ресурс]. Правообладатель ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет». № 2025615116; заявл. 13.03.2025; зарегистрировано 03.04.2025. Режим доступа: <https://ncfu-test-rehab.ru/> (дата обращения: 27.04.2025).
- Борозинец, Н. М., Водолажская, М. Г., Сальникова, О. Д., Соловьева, О. В., & Шеховцова, Т. С. (2023). Концепция профессионально-психологической реабилитации лиц с инвалидностью, приобретённой в процессе боевых действий и специальных военных операций в контексте ресурсного потенциала образовательных организаций высшего образования. *Психологическая наука и образование*, 28(6), 53–61. <https://doi.org/10.17759/pse.2023280605>
- Борозинец, Н. М., Козловская, Г. Ю., Водолажский, Г. И., Водолажская, М. Г., Соловьева, О. В., Прилепко, Ю. В., Бракер, Е. Л., Шеховцова, Т. С., Эм, Е. А., Кухлеева, А. В., Сальникова, О. Д., Дарган, А. А., & Колокольникова, М. В. (2025). *Реабилитационный потенциал лиц с приобретённой инвалидностью: смыслы, дискурсы, подходы: монография*. Ставрополь: Изд-во СКФУ.
- Водолажская, М. Г., & Водолажский, Г. И. (2018). Нейрофизиологические предпосылки к новой классификации отрицательных эмоциональных состояний. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 4: Естественно-математические и технические науки*, 2(221), 57–63.
- Водолажская, М. Г., Водолажский, Г. И., & Филиппов, Ю. А. (2023). Психофизиологические предпосылки к выявлению коррекционных свойств киберспорта. *Человек. Спорт. Медицина*, 23(1), 59–65. <https://doi.org/10.14529/hsm230108>
- Водолажская, М. Г., Водолажский, Г. И., Борозинец, Н. М., и др. (2025). Сравнительный анализ коррекционного эффекта тренировочных этапов киберспорта лиц с инвалидностью, участвовавших и не участвовавших в боевых действиях. *Человек. Спорт. Медицина*, 25(1), 169–175. <https://doi.org/10.14529/hsm250121>
- Всемирная организация здравоохранения. (1995). *Опросник качества жизни ВОЗКЖ-26* [Электронный ресурс]. URL: <https://www.who.int/>

- Гудилина, О. Н. (2012). Специфика личностного реабилитационного потенциала подростков с нарушениями статодинамической функции в связи со временем возникновения нарушения и степенью его тяжести. *Психологическая наука и образование PsyEdu.ru*, 4(4).
- Дарган, А. А., & Сальникова, О. Д. (2024). Потребность лиц с инвалидностью, приобретенной во время участия в специальной военной операции, в получении профессионального образования и профессиональной переподготовке. *Вестник Северо-Кавказского федерального университета*, 5(104), 130–138. <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2024.5.14>
- Домбровская, И. С. (2007). *Мотивация учебной деятельности: уровни и типы* [Электронный ресурс]. URL: <https://psylist.net/praktikum/00458.htm>
- Кулагина, И. Ю., & Сенкевич, Л. В. (2015). Реабилитационный потенциал личности при различных хронических заболеваниях. *Культурно-историческая психология*, 11(1), 50–60.
- Кронбах, Л. Дж. (1951). Коэффициент  $\alpha$  Кронбаха: метод оценки надёжности психологических тестов. *Психометрика*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>
- Наследов, А. Д. (2011). *SPSS 19: профессиональный статистический анализ данных*. Санкт-Петербург: Питер.
- Носс, И. Н. (2019). *Психодиагностика: критерии качества измерений* (гл. 5 «Надёжность методик», с. 178–215). Москва: Когито-Центр.
- Порохина, Ж. В. (2004). *Психологический реабилитационный потенциал инвалида (на примере больных с ишемической болезнью сердца)* [Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук]. Москва.
- Рогачева, Т. В. (2008). Проблемы оценки психологического реабилитационного потенциала детей-инвалидов. В *Социальная работа и сестринское дело в системе здравоохранения и социальной защиты населения: проблемы профессиональной деятельности и перспективы подготовки кадров: материалы межрегиональной научно-практической конференции*. Екатеринбург.
- Сильвера, Д. Х., Мартинуссен, М., & Даль, Т. И. (2001). Шкала социального интеллекта Тромсо (TSIS). *Психологическая диагностика*, 3, 56–67.
- Сирота, Н. А., & Ялтонский, В. М. (2011). Многомерная шкала восприятия социальной поддержки (MSPSS). *Социальная и клиническая психиатрия*, 21(2), 34–42.
- Соловьева, О. В., Лукьянов, А. С., Борозинец, Н. М., Прилепко, Ю. В., & Браккер, Е. Л. (2024). Комплексная психологическая экспресс-диагностика реабилитационного потенциала участников боевых действий с инвалидностью. *Российский психологический журнал*, 21(4), 188–310. <https://doi.org/10.21702/xd8egt80>
- Соловьева, О. В. (2023). Основы изучения реабилитационного потенциала личности, инвалидизированной в ходе боевых действий и специальных военных операций. В *Инклюзивные процессы в международном образовательном пространстве: материалы VIII Международного интернет-симпозиума*. Ставрополь.
- Хохлова, О. И. (2020). Реабилитационный потенциал личности и функциональная независимость лиц с травматической болезнью спинного мозга. *Полтравма*, (3).
- Bazanava, O. M., Auer, T., & Sapina, E. A. (2018). On the efficiency of individualized theta/beta ratio neurofeedback combined with forehead EMG training in ADHD children. *Frontiers in Human Neuroscience*, 12, Article 3. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2018.00003>
- Bruner, V. E., & Woll, P. (2011). The battle within: Understanding the physiology of war-zone stress exposure. *Social Work in Health Care*, 50, 19–33.
- Burton, C. R., Fischer, A., Green, T., & Booth, J. (2015). What is rehabilitation potential? Development of a theoretical model through the accounts of healthcare professionals working in stroke rehabilitation services. *Disability and Rehabilitation*, 37(21), 1955–1960. <https://doi.org/10.3109/09638288.2014.991454>

- Cogan, A. M., Haines, C. E., Devore, M. D., et al. (2019). Occupational challenges in military service members with chronic mild traumatic brain injury. *American Journal of Occupational Therapy*, 73(3), 112–119.
- Damasio, A. R., Grabowski, T. J., & Bechara, A. (2000). Subcortical and cortical brain activity during the feeling of self-generated emotions. *Nature Neuroscience*, 3(10), 1049.
- Facione, J., Thomas-Pohl, M., & Borrini, L. (2016). Rehabilitation after a war injury. *Revue du Praticien*, 66(7), 799–803.
- Goodwin, V. A., & Allan, L. M. (2019). “Mrs Smith has no rehab potential”: Does rehabilitation have a role in the management of people with dementia? *Age and Ageing*, 48(1), 5–7. <https://doi.org/10.1093/ageing/afy152>
- Knyazev, G. G. (2012). EEG delta oscillations as a correlate of basic homeostatic and motivational processes. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 36(1), 677–695.
- Mosqueda, L. A. (1993). Assessment of rehabilitation potential. *Clinics in Geriatric Medicine*, 9(4), 689–703.
- Petrie, E. C., Cross, D. J., Yarnykh, V. L., Richards, T., Martin, N. M., Pagulayan, K., Hoff, D., Hart, K., Mayer, C., Tarabochia, M., Raskind, M. A., Minoshima, S., & Peskind, E. R. (2014). Neuroimaging, behavioral, and psychological sequelae of repetitive combined blast/impact mild traumatic brain injury in Iraq and Afghanistan war veterans. *Journal of Neurotrauma*, 31(5), 425–436. <https://doi.org/10.1089/neu.2013.2952>
- Simpson, G., & Tate, R. (2007). Sociality in people surviving a traumatic brain injury: Prevalence, risk factors and implications for clinical management. *Brain Injury*, 21(13–14), 1335–1351.
- Wade, D. T. (2023). Rehabilitation potential: A critical review of its meaning and validity. *Clinical Rehabilitation*, 37(7), 869–875. <https://doi.org/10.1177/02692155221147606>

## Приложение

Полная версия опросника: Режим доступа: <https://ncfu-test-rehab.ru/>

Борозинец, Н. М., Соловьева, О. В., Сальникова, О. Д., и др. (2025). Компьютерная методика диагностики реабилитационного потенциала у лиц с инвалидностью, приобретённой в процессе боевых действий и специальных военных операций [Электронный ресурс]. Правообладатель ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет». № 2025615116; заявл. 13.03.2025; зарегистрировано 03.04.2025. Режим доступа: <https://ncfu-test-rehab.ru/> (дата обращения: 25.03.2026).

Поступила в редакцию: 02.06.2025

Поступила после рецензирования: 11.11.2025

Принята к публикации: 16.12.2025

## Заявленный вклад авторов

**Наталья Михайловна Борозинец** – концептуальная идея и дизайн исследования реабилитационного потенциала лиц с инвалидностью, приобретённой в процессе боевых действий специальных операций.

**Ольга Владимировна Соловьева** – обоснование актуальности и теоретико-методологических основ комплексного исследования.

**Маргарита Геннадьевна Водолажская** – обоснование актуальности и теоретико-методологических основ исследования, касаемых психофизиологического компонента.

Лукьянов Алексей Сергеевич — осуществление вторичной математической обработки данных, полученных в ходе диагностики. Проверка диагностического инструмента на валидность и надёжность. Редактирование окончательного варианта статьи.

**Татьяна Сергеевна Шеховцова** – обоснование актуальности и теоретико-методологических основ исследования, касаемых профессионально-педагогического компонента.

**Олеся Дмитриевна Сальникова** – обоснование актуальности и теоретико-методологических основ исследования, касаемых социально-средового компонента.

**Анна Александровна Дарган** – сбор, обработка, первичный анализ и интерпретация диагностических данных, необходимых для валидации методики диагностики.

## Информация об авторах

**Наталья Михайловна Борозинец** – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Researcher ID: GWM-4926-2022, Scopus ID: 55982134100, Author ID (РИНЦ): 279227, SPIN-код РИНЦ: 8853-7798, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1167-7132>; e-mail: [nataboroz@yandex.ru](mailto:nataboroz@yandex.ru)

**Ольга Владимировна Соловьева** – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Researcher ID: GWM-5158-2022, Scopus ID: 57223136716, Author ID (РИНЦ): 654505, SPIN-код РИНЦ: 3073-0484, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4210-3334>; e-mail: [olga.vl.soloveva@gmail.com](mailto:olga.vl.soloveva@gmail.com)

**Маргарита Геннадьевна Водолажская** – доктор биологических наук, профессор, профессор кафедры коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Researcher ID: G-3096-2015, Scopus ID: 6603291828, Author ID (РИНЦ): 121411, SPIN-код РИНЦ: 2948-8054, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3934-6733>; e-mail: [domabiomed@yandex.ru](mailto:domabiomed@yandex.ru)

**Алексей Сергеевич Лукьянов** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры социальной психологии и психологии безопасности ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Researcher ID: C-2197-2017, Scopus ID: 57224894988, Author ID (РИНЦ): 371173, SPIN-код

РИНЦ: 5505-2824, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6799-6215>; e-mail: [vspikul@yandex.ru](mailto:vspikul@yandex.ru)

**Татьяна Сергеевна Шеховцова** – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Scopus ID: 58845244700, Author ID (РИНЦ): 702688, SPIN-код РИНЦ: 7445-4505, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-0910-4919>; e-mail: [gts1802@yandex.ru](mailto:gts1802@yandex.ru)

**Олеся Дмитриевна Сальникова** – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Researcher ID: LOS-1497-2024, Scopus ID: 57224321919, Author ID (РИНЦ): 753701, SPIN-код РИНЦ: 7115-3157, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6607-3312>; e-mail: [djjanna@yandex.ru](mailto:djjanna@yandex.ru)

**Анна Александровна Дарган** – кандидат социологических наук, старший преподаватель кафедры коррекционной психологии и педагогики ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь, Российская Федерация; Author ID (РИНЦ): 887188, SPIN-код РИНЦ: 8153-1680, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-7387-0449>; e-mail: [annadargan@mail.ru](mailto:annadargan@mail.ru)

## Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Научное издание*

**РОССИЙСКИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ**

**2026**

**ТОМ 23 № 1**

Сдано в набор 26.03.2026 Подписано в печать 29.03.2026

Дата выхода в свет 30.03.2026

Цена свободная

Формат 210×297.

Печать цифровая. Тираж 100 экз.

Подготовлено к печати и отпечатано: "Особое приглашение"  
344006, Российская Федерация, г. Ростов-на-Дону, ул. Metallургическая 102/2, корпус  
«ИЛК», офис 305, E-mail: k@os-pr.ru