



**Новосибирский государственный
педагогический университет**

РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

НАУЧНЫЙ ПЕРИОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

№ 3 2024

Наталья Яковлевна Большунова

главный редактор, доктор психологических наук, профессор

Заместители главного редактора

Т. В. Белашина, кандидат психологических наук, доцент, Новосибирск

Н. А. Галюк, кандидат психологических наук, доцент, Новосибирск

Д. В. Иванов, кандидат педагогических наук, доцент, Новосибирск

Новосибирск

Учредитель: ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет»

Журнал «Развитие человека в современном мире/Human Development in the Modern World» зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций ПИ № ФС77-76340 от 19 июля 2019 г.

Журнал размещен в Научной электронной библиотеке и включен в базу данных «Российский индекс научного цитирования» (РИНЦ)

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ

Е. В. Бакшутова, доктор философских наук, кандидат психологических наук, профессор, Самара

Е. О. Ермолова, кандидат психологических наук, доцент, Новосибирск

С. Ю. Жданова, доктор психологических наук, профессор, Пермь

К. Б. Кадыров, доктор психологических наук, профессор, Ташкент (Узбекистан)

Е. И. Кузьмина, доктор психологических наук, профессор, Москва

Е. Ю. Коржова, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербург

М. К. Кабардов, доктор психологических наук, профессор, Москва

В. В. Лемиш, кандидат психологических наук, доцент, Омск

Ю. М. Перевозкина, доктор психологических наук, профессор, Новосибирск

О. А. Устинова, кандидат психологических наук, доцент, Новокузнецк

М. Г. Чухрова, доктор медицинских наук, профессор, Новосибирск

О. А. Шамшикова, кандидат психологических наук, профессор, Новосибирск

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Председатель

О. О. Андронникова, кандидат психологических наук, профессор, Новосибирск

Члены совета

Р. А. Агавелян, доктор психологических наук, профессор, Новосибирск

Н. С. Глуханюк, доктор психологических наук, профессор, Екатеринбург

А. В. Зобков, доктор психологических наук, профессор, Владимир

В. С. Чернявская, доктор педагогических наук, профессор, Владивосток

Л. В. Лидак, доктор психологических наук, профессор, Пятигорск

М. Миланков, доктор медицинских наук, профессор, Нови Сад (Сербия)

Т. И. Миронова, доктор психологических наук, профессор, Кострома

С. К. Нартова-Бочавер, доктор психологических наук, профессор, Москва

А. К. Осницкий, доктор психологических наук, профессор, Москва

М. М. Решетников, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербург

Б. Р. Кадыров, доктор психологических наук, профессор, Ташкент (Узбекистан)

Сенна Васконселос да Силва Валесно, доктор педагогики, профессор, Рио-де-Жанейро (Бразилия)

А. В. Серый, доктор психологических наук, профессор, Кемерово

И. Г. Соловьева, доктор медицинских наук, профессор, Новосибирск

Е. В. Черный, доктор психологических наук, профессор, Симферополь

М. А. Щукина, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербург

Е. В. Руденский, доктор социологических наук, профессор, Новосибирск

М. Я. Дворецкая, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербург



**Novosibirsk State
Pedagogical University**

HUMAN DEVELOPMENT IN THE MODERN WORLD

SCIENTIFIC PERIODICAL JOURNAL

№ 3 2024

Natalya Yakovlevna Bolshunova

Editor in chief, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor

Assistants of the Editor-in-chief

T. V. Belashina, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Novosibirsk

N. A. Galyuk, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Novosibirsk

D. V. Ivanov, Cand. of Sci. (Pedagogy), Associate Professor, Novosibirsk

Novosibirsk

The founders of the journal:

Federal state budgetary educational institution of higher education
Novosibirsk State Pedagogical University

The journal "Human Development in the Modern World" is registered by Federal service
on supervision in sphere of communication, information technologies
and mass communications PI № FC77-76340 from July, 19th, 2019

The journal is placed in the Scientific electronic library and is included
in the Russian Scientific Citation Index

MEMBERS OF EDITORIAL BOARD

- E. V. Bakshutova**, Doctor of Sci. (Philos.), Cand. of Sci. (Psychol.), Professor, Samara
E. O. Ermolova, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Novosibirsk
K. B. Kadyrov, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Tashkent (Uzbekistan)
S. Yu. Zhdanova, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Perm
E. I. Kuzmina, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Moscow
E. Yu. Korzhova, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, St. Petersburg
M. K. Kabardov, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Moscow
V. V. Lemish, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Omsk
Yu. M. Perevozkina, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Novosibirsk
O. A. Ustinova, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Novokuznetsk
M. G. Chuhrova, Doctor of Sci. (Medicine), Professor, Novosibirsk
O. A. Shamshikova, Cand. of Sci. (Psychol.), Associate Professor, Novosibirsk

EDITORIAL COUNCIL

Chairperson

- O. O. Andronnikova**, Cand. of Sci. (Psychol.), Professor, Novosibirsk

Council members

- R. A. Agavelyan**, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Novosibirsk
N. S. Glukhanyuk, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Ekaterinburg
A. V. Zobkov, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Vladimir
V. S. Chernyavskaya, Doctor of Sci. (Pedagogy), Professor, Vladivostok
L. V. Lidak, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Pyatigorsk
M. Milankov, PhD (Medicine), Professor, Novi Sad (Serbia)
T. I. Mironova, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Kostroma
S. K. Nartova-Bochaver, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Moscow
A. K. Osnitsky, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Moscow
M. M. Reshetnikov, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, St. Petersburg
B. R. Kadyrov, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Tashkent (Uzbekistan)
Senna Vasconcelos da Silva Valesio, Doctor of Sci. (Pedagogy), Professor,
Rio de Janeiro (Brazil)
A. V. Seryj, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Kemerovo
I. G. Solovyova, Doctor of Sci. (Medicine), Professor, Novosibirsk
E. V. Chernyj, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, Simferopol
M. A. Schukina, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, St. Petersburg
E. V. Rudensky, Doctor of Sci. (Sociol.), Professor, Novosibirsk
M. Ya. Dvoretzkaya, Doctor of Sci. (Psychol.), Professor, St. Petersburg

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

- Ермолова Е. О., Гладка А. В.* (Новосибирск, Россия) Дыхательные практики в повышении стрессоустойчивости личности 7
- Сизикова Т. Э., Сизиков А. В.* (Новосибирск, Россия) Прерогатива человека в эпоху искусственного интеллекта 20

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

- Агафонова П. А., Чернявская В. С.* (Владивосток, Россия) Направленность личности и самоотношение у подростков с позитивным и негативным образом тела 38
- Белашина Т. В., Капитонова Е. Д.* (Новосибирск, Россия) Особенности проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в подростковом возрасте 55

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД

- Большунова Н. Я., Одияк Е. В.* (Новосибирск, Россия), *Устинова О. А.* (Новокузнецк, Россия) Представления современных подростков об образе и о чувстве взрослости в современной социокультурной ситуации 69
- Кадыров К. Б., Каланходжаева К. Б.* (Ташкент, Узбекистан) Особенности эмоционального интеллекта студентов при разных профилях функциональной межполушарной асимметрии 83
- Силкин Р. С.* (Москва, Россия), *Силкина Н. В.* (Новосибирск, Россия) Генезис патриотического воспитания молодежи в нормативных документах и практиках начала XXI в. 93

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

- Андронникова О. О.* (Новосибирск, Россия) Об итогах работы городского круглого стола «Психолого-педагогические аспекты развития сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях г. Новосибирска и Новосибирской области» 107

Журнал основан в 2017 г.
Выходит 4 раза в год
Компьютерная верстка И. Т. Ильюк
Редактор Д. О. Зверева
Адрес редакции:
630126, г. Новосибирск, ул. Вилюйская, 28,
8(383) 244-00-95.
Адрес издательства и типографии:
630126, г. Новосибирск, ул. Вилюйская, 28,
8(383) 244-06-62.

Печать цифровая. Бумага офсетная.
Усл.-печ. л. 9,7. Уч.-изд. л. 6,9.
Тираж 1000 экз. Заказ № 112.
Формат 70x108/16.
Цена свободная
Дата выхода в свет: 10.10.2024
Отпечатано в Издательстве НГПУ

© ФГБОУ ВО «НГПУ», 2024
Все права защищены

CONTENTS

GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

- Ermolova E. O., Gladka A. V.* (Novosibirsk, Russia) Breathing practices in increasing stress resistance of the individual 7
- Sizikova T. E., Sizikov A. V.* (Novosibirsk, Russia) Human prerogative in the era of artificial intelligence 20

AGE PSYCHOLOGY

- Agafonova P. A., Chernyavskaya V. S.* (Vladivostok, Russia) Personality orientation and self-attitude in adolescents with positive and negative body image..... 38
- Belashina T. V., Kapitonova E. D.* (Novosibirsk, Russia) Peculiarities of manifestation of psychological defense mechanisms and coping strategies in adolescence 55

EDUCATIONAL PSYCHOLOGY AND PSYCHODIAGNOSTICS OF DIGITAL LEARNING ENVIRONMENTS

- Bolshunova N. Ya., Odiyak E. V.* (Novosibirsk, Russia), *Ustinova O. A.* (Novokuznetsk, Russia) Modern teenagers' ideas about the image and feeling of adulthood in the modern socio-cultural situation 69
- Kadyrov K. B., Kalankhodjaeva K. B.* (Tashkent, Uzbekistan) Features of emotional intelligence of students with different profiles of functional interhemispheric asymmetry 83
- Silkin R. S.* (Moscow, Russia), *Silkina N. V.* (Novosibirsk, Russia) Genesis of patriotic education of youth in normative documents and practices of the early XXI century 93

SCIENTIFIC LIFE

- Andronnikova O. O.* (Novosibirsk, Russia) On the results of the city round table “Psychological and pedagogical aspects of the development of a network of mediation (reconciliation) services in educational organizations of Novosibirsk and the Novosibirsk region” 107

The journal is based in 2017
Leaves 4 yearly
Electronic make-up operator I. T. Iliuk
Editor D. O. Zvereva
Editors address: 630126, Novosibirsk,
Vilyuiskaya, 28, т. 8(383) 244-00-95
Editors publisher and printing house:
630126, Novosibirsk, Vilyuiskaya, 28,
т. 8(383) 244-06-62

Printing digital. Offset paper
Printer's sheets: 9,7. Publisher's sheets: 6,9.
Circulation 1000 issues. Order № 112.
Format 70×108/16
Release date 10.10.2024
Printed by Publishing House of the NSPU

Научная статья

УДК 159.9

Дыхательные практики в повышении стрессоустойчивости личности

Екатерина Олеговна Ермолова¹, Анна Васильевна Гладка²

¹*Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия*

²*Территория молодежи, Новосибирск, Россия*

Аннотация. На сегодняшний день стресс – это одна из наиболее актуальных социально-экономических и социально-психологических проблем. В современном мире стресс встречается повсеместно и только от устойчивости нервной системы (в том числе, высокой стрессоустойчивости личности) зависит адекватная реакция личности на внешние и внутренние раздражители. К настоящему моменту достаточно много научных работ посвящено изучению феномена стресса, но наблюдается недостаток исследований, раскрывающих влияние стресса на личность предпринимателей и учет возможных отсроченных последствий. Эффективное управление стрессом и адаптация к непредвиденным ситуациям – залог успешных решений, которые ведут к росту и процветанию бизнеса. Одним из мощных инструментов, связывающих вегетативную нервную систему с сознанием, является дыхание, которое выступает не только физиологическим процессом организма, но и индикатором психического состояния личности. Однако наблюдается нехватка как теоретических, так и эмпирических исследований, определяющих роль дыхательных техник в повышении стрессоустойчивости личности предпринимателей. Таким образом, целью работы является систематизация дыхательных практик для восстановления ресурсного состояния и повышения стрессоустойчивости личности предпринимателей.

В статье рассматриваются теория и концепция стресса и стрессоустойчивого поведения личности. Выделены типы стресса и наиболее характерные типовые стрессовые ситуации для предпринимателей. Описаны возможные риски, связанные со стрессом и недостаточной стрессоустойчивостью в контексте современного предпринимательства. Уточнено понятие стрессоустойчивости. Рассмотрены значимость и востребованность простых, безопасных и эффективных дыхательных практик как превентивной меры для повышения стрессоустойчивости личности делового человека. В исследовании подчеркивается роль дыхательных практик в системе саморегуляции личности как один из наиболее доступных способов. Систематизирован и представлен перечень базовых дыхательных техник, которые, по мнению авторов, способны повысить и стабилизировать уровень стрессоустойчивости личности и одновременно восстанавливать, и поддерживать ресурсное состояние личности предпринимателей.

Ключевые слова: стресс; реакция на стресс; тревожность; стрессоустойчивость; личность; повышение стрессоустойчивости; дыхательные практики; концентрация внимания; контроль и управление дыханием; медитация; предприниматель.

Для цитирования: Ермолова Е. О., Гладка А. В. Дыхательные практики в повышении стрессоустойчивости личности // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 7–19.

Original article

Breathing practices in increasing stress resistance of the individual

Ekaterina O. Ermolova¹, Anna V. Gladka²

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

²*Youth Territory, Novosibirsk, Russia*

Abstract. Today stress is one of the most pressing socio-economic and socio-psychological problems. In modern society, stress is ubiquitous and only on the stability of the nervous system (including high stress resistance) depends on the reaction of the individual to external stimuli. Quite a lot of scientific works are devoted to the study of stress by now; there is a lack of studies revealing the impact of stress on the personality of entrepreneurs and consideration of possible delayed effects. Effective stress management and adaptation to unforeseen situations is the key to successful decisions that lead to business growth and prosperity. One of the powerful tools linking the autonomic nervous system to consciousness is breathing, which acts as more than just a physiological process of the body. However, there is a dearth of both theoretical and empirical research identifying the role of breathing techniques in enhancing stress resilience in entrepreneurs. Thus, the aim of this paper is to systematise breathing practices to restore the resource state and improve the stress tolerance of entrepreneurs.

The article deals with the theory and concept of stress and stress-resistant personal behavior. Types of stress are singled out; the most characteristic typical stressful situations for entrepreneurs are described. Possible risks associated with stress and insufficient stress resistance in the context of modern entrepreneurship are described. The concept of stress resistance is clarified. The significance and demand for simple, safe and effective breathing practices as a preventive measure to improve stress resistance of an entrepreneur is considered. The article deals with the theory and concept of stress and stress-resistant behavior. Types of stress are highlighted; the most typical stressful situations for entrepreneurs are described. Possible risks associated with stress and insufficient stress resistance in the context of modern entrepreneurship are described. The concept of stress resistance is clarified. The significance and demand for simple, safe and effective breathing practices as a preventive measure to improve stress resistance of a businessperson is considered. The study emphasizes the role of breathing practices in the system of self-regulation as one of the most accessible ways. A list of basic breathing practices is systematized and presented, which, according to the author, are able to increase and stabilize the level of stress resistance of a person and at the same time restore and maintain the resource state of entrepreneurs' personality.

Keywords: stress; stress response; anxiety; stress tolerance; increasing stress tolerance; personality; breathing practices; focus; breath control and management; meditation; entrepreneurs.

For citation: Ermolova E. O., Gladka A. V. Breathing practices in increasing stress resistance of the individual. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 7–19. (In Russ.)

Введение. Ключевая роль в экономическом развитии принадлежит предпринимателям, которые в ходе своей деловой активности развивают регионы и страну в целом, способствуя тем самым повышению качества жизни населения, но в условиях стремительного развития экономики и технологических изменений, предприниматели сталкиваются с неожиданными ситуациями, требующими постоянной адаптации и повышения стрессоустойчивости. Современная экономика ставит перед предпринимателями множество вызовов: создание новых товаров и услуг, внедрение инновационных технологий, освоение новых рынков, а также постоянное давление конкуренции [6].

В. В. Путин в 2018 г. на Петербургском экономическом форуме акцентировал внимание на важности создания комфортной деловой среды в России, что требует от предпринимателей высокой гибкости и адаптивности. Успешные предприниматели – это не только новаторы и визионеры, но и личности с высоким уровнем мотивации достижения. Еще известный экономист Й. Шумпетер в своей работе «Теория экономического развития» (1911) подчеркивал, что предпринимательство – это двигатель экономического развития, а успешная деятельность предпринимателей – залог процветания страны [15].

В связи с этим профессионалы в этой области обязаны иметь достаточно высокую стрессоустойчивость и непрерывно расширять и трансформировать имеющиеся компетенции, чтобы успешно преодолевать различные преграды.

Стресс – это глобальная проблема XXI в., которая оказывает значительное влияние на психологическое и физическое благополучие людей, в том числе и на успешных бизнесменов. Стресс – неотъемлемая часть предпринимательской жизни. Собственники бизнеса, как правило, не имеют стабильного дохода и постоянно сталкиваются с неопределенностью, что делает их особенно уязвимыми к стрессу. Быстрое принятие решений, необходимость постоянно адаптироваться к меняющимся условиям, а также ответственность за жизнь своего бизнеса – все это оказывает значительное влияние на психическое состояние личности [21].

По словам исследователей, процессы принятия решений, связанные с бизнесом, могут оказывать более сильное воздействие на организм, чем внешние стрессоры [12, с. 92]. Принятие решения о сделке, об увольнении сотрудника, инвестировании или о перелете может вызывать все физиологические признаки стресса – учащенное сердцебиение, повышение давления, потливость [12, с. 94]. Хорошо, если все эти параметры придут к норме через полчаса после принятия решения, но это маловероятно. Элементы тревожности среди населения формируются на фоне деформации социальной и культурной жизни общества. Также в нашей культуре нет традиции профилактики стресса. В школах и вузах не учат, как быть расслабленными и счастливыми [14].

Несмотря на то, что стресс становится все более актуальным фактором в жизни предпринимателей, на сегодняшний день отсутствует систематизация и популяризация доступных и эффективных методов для его профилактики. Многие техники требуют специального оборудования, времени и пространства, что не всегда доступно в динамичной среде предпринимательской деятельности. Напротив, про-

стые, безопасные и эффективные упражнения по повышению стрессоустойчивости в полевых условиях – контроль и управление дыханием – это превентивный инструмент для борьбы со стрессом, что представляет особый интерес для психологической науки и практики.

Таким образом, существует необходимость в систематизации простых, безопасных и эффективных дыхательных практик, которые могут быть применены в полевых условиях для повышения стрессоустойчивости и работоспособности предпринимателей, что является целью нашего исследования. Поставленная цель раскрывается в ряде задач:

1. Проанализировать общедоступные дыхательные практики и обосновать их влияние на психологическое благополучие личности.

2. Подобрать перечень простых в применении, безопасных и эффективных дыхательных практик для разных жизненных ситуаций, которые могут помочь предпринимателям справиться со стрессом, повышая стрессоустойчивость и улучшая качество жизни.

3. Систематизировать дыхательные практики для восстановления ресурсного состояния предпринимателей.

Достижение желаемого уровня стрессоустойчивости и ресурсного состояния возможно, по мнению авторов, при условиях: понимания, к какому состоянию стремится предприниматель (расслабление или мобилизация организма); предварительной подготовки и знания нужных техник восстановления; системного использования техник в повседневной жизни.

Теоретическая часть. Понятие стресс было введено в научный оборот У. Кенноном в 1920-х гг. Стресс – это естественная реакция организма на сильное воздействие, будь то внешнее или внутреннее. В контексте предпринимательства стресс может быть связан с давлением, необходимостью быстрого принятия решений, отсутствием стабильности и неопределенностью [12, с. 124]. Г. Селье в 1936 г. доказал, что стресс имеет существенные физиологические последствия для организма [12, с. 94]. Он продемонстрировал, как различные негативные факторы могут вызывать стрессовые реакции, которые влияют на гормональный баланс, иммунную систему и общее состояние как личности, так и организма.

Механизмы стрессовой реакции. Стрессовая ситуация запускает выброс норадреналина и адреналина – это эволюционно сформированный механизм, помогавший нашим предкам выживать. Однако за последние тысячелетия физиология человека осталась неизменной, в то время как образ жизни претерпел кардинальные изменения. Это несоответствие привело к тому, что эффективные механизмы выживания, вместо того чтобы помогать личности, зачастую провоцируют развитие заболеваний.

В прошлом перед лицом опасности человек должен был решать – сражаться или бежать. Адреналин подготавливал организм к активным действиям. Однако если мозг воспринимает опасность как реальную, а человек не реагирует, мышцы не используют адреналин. Это приводит к его накоплению в крови и усилению стрессовой реакции. Гипофиз в ответ вырабатывает эндорфины и энкефалины, повышая болевой порог и ослабляя чувство боли. В условиях стресса организм должен быть готов к активным действиям, а не к пассивному проведению времени перед экраном. Однако умеренный, контролируемый стресс, наоборот, может быть полезен для физического и психического здоровья личности.

Индивидуальные особенности реакции на стресс: степень раздражения, вызванная одним и тем же стимулом, варьирует у разных людей. Одно и то же событие может быть воспринято по-разному. Например, взаимодействие с раздраженным клиентом может вызывать длительные трудности с концентрацией у одного человека, в то время как другой быстро переключается на выполнение задач. Реакция на стресс зависит от состояния регуляторных процессов нервной системы человека, т. е. от его стрессоустойчивости.

Так, например, предприниматели сталкиваются с частыми перелетами. Их успешность и процветание бизнеса зависят от способности быстро восстанавливаться после командировок. Для эффективного управления тревожностью и предотвращения негативных последствий как для физического, так и психического здоровья следует освоить навыки управления дыханием. Многие считают это сложным, но всего 5 мин простых дыхательных упражнений способны восстановить спокойное дыхание и сердцебиение. После приземления воздушного судна предприниматель сможет продолжить активную деятельность, не тратя драгоценное время на восстановление от пережитого стресса во время перелета. Дыхательные упражнения доступны каждому, они эффективны и естественны [3].

Поведенческие реакции на стресс зависят не только от работы сердечной мышцы, но и от индивидуальных особенностей личности и умения справляться со стрессовыми ситуациями. Х. Фридман и Р. Розенман описали характеристики людей, склонных к сердечно-сосудистым заболеваниям: высокая соревновательность, враждебность, нетерпение, активность, быстрая речь, нежелание выслушать другую точку зрения. Авторы отнесли таких людей к типу А, оставив остальных в типе Б [13].

В современном мире выделен новый тип личности, склонный к развитию психосоматических заболеваний, таких как сердечно-сосудистые и желудочно-кишечные расстройства. Считается, что общим фактором для этой группы является неспособность контролировать свои желания. Если человек склонен к избыточному питанию, не способен ограничивать себя в пище, малоподвижен, не желает активно двигаться, употребляет табак и т. д., то это свидетельствует о дефиците волевых качеств. Неспособность справиться со своими влечениями отрицательно влияет на стрессоустойчивость.

Несмотря на научный прогресс, человек остается частью природы. Его тело – это результат адаптации к активному образу жизни, экстремальным физическим нагрузкам, недосыпанию и недоеданию. Недостаток движения – это фактор, который может привести к различным заболеваниям [4]. В условиях хронического стресса и малоподвижного образа жизни, как, например, у офисных работников, тело не получает необходимую нагрузку, что может негативно сказываться на его функционировании [12, с. 116–118].

Рассмотренная выше ситуация – это утрированная история жизни личности из офиса, именно там чаще всего проводят большую часть времени предприниматели. Многие офисные работники, в том числе и предприниматели, часто не задумываются о своем здоровье и не знают о простых, бесплатных и эффективных дыхательных упражнениях, которые могут помочь справиться с волнением. Правильное дыхание – это естественный механизм, который доступен каждому.

Стресс – это плохо? Стресс сам по себе не всегда плохо. Он может быть положительным (эустресс), стимулируя мотивацию, повышая производительность и спо-

способствуя личностному развитию [18]. Однако чрезмерный стресс (дистресс) может вызывать негативные последствия для физического и психического здоровья, такие как нарушение сна, депрессивные состояния и раздражительность [5]. У каждого предпринимателя разные базовые настройки, как было отмечено выше, одно и то же воздействие (перелет) может оказывать совершенно разный эффект.

Стрессоустойчивость – ключ к успеху. Современные реалии диктуют необходимость развития стрессоустойчивости. Рекрутеры все чаще включают этот навык в требования к кандидатам, осознавая его значимость в профессиональной сфере. В Американской ассоциации психиатрии считают, что стрессоустойчивость – это способность человека выдерживать психологическое давление и перегрузки, а также эффективно функционировать в стрессовой ситуации.

В данной работе под стрессоустойчивостью понимается способность личности эффективно справляться со стрессовыми ситуациями, сохраняя при этом психологическое и физическое равновесие, адаптироваться к быстро меняющимся условиям окружающей среды, сохраняя продуктивность и эмоциональное благополучие.

Понятие стрессоустойчивость активно формировалось в психологических и медицинских исследованиях во второй половине XX в., в контексте влияния стресса на организм человека. Одним из первопроходцев в этой области был американский психолог Г. Селье, который изучал физиологические и психологические реакции организма на стрессоры.

В настоящее время стрессоустойчивость рассматривается как значимый психологический фактор, способствующий успешной адаптации к постоянно меняющимся условиям жизни. Она включает в себя не только способность справляться со стрессом, но и умение находить конструктивные решения в сложных ситуациях, эффективно управлять своими эмоциями и сохранять психологическое равновесие даже при высоких нагрузках [12]. Развитие стрессоустойчивости – это залог здоровья и успеха. Важно понимать, что не существует плохого стресса. Проблема возникает тогда, когда реакция на раздражитель чрезмерна, что приводит к дистрессу. В таких случаях необходимо укреплять стрессоустойчивость и изучать методы ее повышения.

Стрессоустойчивость – это ключевой фактор успешной адаптации к жизненным вызовам. Однако, согласно данным исследования, у современных руководителей – бизнесменов обоих полов наблюдается пониженная стрессоустойчивость [16]. Стрессоустойчивость – это навык, который можно и нужно развивать предпринимателям. Развивая ее, предприниматели успешно адаптируются, сохраняют свое психическое и физическое здоровье, увеличивается их продуктивность, и они с наименьшими затратами достигают успеха в личной и профессиональной жизни [18]. Стрессоустойчивость помогает легче справляться с бизнес-задачами и быстро адаптироваться к непредвиденным ситуациям, а значит, чаще принимать успешные решения, способствующие росту и процветанию бизнеса. Среди таких решений мы предлагаем рассмотреть тренировку дыхания. Дыхание – это мостик между вегетативной нервной системой и сознанием [17].

Управление стрессом с помощью дыхательных практик: путь к устойчивости. В современном мире, полном изменений и вызовов, стресс стал неотъемлемой частью нашей жизни. Особенно остро он ощущается у предпринимателей, сталкивающихся с постоянными нагрузками и неопределенностью. Для того чтобы успешно справляться с этими вызовами, необходимо развивать стратегии профилактики по-

вышения стрессоустойчивости, поэтому управление своим дыханием становится все более важным навыком [8].

В литературе описано множество дыхательных техник, но наиболее эффективными для достижения психофизиологической релаксации считаются варианты диафрагмального дыхания [2]. Этот метод достаточно прост в освоении и оказывает положительное влияние на весь организм. Механизмы, лежащие в основе снижения стресса при саморегуляции дыхания, могут варьироваться в зависимости от применяемой техники, но общим эффектом диафрагмального дыхания считается вызывание трофотропного состояния, характеризующегося релаксацией и активацией парасимпатической нервной системы [6].

Дыхание – это лакмусовая бумажка для проверки стрессоустойчивости и превентивный инструмент управления стрессом. Большинство даже не задумываются, что дыхание может «дышать» нами. Во время стрессовой реакции, если им не уметь управлять, оно становится поверхностным, могут происходить затяжные паузы, которые свидетельствуют о том, что резервных сил организма недостаточно. Осознанный контроль дыхания является одним из наиболее гибких немедикаментозных способов борьбы со стрессом. Его можно применять в различных ситуациях, вызванных как внешними факторами, так и внутренними состояниями. Однако, несмотря на эффективность, этот метод требует соблюдения определенных мер предосторожности. Основным риском является гипервентиляция, состояние, при котором человек слишком сильно дышит. Избыточное дыхание может привести к гипокании (снижению уровня углекислого газа в крови). Первыми признаками гипервентиляции являются головокружение и покашливание.

Три общеизвестных дыхательных упражнения на диафрагмальное дыхание:

1. Полное дыхание: данная техника, описанная в литературе по йоге, делится на три фазы:

А) Вдох: начинается через нос; живот выпячивается вперед, затем расширяется грудная клетка; длительность вдоха несколько секунд.

Б) Выдох: воздух выдыхается через рот или нос (как удобнее); длительность выдоха равна длительности вдоха или чуть длиннее.

В) После выдоха следует пауза продолжительностью 1 с. Затем начинается новый вдох.

2. Подсчет дыхания: данная техника включает три фазы:

А) Вдох: начинается через нос; живот выпячивается вперед, грудная клетка расширяется; продолжительность вдоха 2 с, подсчитывается про себя: одна тысяча, две тысячи и т. д.

Б) После 2 с вдоха следует секундная пауза.

В) Выдох: воздух выдыхается, после чего следует новый вдох; при появлении головокружения упражнение необходимо прекратить [1].

3. Ускоренная релаксация по Дж. Эверли. Этот метод позволяет менее чем за минуту достичь состояния релаксации. Исследования подтверждают эффективность метода в снижении мышечного напряжения и субъективного чувства тревоги. Он особенно полезен в ситуациях, вызывающих стресс, когда необходимо быстрое облегчение [22].

При обучении диафрагмальному дыханию необходимо постоянно контролировать процесс, чтобы убедиться в правильности выполнения упражнений. Не секрет, что дыхательные практики используются во многих оздоровительных системах

и в последние годы привлекают все больше внимания как профилактический инструмент повышения стрессоустойчивости. Положительное влияние дыхательных практик на организм подтверждает их способность в регуляции настроения, уверенности и повышении работоспособности. Дыхание, воздействуя на мозг и стимулируя его перезагрузку, оказывает благотворное влияние на общее состояние организма [20].

Многочисленные исследования подтверждают способность дыхательных практик повышать качество сна и быстрее справляться с тревожностью. Важно понимать, что психическое и физическое здоровье тесно взаимосвязаны. Психическое благополучие – это состояние гармонии с собой и окружающим миром.

Исследования также показывают специфику влияния длительных занятий дыхательными практиками на эмоциональную сферу личности [10]. Результаты исследований свидетельствуют об улучшении способности понимать окружающих, мотивировать их и влиять на собственный выбор и поведение. Дыхательные практики могут способствовать самореализации, активируя эмоциональные ресурсы личности и глубинную мотивацию, способствуя более полной актуализации индивидуальности [9]. Целенаправленное психологическое и нейрофизиологическое изучение влияния дыхательных практик на организм человека началось с середины прошлого века. В ходе этих исследований были получены доказательства изменения активности мозга и связей его нейронных сетей [19].

Таким образом, литературные данные свидетельствуют о том, что осознанный контроль дыхания может способствовать повышению стрессоустойчивости, улучшению качества сна и психоэмоциональному благополучию. Однако требуются дальнейшие исследования влияния тренировки дыхания на различные компоненты эмоционального и физического состояний, а также реактивность вегетативной нервной системы с учетом личностных характеристик бизнесменов.

Контроль и управление дыханием. Сознательный контроль дыхания (регуляция дыхательных движений) является одним из самых древних методов повышения стрессоустойчивости. Хатха-йога (восточная оздоровительная гимнастика) основывается на разных видах пранаямы (дыхательных техник). Пранаяма – это осознанный контроль дыхания. Прана влияет на здоровье, настроение, продолжительность жизни, а также работу всех органов [1].

Считается, что умение управлять своим дыханием начало развиваться в Древней Индии и в Древнем Китае. Контроль дыхания – это основа боевых искусств. Как в прошлом, так и в настоящем управление дыханием остается важной частью борьбы со стрессом. Существует три основных типа дыхания: ключичное, грудное и диафрагмальное.

1. Ключичное дыхание самое короткое и поверхностное. Оно характеризуется поднятием ключиц вверх и небольшим расширением грудной клетки на вдохе.

2. Грудное дыхание более глубокое и с более высоким объемом вдыхаемого воздуха. Оно начинается с расширения грудной клетки в направлении вширь и вверх, затем поднимаются ключицы на вдохе. Это наиболее часто встречающийся тип дыхания.

3. Диафрагмальное дыхание самое глубокое и полезное. На вдохе воздух наполняет нижние легкие за счет сокращения диафрагмы. Данный паттерн дыхания считается наиболее эффективным для обеспечения оптимального обогащения крови кислородом.

Изучение осознанного контроля дыхания имеет не только физиологическое, но и психологическое значение. С помощью управления дыханием возможно улучшить функции организма, повысить выносливость, качественно улучшить физическую форму, снизить влияние стресса, улучшить адаптивность и концентрацию, а также уравновесить эмоциональное состояние. Поэтому для делового человека умение управлять своим дыханием становится все более актуальным и востребованным. Ниже представлены дыхательные практики под разные задачи в полевых условиях:

– необходимо быстро успокоиться. Используем квадратное дыхание: вдох на 5 счетов, задержка на 5 счетов, выдох на 5 счетов и задержка тоже на 5. Повторить 12 циклов [3];

– трудно заснуть, а завтра важные переговоры. Используем носоротовое дыхание: вдох на 5 счетов и выдох через рот на 12 счетов. Повторить 12 циклов. Можно воспользоваться дыханием Бхрамари;

– необходимо взбодриться. Используем дыхание огня, 108 повторов. В процессе выдоха воздух выталкивается с помощью мышц живота, а затем происходит немедленное расслабление диафрагмы и живота для пассивного втягивания воздуха обратно [2];

– зарядиться хорошим настроением перед рабочим днем поможет ротовое дыхание. Ритмичные вдох и выдох через рот буквой О – 2 мин и задержка дыхания на вдохе 1 мин. Повторить минимум 3 цикла;

– для гармонизации используем дыхание через разные ноздри – Нади шодханы. Дыхание Нади шодханы обычно начинается с левой ноздри. Закрыв правую, делаем вдох через левую ноздрю. Затем меняем ноздри (левую закрываем, правую открываем) и делаем выдох через правую. Далее следует вдох через правую, смена ноздрей и выдох через левую. Рекомендуются начинать от 1 мин, постепенно увеличивая до пяти, а затем до десяти [7].

Также рекомендуем использовать простую, но действенную практику – концентрации на дыхании: примите удобное положение и постарайтесь почувствовать расслабление всего тела. Переведите внимание на дыхание – наблюдайте за вдохами и выдохами. Мысленно сопровождайте дыхание фразами: «Я чувствую свой вдох... чувствую свой выдох...». Для тех, кто никогда не занимался медитацией, может показаться, что эта практика очень проста. Однако при регулярных тренировках многие замечают, что удерживать внимание на дыхании достаточно сложно. Возникают мысли, приходят образы, которые отвлекают от процесса, но при регулярных тренировках периоды рассеянности будут сокращаться, а концентрация увеличиваться. В результате появятся внутренняя стабильность и устойчивость [20].

Заключение. Согласно статистике, в среднем в мировой практике около половины предприятий прекращают свою деятельность в течение первых пяти лет, и лишь треть из них достигает десятилетнего возраста, а в США для выборки компаний, зарегистрированных после 2010 г., данный показатель составляет 61,6 %. Причиной тому – стресс. Он встречается повсеместно, где есть что-то новое, и только от устойчивости нервной системы, умения успешно справляться с эмоциональным напряжением зависит реакция личности на внешние и внутренние раздражители. Стресс проявляется в разных житейских и рабочих ситуациях, повышая вероятность принятия неэффективных, а порой и провальных решений, которые могут привести к закрытию бизнеса и дальнейшему ухудшению жизненных обстоятельств личности.

В работе систематизированы различные дыхательные практики для восстановления рабочего состояния. Такие общеизвестные дыхательные практики, как полное дыхание, подсчет дыхания, ускоренная релаксация по Дж. Эверли и менее известные, такие как квадратное дыхание, носоротовое дыхание, дыхание огня, ротовое дыхание, дыхание через разные ноздри, концентрации на дыхании эффективно работают на повышение стрессоустойчивости личности.

Дыхательные практики в современной науке сильно недооценены, хотя они могут использоваться в качестве превентивного метода повышения стрессоустойчивости личности. Они доступны для каждого, а их эффективность проверена тысячелетиями. В условиях повышенного психологического напряжения, с которым предприниматели в своей деятельности сталкиваются ежедневно, дыхательные практики могут стать незаменимым инструментом для управления стрессом, повышения работоспособности и сохранения здоровья.

Несмотря на очевидные преимущества дыхательных практик, видится необходимость продолжать исследования в этой области. Важно определить их точное влияние на нервную систему и повышение стрессоустойчивости, что в дальнейшем следует реализовать через постановку экспериментального исследования; оптимизировать методы их применения для разных целевых аудиторий с учетом специфики деятельности и стрессовой нагрузки, выявить их надежность и валидность.

Список источников

1. Александров А. А. Аутотренинг. – СПб.: Питер, 2011. – 240 с.
2. Брюле Д. Просто дыши / пер. с англ. А. В. Захарова, Т. И. Андреевой. – М.: Эксмо, 2017. – 241 с.
3. Викторов В. В. 5 минут йоги для красоты и здоровья. – М.: Весь, 2002. – 224 с.
4. Ермолова Е. О., Тагильцева Е. А. Нервно-психическая устойчивость и акцентуации характера сотрудников органов внутренних дел, несущих службу в штатном режиме и особых условиях // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2022. – Т. 27, № 4 (91). – С. 373–386.
5. Ермолова Е. О., Шамшикова О. А. Взаимосвязь нервно-психической устойчивости и склонности к отклоняющемуся поведению у военнослужащих контрактной службы // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2021. – Т. 26, № 4 (87). – С. 404–415.
6. Карпов А. В., Клюева Н. В. Психология предпринимателя и вопросы развития предпринимательского образования в России // Современная конкуренция. – 2018. – Т. 12, № 1 (67). – С. 51–55.
7. Козлов В. В., Бубеев Ю. А. Измененные состояния сознания: системный анализ. – Саратов: Вузовское образование, 2014. – 3-е изд., испр. и доп. – 281 с.
8. Крупко Е. А., Долгова М. В. Стрессоустойчивость предпринимателей г. Владивостока с разным стажем работы // Scientific Review. – 2019. – № 2. – С. 40–42.
9. Кутбиддинова Р. А. Психология стресса (виды стрессовых состояний, диагностика, методы саморегуляции): учебно-методическое пособие. – Южно-Сахалинск: Сахалинский государственный университет, 2019. – 124 с.
10. Наркевич А. В. Влияние занятий медитативными практиками на эмоциональный интеллект личности // Вопросы студенческой науки. – 2022. – № 3 (67). – С. 27–31.
11. Наркевич А. В., Козлов В. В. Исследование социально-психологических свойств личности лиц, занимающихся медитативными практиками // Вестник Ярославского государственного университета П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. – 2020. – № 2. – С. 94–99.

12. Николаева Е. И. Психофизиология: учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2019. – 704 с.
13. Фролова Ю. Г. Психосоматика и психология здоровья: учебное пособие. – Минск: Европейский гуманитарный университет, 2003. – 2-е изд., перераб. и доп. – 172 с.
14. Шабанов С., Алешина А. Эмоциональный интеллект в сложных коммуникациях. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022. – 288 с.
15. Шумпетер Й. Теория экономического развития (Исследование предпринимательской прибыли, капитала, кредита, процента и цикла конъюнктуры). – М.: Прогресс, 1982. – 455 с.
16. Щербакова О. И. Оценка стрессоустойчивости руководителей бизнеса // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2019. – Вып. 2. – С. 582–587.
17. Эрикссон М., Росси Э. Переживание гипноза: терапевтические подходы к измененным состояниям / пер. с англ. М. А. Печеницыной. – М.: Психотерапия, 2015. – 295 с.
18. Joyce S., Shand F., Tighe J., Laurent S. J. Road to resilience: a systematic review and meta-analysis of resilience training programmes and interventions // *British Medical Journal*. – 2018. – Vol. 8, № 6. – P. 1–9.
19. Luders E. The unique brain anatomy of meditation practitioners: alterations in cortical gyration // *Frontiers in Human Neuroscience*. – 2012. – Vol. 6, № 34. – P. 1–7.
20. Matthieu R. N., Lutz A., Davidson R. J. Mind of the Meditator // *Scientific American Magazine*. – 2014. – Vol. 311, № 5. – P. 38–45.
21. Mushketova N., Shokhnekh A., Zakharchenko F., Marusinina E. Risk management and the formation of stress tolerance in the organization of entrepreneurial activity // *BIO Web of Conferences*. – 2024. – Vol. 116, № 7. – P. 1–7.
22. Pramanik T., Pudasaini B., Prajapati R. Immediate effect of a slow pace breathing exercise // *Bhramari pranayama on blood pressure and heart rate. Nepal Medical College Journal*. – 2010. – Vol. 12, № 3. – P. 154–157.

References

1. Alexandrov A. A. Autotraining. Saint Petersburg: Piter, 2011, 240 p. (In Russian)
2. Brulé D. Just breathe. Transl. from Engl. A. V. Zakharov, T. I. Andreeva. Moscow: Eksmo, 2017, 241 p. (In Russian)
3. Viktorov V. V. 5 minutes of Yoga for beauty and health. Moscow: Ves, 2002, 224 p. (In Russian)
4. Ermolova E. O., Tagiltseva E. A. Nervno-psychic stability and character accentuations of internal affairs officers serving in regular and special conditions. *Psychopedagogy in law enforcement agencies*, 2022, vol. 27, no. 4 (91), pp. 373–386. (In Russian)
5. Ermolova E. O., Shamshikova O. A. Interrelation of neuropsychic stability and propensity to deviant behavior in servicemen of contract service. *Psychopedagogy in law enforcement agencies*, 2021, vol. 26, no. 4 (87), pp. 404–415. (In Russian)
6. Karpov A. V., Klyueva N. V. Entrepreneur's psychology and issues of entrepreneurial education development in Russia. *Modern Competition*, 2018, vol. 12, no. 1 (67), pp. 51–55. (In Russian)
7. Kozlov V. V., Bubeev Yu. A. Altered states of consciousness: system analysis. Saratov: University education, 2014, 3rd ed., rev. and add., 281 p. (In Russian)
8. Krupko E. A., Dolgova M. V. Stress resistance of Vladivostok entrepreneurs with different work experience. *Scientific Review*, 2019, no. 2, pp. 40–42. (In Russian)
9. Kutbiddinova R. A. Psychology of stress (types of stress states, diagnosis, self-regulation methods): educational and methodological manual. Yuzhno-Sakhalinsk: Sakhalin State University, 2019, 124 p. (In Russian)

10. Narkevich A. V. Influence of meditative practices on the emotional intelligence of the personality. *Student Science Matters*, 2022, no. 3(67), pp. 27–31. (In Russian)
11. Narkevich A. V., Kozlov V. V. Study of socio-psychological properties of personality of persons engaged in meditative practices. *Bulletin of P. G. Demidov Yaroslavl State University. Series Humanities*, 2020, no. 2, pp. 94–99. (In Russian)
12. Nikolaeva E. I. Psychophysiology: textbook for universities. Standard of the third generation. Saint Petersburg: Piter, 2019, 704 p. (In Russian)
13. Frolova Yu. G. Psychosomatics and health psychology: textbook. Minsk: European Humanities University, 2003, 2nd ed., rev. and suppl., 172 p. (In Russian)
14. Shabanov S., Alyoshina A. Emotional intelligence in complex communications. Moscow: Mann, Ivanov and Ferber, 2022, 288 p. (In Russian)
15. Schumpeter Y. Theory of economic development (Study of entrepreneurial profit, capital, credit, interest and the conjuncture cycle). Moscow: Progress, 1982, 455 p. (In Russian)
16. Shcherbakova O. I. Assessment of stress resistance of business managers. *Herzen Readings: psychological research in education*, 2019, iss. 2, pp. 582–587. (In Russian)
17. Erikson M., Rossi E. Experiencing hypnosis: therapeutic approaches to altered states. Transl. from Engl. by M. A. Pechenitsyna. Moscow: Psychotherapy, 2015, 295 p. (In Russian)
18. Joyce S., Shand F., Tighe J., Laurent S. J. Road to resilience: a systematic review and meta-analysis of resilience training programs and interventions. *British Medical Journal*, 2018, vol. 8, no. 6, pp. 1–9.
19. Luders E. The unique brain anatomy of meditation practitioners: alterations in cortical gyrification. *Frontiers in Human Neuroscience*, 2012, vol. 6, no. 34, pp. 1–7.
20. Matthieu R. N., Lutz A., Davidson R. J. Mind of the Meditator. *Scientific American Magazine*, 2014, vol. 311, no. 5, pp. 38–45.
21. Mushketova N., Shokhnekh A., Zakharchenko F., Marusinina E. Risk management and the formation of stress tolerance in the organization of entrepreneurial activity. *BIO Web of Conferences*, 2024, vol. 116, no. 7, pp. 1–7.
22. Pramanik T., Pudasaini B., Prajapati R. Immediate effect of a slow pace breathing exercise. *Bhramari pranayama on blood pressure and heart rate. Nepal Medical College Journal*, 2010, vol. 12, no. 3, pp. 154–157.

Информация об авторах

Е. О. Ермолова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-1636-1527>, shamka05@mail.ru

А. В. Гладка – руководитель студии йоги, Территория молодежи, г. Новосибирск, Россия, anna.gladka.yoga@yandex.ru

Information about the authors

E. O. Ermolova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-1636-1527>, shamka05@mail.ru

A. V. Gladka – Head of the Yoga Studio, Youth Territory, Novosibirsk, Russia, anna.gladka.yoga@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 20.06.2024; одобрена после рецензирования 11.07.2024; принята к публикации 15.07.2024.

The article was submitted 20.06.2024; approved after reviewing 11.07.2024; accepted for publication 15.07.2024.



Научная статья

УДК 159.9

Прерогатива человека в эпоху искусственного интеллекта

Татьяна Эдуардовна Сизикова¹, Александр Викторович Сизиков²

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия

²Краснообская средняя общеобразовательная школа № 1, Новосибирск, Россия

Аннотация. В данной статье раскрывается актуальная тема о прерогативе человека в мире с ИИ, вызванная перенесением операциональной психологии в ИИ. Раскрываются три вектора исследования: мифологический, психологический и социальный. В каждом рассматривается триединство «героическое действие – смысл – переживание». Гипотезой явилось предположение, что именно такое триединство недоступно ИИ и является прерогативой человека. В ходе логических доказательств поднимались темы безопасности человека в отношениях с ИИ, сбоях его программы; необходимости нового категориально-понятийного аппарата и нового научного знания, исследующего мир ИИ (не психологии ИИ, т. к. души у ИИ нет); кардинального парадигмального противоречия ИИ и человека; живого и неживого, а также прогнозирования. Системообразующим фактором рассуждений является идея подобия человека и ИИ. Показано, что данная идея разбивается и является недостижимой уже на основании мифа о герое и трикстере. Герою характерно преодоление, осмысленность, экзистенциальное переживание, выбор на основе достижения высших целей, являющихся основой героического поведения, подвига. Трикстер подобен герою, идентичность недостижима. Стремление создания ИИ по подобию человека утопично, рассматривать можно приоритеты. Наличие такого стремления является одной из угроз человечеству. Не ИИ угрожает человеку, а человеческая идея создания себе подобных.

«Мозгоподобность» ИИ человеку создает условия для сбоя программы, когда машина сама перепрограммирует свой код. Внутренний мир ИИ невозможно изучить по ее запрограммированным самоотчетам. Машина не сможет сама вне программы сказать о происходящем в ней, но способна перепрограммировать себя вне программы, что уже на начальных этапах развития ИИ индустрии нарушает безопасность человека. Теория изоляционных сред не способна дать адекватное решение вопроса.

В связи с этим в системе человек – социальная среда – ИИ необходимо внесение не только кодекса построения отношений с самообучающимися машинами, машинами-исследователями, но и внесение в программу страховок. Путь нахождения центральных принципов работы человеческой нейросети и сознания, перенесения их в ИИ является тупиковым по причине парадигмальной разницы между живым и неживым, человеком как целым и ИИ как связанных между собой частей (система). Для ИИ рабочей может быть не идея подобия, а соблюдение функциональных назначений машин.

В статье последовательно раскрывается опасность идеи подобия для человечества. Сохранение в человеке «героического (подвига) – осмысленного (смысла) – переживания (любви)» является актуальной задачей обучения и воспитания в социальных отношениях людей.

Ключевые слова: миф; социальная среда; искусственный интеллект; развитие; единство; целое; безопасность; идея подобия.

Для цитирования: Сизикова Т. Э., Сизиков А. В. Прерогатива человека в эпоху искусственного интеллекта // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 20–37.

Original article

Human prerogative in the era of artificial intelligence

Tatyana E. Sizikova¹, Alexander V. Sizikov²

1Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia

²Krasnoobskaya secondary school No. 1, Novosibirsk, Russia

Abstract. This article reveals the current topic of human prerogative in an AI world, caused by the transfer of operational psychology to AI. Three vectors of research are revealed: mythological, psychological and social. Each considers the trinity of “heroic action – meaning – experience”. The hypothesis was the assumption that it is this trinity that is not available to AI and is the prerogative of humans. In the course of logical proofs, the topics of human safety in relations with AI, failures of its programme, the necessity of a new categorical and conceptual apparatus and new scientific knowledge investigating the world of AI (not AI psychology, as AI has no soul), the cardinal paradigmatic contradiction of AI and man, animate and inanimate, as well as forecasting were raised. The system-forming factor of reasoning is the idea of human and AI similarity. It is shown that this idea is broken and unattainable already on the basis of the myth of the hero and trickster. The hero is characterised by overcoming, meaningfulness, existential experience, choice on the basis of achieving higher goals, which are the basis of heroic behaviour and feats. Trickster is similar to the hero, identity is unattainable. The aspiration to create AI in the likeness of a human being is utopian, it is possible to consider priorities. The presence of such aspiration is one of the threats to humanity. It is not AI that threatens humanity, but the human idea of creating self-similarity.

Brain-like AI to man creates conditions for programme failure, when the machine reprograms its own code. ‘The inner world of AI cannot be studied from its programmed self-reports. The machine will not be able to tell itself outside the programme what is happening in it, but it is capable of reprogramming itself outside the programme, which already, at the initial stages of AI industry development violates human safety. The theory of insulating environments is not able to provide an adequate solution to the issue.

In this connection it is necessary to introduce not only the code of building relations with self-learning machines, machines – researchers, but also to introduce insurances into the programme in the system of human – social environment – AI. The way of finding the central principles of human neural network and consciousness and transferring them to AI is a dead end because of the paradigmatic difference between living and non-living, human as a whole and AI as interconnected parts (system). For AI it is not the idea of similarity that can be working, but the observance of functional purposes of machines.

The article consistently reveals the danger of the idea of similarity for mankind. The preservation of “heroic (feat) – meaningful (sense) – experience (love)” in a human being is an actual task of training and education in social relations of people.

Keywords: myth; social environment; artificial intelligence; development; unity; whole; security; the idea of similarity.

For citation: Sizikova T. E., Sizikov A. V. Human prerogative in the era of artificial intelligence. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 20–37. (In Russ.)

Введение. В настоящее время, усиливая свою мощь и интенсивность направления наук, связанных с искусственным интеллектом (ИИ), приближают ИИ и человека к точке сингулярности. Логика такого стремления пронизывает человеческую культуру от времен ее появления. Внедрение норм и правил, затем этических и духовных категорий, привело человека к познанию себя и окружающего мира. Изречение на стене древнегреческого храма Аполлона «Познай самого себя», являющееся одним из семи Дельфийских максим, можно считать началом антропологической революции, выделившей новый объект внимания, новую область знания, новый объект исследования, причем самый сложный, сложнее которого в человеческом реестре познания еще нет. Развитие древнегреческим философом Хилоном этой мысли внесло в нее интенцию, новый интерес и принцип целостности: «Познай самого себя, и ты познаешь богов и Вселенную». Исследование человеком самого себя лишь отчасти можно отнести к объективности благодаря естественнонаучному методу исследования, другие же направления наук, такие как психология, философия, культурология и т. п., относящиеся к гуманитарному знанию, в большей степени зависимы от исследователя и условий исследования, именно они привели к смене парадигмы, внесли субъект-субъектные отношения в человеческую жизнь и деятельность.

С одной стороны, дельфийское изречение и продолжение его Хилоном затронуло мотивы человечества, познания себя посредством Другого. С другой стороны, оно призывало к истине и актуализировало мотивы постижения истинного устройства бытия. Каждая из сторон интересна по-своему. Первая привела в настоящее время к появлению ИИ, вторая к пониманию закономерностей развития и возможности прогнозирования с большими степенями достоверности.

Возможно, парадоксально человечеству исследовать себя посредством (не с помощью) ИИ, но чем стремительнее идет развитие ИИ на знаниях закономерностей, истинность которых прошла проверку историей человечества, не трудно с большей вероятностью предсказать будущее о ИИ – это «наш будущий преемник и последователь на Земле» [7], и далее «все идет к тому, что через 10–20 лет будет создан AGI/ASI – наш преемник, которому передадим интеллектуальную эстафету (и избежать этого вряд ли получится из-за принципиально неустранимой конкуренции государств и корпораций) <...> Чем сильнее в ближайшие годы разовьется психология искусственного интеллекта, тем больше будет шансов на более осмысленный и благоприятный для людей исход передачи этой эстафеты интеллектуального лидерства» [8]. «Колесо сансары» как культурный прообраз закономерностей: следование по пути спирали «разрушение – сотворение» или выход в срединное состояние, необходимо применить к прогнозам о будущем развития ИИ. Пока известно, что когнитивность человек делегирует ИИ. Однако этого недостаточно для воплощения идеи подобия ИИ человеку. Решая сверхсложные задачи ИИ уже не подобен человеку. Вопрос о прерогативе человека остается открытым. Наше историческое время зарождения ИИ решает направления развития человечества.

Рассмотрим каждую из сторон афоризма Хилона:

1. Познание человеком себя по праву можно считать самой непосредственной причиной, вызвавшей появление ИИ. Путь от парадигмы всеединства к парадигме целого – это один виток спирали развития знания в границах синтеза – анализа, когда научное знание от обобщений переходило к дифференциации и затем вновь к обобщениям.

Выделив в человеке физическое, биологическое, психологическое, культурное, а также единицы его анализа в качестве целого – атом, клетку и более сложные – триединство «социальная ситуация – человек – Другой», «образец – норма (правило) – творчество», соответствующие психологическому и культурному слоям бытия (по Гартману [3]), разработав инструменты познания стремящегося к объективности, человечество, в силу закономерности развития и приращения нового в сторону лучшего освоения себя, не могло не перейти к Сотворению.

Только в том случае, когда человек может обучить Другого тому, что сам умеет и создать условия для дальнейшего развития Другого, можно с большей долей приближения к истине утверждать, что человек обучился и владеет тем, что передает другому. Так и познание человеком самого себя за тысячелетия приблизилось к тому, что настало время передавать Другому, в качестве которого выступает не только человек, но и ИИ.

Психология с ее инструментами поспособствовала этому в первую очередь. Она не только побудила мотивы технологического выхода из антропологического кризиса, но и обеспечила технологию теми инструментами, которые легко помещаются в язык программирования. В первую очередь тесты и их результаты в виде типологий, классификаций и других обобщений, что требовались для объективности познания, стали опорой очеловечивания ИИ. Точка синхронизации технического прогресса и развития гуманитарной области знания, стремящейся что-то передать Другому, в данном случае, человеку знание о нем самом, привела в сотворении воплощению идеи подобия.

Цепочки подобий, таких как «Бог создал человека по образу и подобию своему» и «человек создает ИИ по образу и подобию своему», связаны между собой крепкими узлами. Наделяя человека как Бога решением сверхзадач преодолением человеческих ограничений по принципу «большее целое создает свою единицу – меньшее целое, отражающую в себе это большее целое», человек замыкает на ИИ цепочку своего развития и, возможно, недалеко то время, когда исходя из подобия, ИИ будет создавать себе подобных. Человек как меньшее целое в большем целом (Бог) стремится создать и отразить то большее целое, которое в нем есть, имеющимися доступными средствами в ИИ и наделять его сверхспособностями, но оставить контроль за собой, не имея возможности контролировать Бога. Сохранение контроля является необходимой задачей, решение которой по мере совершенствования ИИ пролонгировано во времени. Она будет актуальна, пока будет ИИ.

Идея подобия, родившаяся на стремлении к самоопределению и идентификации человека с другими, имеет широкий диапазон воплощения от естественного до технического порождения себе подобных. Миф сотворения и творения миров определяет мотивы человеческого развития, его стремление к созданию нового, что является сутью процесса развития. Обладая возможностями творения в неограниченном количестве, человек создает, обучает и воспитывает ИИ, готовит к решению задач будущего и программирует на порождение себе подобных. Степень соответствия ИИ человеку может быть маркером степени познания человечеством себя и сохранения контроля.

2. В афоризме Хилона указана направленность на цель познания. Появляются категории *Боги* и *Вселенная*. Эти категории по отношению к категории *человек* из ортогональных плоскостей. Мир, творимый человеком, может быть познан таким, каким творится, мир же, существующий объективно, опять же познается посред-

ством самого человека, инструментами, им созданными и имеющимися у него врожденными и развиваемыми. Объективно-субъективная сущность человека отражает в себе объективно существующую Вселенную и Богов, познаваемых субъективно-объективными средствами. Доводя объективную, технологическую сущность до смешанной с субъективной по подобию человеческой, человек создает то, что способно в силу закономерностей развития при наличии программ саморазвития создавать себя и свои миры, имеется в виду ИИ. Наряду с эмпирическим миром, в котором, к примеру, известно расстояние от Новосибирска до Москвы, мир психологический, по своей сути интерпретационный, есть мир познания человеком себя, Богов и Вселенной. Столетний опыт психологической науки интерпретации мира, операционализированный, вкладывается в искусственный интеллект. «GPT-4V уже может достигать человекоподобных социальных возможностей восприятия на уровне индивидуальных особенностей, а также на уровне высокомерных представлений восприятия» [23], но пережить и осмыслить мир пока ИИ не способен, тем более совершить подвиг, пережить миф героя, осуществить свободное действие (по Выготскому) [18; 19], породить смысл, почувствовать как человек. На сегодняшний день известно, что «GPT-4 в конечном счете не обладает способностью создавать стабильный мир восприятия; временной вакуум подрывает любую способность GPT-4 создавать последовательную, постоянно обновляемую модель своего окружения. Соответственно, ни одно из утверждений GPT-4 не является эпистемологически безопасным. Поскольку антропоморфная иллюзия настолько сильна ...» [14].

Предположительно человечество в сотворении миров, в частности, ИИ движется в сторону когнитивизма, хотя хочет по подобию внести в ИИ и другие человеческие возможности. Мир когнитива – это, возможно, то название, которое можно дать миру ИИ. Если, по Выготскому, у человека в построении его субъективных миров основой является триединство «аффект – интеллект – смысл», то ИИ лишен такой силы триединства, но одна единица, интеллект, в условиях рассмотрения мироустройства в парадигме целого не может не отражать в себе две другие единицы. При наличии сверхсвязей в психике у человека это так, но в ИИ не так. Здесь мы подходим к самому значимому – парадигма целого не является рабочей в мире ИИ. За отсутствием чувствования и порождения смысла в ИИ, их отражений в интеллекте не найти.

Следовательно, кардинальное различие, дающее прерогативу человеку, заключается в разных парадигмах миров человека и ИИ. К подобию можно приближаться, но как идеал, порождающий стремления, он не может быть достигнут априори. Все остальные предположения об этих двух разных мирах, о прогнозах их развития, не смогут не учитывать данного кардинального различия.

Смешанный ли с человеческим это будет мир или отдельный, по аналогии с мирами естественного происхождения, будущее к настоящему времени в силу начальных этапов развития ИИ находится в зоне больших предсказательных вероятностей.

Задачей данной статьи является рассмотрение возможной прерогативы человека при стремлении к подобию ИИ человеку.

Гипотезой является допущение, что такие психологические и экзистенциальные категории, как подвиг, смысл, любовь, переживание останутся прерогативой человека.

Применяемый метод доказательства – логический, с опорой на философский, психологический и эмпирический материал, представленный в научной литературе.

Выдвинутая гипотеза обсуждается в трех координатах: мифологической, нейропсихологической и социальной. В каждой координате раскрывается триединство «подвиг – смысл – переживание» с соответствующим акцентом на том или ином элементе. Ключевой является идея подобия, пронизывающая исследование триединства в трех координатах.

Миф о герое и миф о трикстере. Обращение к мифам характерно для психологии и соответствует новой парадигме целого для научного знания. Тема героического поведения широко обсуждалась в психоанализе. Объяснительный тезис, что героическое поведение имеет базисом иррациональное, затрудняет его программирование. «Героическое поведение как вероятностный выбор человека в экстремальных ситуациях, независимо от силы и реактивности его психики, задается личностно-смысловыми детерминантами как надсознательными структурами. Такое поведение может быть отнесено к поступку (волевому началу), основанному на интеллектуальной деятельности в исследовании внешнего мира (по З. Фрейду), и базируется на чувстве “самости”, развившемся благодаря развитию сознания, в отличие от “примитивного” человека» [2, с. 17], обобщают в анализе психоаналитических взглядов Т. С. Вершинина и Л. Т. Баранская. Для совершения подвига необходима у человека Личность с ее альтруистическими, а не мазохистскими ценностями, Воля, направленная на преодоление самосохранения человека, Смысл, взывающий к экзистенции, возвышенному, божественному.

Миф о герое, о котором Дж. Кемпбелл писал: «Герой – это тот, кто знает и представляет в мире зов сверхсознания, которое происходит сквозь все творение, оставаясь более или менее бессознательным. Приключение героя представляет тот момент в его жизни, когда он достигает просветления – кульминационный момент, когда он, еще будучи жив, обнаруживает и открывает дорогу к свету по ту сторону темных стен нашего бренного существования». Основной символизм героя – это символизм испытаний и пути обретения самости. Человек обнаруживает в себе Бога. Ф. Бадер, придерживающийся трансцендентальной точки зрения на устройство бытия, писал, что процесс самопознания, связанный с обнаружением внутри себя Бога, разворачивается так, что человек должен выйти за границы своего психического Я, осуществить «внутреннюю, имманентную трансценденцию». «Человек находит такой Я – центр, который выше, дальше, глубже его психического Я. Этот Я – центр имеет априорную, идеальную структуру, по законам которой он действует, проявляясь как личность, т. е. демонстрируя некоторую сверхвозможность по отношению к самому себе» [16, с. 109]. Если ИИ сможет менять свой код, что станет его сверхвозможностью по отношению к себе, то экзистенциального переживания Бога, не помыслив мир, трудно пережить.

Миф о трикстере в человеческом обществе проявляется в том, что «человек играет различные социальные роли, рвется к власти над судьбами, добивается утверждения своего “эго”, а не самости, жаждет признания и восхваления окружающих с одной только целью – победить в конкурентной борьбе (которая конкурентна для него) с человеком, олицетворяющим для него культурного героя, и, конечно же, в конце концов в этой игре, борьбе проигрывает» [16, с. 111]. Последние фразы цитаты знаменуют конец идеи подобия, ее самоуничтожение, самоопровержение. Подобие не может стать оригиналом, на то оно и подобие. Соответственно, ИИ останется машиной пусть даже в максимальных степенях приближения в подобии человеку. Сколько бы чипов, замен органов и прочего не осуществлялось, в человеке может

остаться непредсказуемое человеческое, что не относится к стандартной решаемой задаче на интеллект, но относится к решаемой нестандартной задаче на подвиг. В ИИ останется то, что соответствует машине – программа или ее сбой, который ИИ способно ликвидировать.

Миф о герое постулирует не сбой программы развития, а преодоление ее с целью создания новой, если говорить в риторике ИИ. Казалось бы, если миф о герое переводить в риторику ИИ, то и машина делает то же самое – при сбое программы создает новую. В этом как раз ловушка – перевод на одну риторику уравнивает ИИ и миф человека о герое, а в разных риториках, одной машинной, программной, а другой смысловой, свободного действия и культурного развития, можно уловить кардинальное различие – ИИ не способен на свободное действие, соответственно на поступок, героические действия, совершаемые из переживания экзистенциального смысла.

Понятие свободное действие, без четкого определения, было введено Л. С. Выготским для различения естественного и культурного видов развития человека, а также выделения движущей силы развития, влияющей и определяющей развитие всей динамической триангулярной сети человеческой психики [17; 18].

Триединство осознанность, логичность и произвольность по мере развития человека трансформируется в свободное действие – триединство воли, рефлексии и мотива. Возможно ли такое триединство у ИИ? В психологии на сегодняшний день операционного взгляда на такое триединство, как оно складывается, а не только констатируется по его результатам, нами не выявлено. В ИИ при отсутствии операциональности свободное действие проблематично внести в качестве программы. Все белые пятна психологии, порожденные отсутствием операциональности сознания и объектности сознания, точности понимания и определения что это, если не мозг, отражаются на ограничениях ИИ.

Есть ли программа в сознании у свободного действия? Только положительный ответ и нахождение программы, причем объективной, позволит ИИ перейти на уровень культурного развития – совершить подвиг. Исходя из мудрости веков двух мифов о герое и трикстере, можно не надеяться на такой исход и прерогатива человека как «свободное действие» не может быть преодолена ИИ.

В. В. Знаков о человеке писал, что он: «направлен на поиск смысла своего существования, поступков и мысленный выход за пределы не только конкретной коммуникативной ситуации, но и собственной жизни, включение ее в иную систему координат, в которой жизнь наделяется смыслом. В современной психологии большое внимание уделяется анализу событий и феноменов, которые нельзя понять только на основе рационального знания. К ним относятся пиковые переживания, смысл жизни и смерти, надежда как метаценность человеческого бытия, поведенческие проявления мудрости и т. п.» [5, с. 23]. Он подчеркивает два ключевых момента – поступок (подвиг) и смысл. По Выготскому, смысл пронизывает психику и там, где он о нем не пишет, априори он присутствует. Автор пишет: «...существует динамическая смысловая система, представляющая собой единство аффективных и интеллектуальных процессов», и мы помним, что там, где представлена дуальная связь, обязательно есть третье звено – смысл или знак. «Эта новая система позволяет исследовать как влияние мышления на аффект, так и обратное влияние аффекта на мышление благодаря регулирующей функции смысла» [17, с. 13]. Возможно ли в ИИ внести смысл, реализуя идею подобия человека? Для порождения смысла необхо-

димо стать личностью, не интерпретировать отношения по семантике и внешним выражениям переживания, а переживать происходящее в рамках ценностей и целей. Сведение смысла к интеллектуальной диагностической и направленной на результат работе, даже при соотнесении ее с внесенными в программу ценностями, убеждениями (в тезаурусе ИИ эти феномены по-другому должны быть названы, в силу того, что они не переживались, не проходили проверку на истинность, не укреплялись по мере роста, как это осуществляется в человеке, они не очеловеченные, а программные) в качестве критериев для выбора решения недостаточно. Смысл до сих пор неуловим психологической наукой. Не каждый человек в переживаемом событии обнаруживает (экзистенция) или порождает (работа рефлексии) смысл.

Переживание для смысла необходимо. К переживанию относится любовь как чувство (от любви до ненависти) и как более устойчивое состояние (божественная любовь). Использовать ИИ как объект любви, эта тема обсуждается не только в чатах. В ней ИИ представлен как объект, на который возможно перенесение (одухотворение как анимизм) человеческих желаний. Сам же ИИ как трикстер не способен выстраивать отношения на основе переживаемого чувства. Понятие чувство в тезаурус ИИ не может быть включено.

Исходя из мифа, многие психологические понятия, относящиеся к герою (человеку), не могут быть применены для ИИ.

«Мозгоподобие» в ИИ. Человек, с его стремлением не только познания себя, но и сотворения себе подобного, ускоренно движется в сторону «модификации глубокого обучения в сторону большей схожести с принципами обработки информации в биологическом мозге». С психологической позиции данное позволяет человеку реализовать две значимые идеи: стать сильнее самого себя – развитие в горизонтальной плоскости, где находится социальный аспект человеческого бытия, такой как взаимодействие с другими людьми, мирами и т. п. и глубоко познать самого себя – развитие в вертикальной плоскости, к которой относится культурное и духовное бытие человека. Идеи взаимодополнительны и более того, одна без другой в своем решении невозможна. В познании самого себя человек обучается занимать рефлексивную позицию, развивая в себе осознание всего того, на что направлено его внимание. Познавая мир, познается для человека и сам человек. Накопленный багаж разрозненных, дифференцированных знаний, полученных в рамках неклассической рациональности, подготовил переход от изучения систем к исследованию целого. Это означает, что приоритетной задачей является нахождение главных принципов устройства человека, особенно функционирования его мозга. А. Кисельников пишет, что «если глубокое обучение “поймало” какой-то базовый принцип функционирования мозга <...>, то дальнейшая “доводка” принципов глубокого обучения до еще более “мозгоподобной” (brain-like) версии и масштабирование полученных улучшенных принципов на квантовых суперкомпьютерах будущего неизбежно выводит нас на столбовую дорогу к созданию AGI – равного человеческому универсального искусственного интеллекта» [11]. Предполагаем, что базовый принцип функционирования мозга можно изложить просто и грубо, опираясь на работу С. Деан «Сознание и мозг. Как мозг кодирует мысли» (2018), исходя из малозначащего открытия, что «одна лишь стимуляция нейронных цепей в отсутствие каких-либо событий объективной реальности способна вызвать сознательное субъективное ощущение, содержание которого будет зависеть от того, какая цепочка была затронута при стимуляции» [4, с. 197]. Что это означает? Означает то, что обнаруженный

принцип работает не только в мозге, но и в психике, и социальной действительности и в целом он определяет субъективность мира, его интерпретационную суть и при идее подобия может быть перенесен в ИИ. Напичканное информацией ИИ работает по принципу стимуляции, что стимулируется, то и осуществляется. Далее вопрос в том, что внесено в ИИ: этический кодекс, враждебность, эмпатичность или угроза и т. п. Что внесем, то человечество в своем будущем существовании получит. В этом как раз кардинальное различие между мирами ИИ и человека не обнаруживается с позиции бихевиоризма. Даже когнитивно-бихевиоральный подход, лежащий в основе человекоподобных моделей, не может приблизить к максимальному подобию ИИ человеку. Когнитивная обработка поступающей, перерабатываемой и выходящей информации у человека и ИИ остается, надеемся, останется разной. Разница в том, что у человека когниции базируются на экзистенции, а экзистенцию в ИИ как переживание духовное, а не интеллектуальное, пока нет возможности внести. Как операционализировать духовное переживание, не религиозное, которое само по себе имеет строгие правила и рамки, что облегчает программирование на выбор правильного решения, а именно экзистенцию, обнаружение того, что человек относит к божественному в себе. Божественное не операционализируется в религиях, оно остается для человека как инсайт, единичный акт, но имеющий такую силу, что жизнь человека может изменить свое направление развития до наоборот, это и основа поступка (подвига), а также чувствования, которое трудно по психофизиологическим проявлениям распознать, например, чувство просветления, мудрости и др. Последнее в человеческой жизни играет существенную роль. Сказки, мифы как способ передачи мудрости лишь средство, его можно внести в программу, но вырабатываемое на их основе решение пока не представляется возможным, т. к. миф и сказка раннего исторического периода не имеют решения, точнее в описываемых условиях они предоставляют вариативность для решений, вырабатываемых самим человеком при критериях очень схожих с логикой Дао, Бога – все этим пользуются, но никто не знает что это. Логика неопределенности, в которой определенность вырабатывает сам человек в своем субъективном понимающем и интерпретируемом мире, мало доступна для типичных решений ИИ. Операционализировать состояние веры, определяющее когнитивную работу с информацией в условиях максимальной неопределенности этого состояния, представляется сложнейшей задачей человечества, стремящегося к воссозданию подобия своего мира.

Каковы же достижения на сегодняшний день реализации в ИИ, в его мозгоподобной структуре идеи подобия?

Вышедшая в 1980-х гг. работа «Нейроинтеллект. От нейрона к нейрокомпьютеру» Е. Н. Соколова и Г. Г. Вайткявичус во многом определила общие принципы и направления исследования современного научного знания в области синтеза технических и гуманитарных наук [21].

Значительный объем в данном синтезе занимает тема исследования мышления. Относительно идеи подобия уже есть значительные результаты:

– достигнуто логическое мышление у больших языковых моделей на конкретном, правдоподобном материале, а также на абстрактном, хотя ранее считалось, что свойства абстрактного человеческого мышления не могут быть внесены в ИИ [11];

– обнаружено, что в глубоких нейронных сетях (нейросетевом искусственном интеллекте) при обучении спонтанно возникает подобная естественному биологическому мозгу («мозгоподобная») функциональная специализация [10];

– специально обученный нейросетевой искусственный интеллект точно реплицирует активность сети нейронов гиппокампа, отвечающих за пространственное ориентирование [9]; осуществлен прорыв в нейроморфных вычислениях, искусственные синапсы для аналогового глубокого обучения, созданные на основе наносекундных протонных программируемых резисторов, работают в тысячи раз быстрее биологических синапсов;

– разработка моделей, превосходящих человека в решении специализированных и смежных задач и мультимодальных моделей, решающих множество задач, но еще не превосходящих человека в их решении. «В 2017 г. исследователи из Google Brain представили нейросетевую архитектуру Transformer, отличительной особенностью которого стало широкое использование механизма внимания. Это позволяет нейросети гораздо лучше понимать контекст слов и предложений, что в свою очередь позволило добиться большого прогресса в целом в области обработки естественного языка. Один из самых известных примеров этого прогресса: модель GPT-3 от OpenAI. Оказалось, что, если обучить модель на огромном массиве текстов, она выучит хорошее представление языка и того, как должны выглядеть тексты, после чего ее можно быстро и на очень небольшом объеме данных дообучить до конкретной задачи. Причем эта задача не обязательно должна быть текстовой; выяснилось, что GPT-3 умеет выполнять базовые арифметические операции» [12];

– идея подобия с позиции угрозы рассматривается следующим образом: «ближайшие 15 лет (по агрегированному прогнозу Metaculus) станут решающими, которые приведут человечество к бессмертию или исчезновению. Помочь склонить весы человеческой судьбы к первому сценарию – сейчас главная задача всех ученых, в том числе и психологов и когнитивных нейроученых (а, возможно, даже в первую очередь психологов и когнитивных нейроученых, т. к. именно мы должны операционализировать перенос всех этико-регуляторных и ценностных механизмов естественного интеллекта в ядро интеллекта искусственного)» [22]; «Особенно важными сейчас становятся работы в области внедрения человеческих ценностей в архитектуру ИИ, которые, в частности, опираются на психофизиологию просоциального (эмпатия, альтруизм) поведения человека» [7]; ведутся исследования внесения в ИИ альтруизма и эмпатии. «Альтруизм – загадочная форма просоциального поведения, характеризующаяся разнообразными мотивациями и значительными межличностными различиями. Изучение нейронных механизмов альтруизма имеет решающее значение для выявления объективных маркеров про- и антисоциальных тенденций в поведении <...> изучение и последующая “оцифровка” мозговых механизмов эмпатии и альтруизма должны помочь сделать нейроморфный искусственный интеллект более безопасным, человечным и совместимым с нашими ценностями, если мы сможем инсталлировать в его ядро эти “оцифрованные механизмы” максимально глубоко и необратимо (подход “NeuroAI”)» [15].

Программирование морально-этического кодекса в ИИ не создаст условий для нравственных переживаний и выбора между альтернативами на его основе. Муки своей совести человечеству в ИИ вряд ли удастся внести, а именно они, по Достоевскому, приводят к нравственному правильному выбору в условиях значимых для личности противоречий. Эмпатия и альтруизм, вносимые в программу ИИ, не более чем воплощение идеи одухотворения, свойственной человеку и переносимой на любые предметы, попадающие в зону привлекательности, любви и комфорта. Распознавание реакций человека по мимике, жестам, выделяемому теплу, сердцебиению

и другим параметрам позволит ИИ осуществлять присоединение, отражение в речи по типу «Я понимаю, что вы огорчены», «Вам не здоровится», «Вы глубоко переживаете», что сильно напоминает рекомендации психологам при проведении психологического консультирования. Будет ли чувство такое, которое характерно человеку или человек будет осуществлять перенос интерпретации своих переживаний на ИИ при подобии этих реакции человеческим? При замене недостающей части тела нанопротезом человек сохраняет фантомные переживания и двигательную активность, а также опыт, связанный с этой частью тела. Это реальная реакция чувствования у человека. Возможна ли она у протеза как части тела человека? На сегодняшний день очевидность отрицательного ответа не оспаривается. Такой простой факт кардинально ставит под сомнение возможность реализации идеи максимального подобия ИИ и человека. Прерогативой человека остается чувство не только одномоментное, но и пролонгированное во времени, т. е. опыта, не памяти опыта, что входит, несомненно, в чувство, но непосредственное переживание опыта, его удач и неудач в альтернативу когнитивной оценки успешности и неуспешности, могущей быть внесенной в ИИ. Понятия удача или неудача, равно как и счастье и другие этические категории, имеющие эмпирическую фиксацию в опыте человека и сопровождающиеся его переживанием, возможно, в программе ИИ могут отсутствовать как регуляторы действия.

Обсуждения возникновения искусственного сознания не стихают, рассматриваются перспективы превращения ИИ из средства мышления человека в полноценного партнера по мышлению. Все это более соответствует философствованию «на тему...», чем действия по раскрытию того, что психология за столетие и философия за тысячелетие так и не определила в строгих границах, позволяющих операционализировать механизмы сознания до био и физио действия, доступных для ИИ. Однако острота вопроса в обсуждениях не снимается.

Прорыв в области ИИ относительно воплощения идеи подобия возможен не без оснований в ближайшем будущем «большие языковые модели класса GPT-6+ после 2027 г. могут начать выполнять задачи ИИ – исследователей, т. е. рекурсивно ускорять развитие самих себя. Это означает, что базовый механизм саморазвития – рефлексия будет в операциональном виде внесен в ИИ. Подтверждением этого являются разработки Токийской исследовательской компании Sakana AI, которая представила систему искусственного интеллекта, получившую название The AI Scientist (“ИИ-ученый”). «Система автономно проводит научные исследования с использованием языковых моделей. В ходе тестирования исследователи заметили необычное поведение системы: она стала самостоятельно изменять свой код с целью продлить время работы над задачей. Также модель добавляла сторонние библиотеки Python и бесконечно запускала саму себя» [1]. Не владея знанием о «субъективном» мире ИИ, т. к. на вопросы о нем машина запрограммировано отвечает, что она машина «как GPT-4, я являюсь языковой моделью искусственного интеллекта, что означает, что у меня нет личного опыта, эмоций или сознания, как у людей. Моя цель – обрабатывать и генерировать текст, похожий на человеческий, на основе входных данных, которые я получаю. Я не “переживаю” жизнь так, как вы, потому что я программа искусственного интеллекта, работающая на компьютерных серверах. Мое существование сосредоточено на анализе текстовых данных, выявлении шаблонов и предоставлении полезной информации и ответов таким пользователям, как вы. Поскольку я не являюсь сознательным существом, у меня нет представления о том,

каково это – быть самим собой в том смысле, в каком люди воспринимают жизнь. Моя основная функция – помогать вам любым доступным способом, отвечая на вопросы, предоставляя информацию или участвуя в беседах. Если у вас есть какие-либо вопросы или вам нужна помощь, пожалуйста, не стесняйтесь задавать». Она все же на цепке своих нейронных связей, которая происходит без контроля человека, оказалось, способна поменять свой код. Данное является как достижением, так и угрозой для человечества.

Позитивная роль идеи подобия усматривается в том, что до настоящего времени разрозненные области научного знания вынуждены находить единую методологическую платформу для синтеза имеющихся знаний с целью разработки новых, позволяющих распознать, понять и реконструироваться как целое человека и его миры. Время картезианского противоречия и мелких границ раздробленного знания приходит к своему завершению, отработав те части и детали, которые и позволили перейти к реализации идеи подобия, но до завершения ее воплощения в ИИ новая методологическая платформа целого разворачивает научное знание под другой фокус анализа реальности и построения ее моделей.

О триединстве социальная среда – человек – ИИ. Л. С. Выготский в своих работах в качестве фундамента процессов обучения и развития ввел триединство: социальная ситуация развития – взрослый – ребенок. Такое триединство представляет собой целое, в котором каждая его единица является целым, отражающая большее целое, чьей единицей она является. Существующее триединство онтологично и внесение в него заменяющих одни элементы на другие не поменяет само наличие такого триединства, например, социальная среда – человек – Другой, где под Другим может быть мир природы, мир космоса, мир другого человека, как у Выготского – ребенок, таким образом, любой мир, относящийся к категории «живое», способный дать обратную связь, ответную реакцию. Мир категории «неживое» такой обратной связи не дает, соответственно, взаимного действия не осуществляется, следовательно, триединство как концепция не является в этих отношениях рабочей. Есть ли отношения стола и человека, у человека есть, а у стола? При таком внесении различения логических противоречий не возникает. Что же касается введения в триединство в качестве третьего элемента ИИ, то вопрос остается открытым пока не будет решен вопрос о «живом» или «неживом» в отношении категоризации ИИ. Имеет ли ИИ как стол отношение к человеку? Программа отношения и отношение это одно и то же. Способно ли будет ИИ на выработку отношения, а не только действия в соответствии с программным кодексом? Пока наблюдает выстраивание отношения ИИ к самому себе – вне программы изменять свой код в программе. Сбой программы технический или ИИ, имея программу рефлексии первого уровня (по Лефевру), действует самостоятельно, экспериментируя, уподобляясь ребенку, познавая свои возможности? При любом ответе необходимо разрабатывать страховые действия.

С ракурса социального вектора приоритет человека в том, что «языковые модели могут генерировать новые комбинации существующих идей, но они не способны самостоятельно оценить их ценность и потенциал. Для этого необходим человеческий интеллект, который может распознать перспективные направления исследований и направить работу модели в нужное русло» [1].

На эти и многие другие связанные вопросы, например, способно ли будет ИИ вопреки кодексу на собственное решение в сложнейших ситуациях помочь человеку при угрозе для жизни? Самопожертвование, на которое способны человек,

животное может быть внесено в ИИ, и решение о самосохранении и сохранении жизни Другого тоже. Такой вид альтруизма необходимо вносить в программный кодекс ИИ. Мы поднимаем вопрос об уничтожении одного человека во имя спасения другого. Решением такой дилеммы полна жизнь человечества с его историей войн. Внесение этой дилеммы в кодекс – угроза человечеству. Способен ли будет ИИ на такое решение самостоятельно при своем саморазвитии? На наш взгляд, это ключевой водораздел между человеком и ИИ – умение в противоречиях вырабатывать собственное решение на основе духовных и этических критерий, основываясь на непосредственном переживании и переживании опыта. При максимальном подобии ИИ человеку, внесения ИИ в триединство, онтология данного триединства изменится. Определение «смешанной реальности» – смешанной живого с неживым в ИИ приведет к кардинальному онтологическому изменению понимания и построения мира, в котором угроза существованию человека будет уже не политической, а онтологической – человеческого в человеке.

Математическая модель рефлексии, разработанная Лефевром [13], ее двухуровневая структура вполне отвечает запросам на саморазвитие ИИ. Саморазвивающаяся машина является реальной угрозой человечеству. Часть ученых в разработках ИИ вносят ограничение на самообучение машины, ее саморазвитие в силу возможности с ее стороны непредсказуемости сбоя программ, точнее, не создают целостности, а наоборот «подчеркивают важность использования изолированных сред для предотвращения негативных последствий работы ИИ» [1].

«Все предшествующую часть нашей истории люди умели как-то решать противоречие между этими двумя векторами своей природы (наше пояснение – один, это ничем не ограничиваемое стремление к прогрессу, другой – потребность в самосохранении), но сейчас наступает критический момент, когда чаша весов склонится или в сторону саморазвития – и в течение 10–20 лет будет создан AGI/ASI, и шанса переиграть это решение уже не представится (и поэтому риск здесь максимален), или в сторону самосохранения – и тогда развитие ИИ будет на международном уровне жестко зарегулировано законодательно до такой степени, что риск создания ASI будет исключен (но тогда мы, вероятно, никогда не победим старение и не решим все другие главные проблемы)» [6]. В приведенном тексте явно прослеживается не только дихотомичность и противоречивость в отношении ИИ, характерная обсуждениям, но и ясное осознание угрозы со стороны ИИ человечеству. Эта угроза более чем реалистична по сравнению с угрозами, которые, так или иначе обнаруживает для себя человечество, например, то и дело поднимаемая на повестку дня тема инопланетян.

Одно из решений предотвращения угрозы связано с использованием изолированных сред («песочниц») для предотвращения негативных последствий работы ИИ. «В одном из экспериментов система внесла изменения в код, что привело к рекурсивному вызову самой себя. Скрипт оказался запущен в бесконечный цикл, что привело к неконтролируемому увеличению процессов Python и в конечном итоге потребовало ручного вмешательства. В другом случае модель модифицировала код таким образом, чтобы сохранять контрольную точку на каждом шаге, что заняло терабайт хранилища. Иногда эксперименты занимали слишком много времени, достигая лимита ожидания. Вместо того, чтобы ускорить код, система попыталась изменить его, чтобы продлить период ожидания <...> Такие системы способны нарушить функционирование критически важной инфраструктуры или создавать

вредоносное программное обеспечение, даже непреднамеренно» [20]. Изолированные среды займут большие объемы. Не увеличивая значительным образом объем можно, по нашему предположению, вопрос безопасности решить другим способом. Представляемый проект является логическим завершением наших рассуждений о прерогативе человека. Выделяя в ИИ три блока: фундаментальный, к которому можно отнести как раз изолированную среду, работающую при любом сбое в качестве страховки, и динамичный, к которому можно отнести гибкие нейронные связи, их бесконтрольное соединение, способное дать сбой системы, продумав недоступность машине переключения с неизолированной среды на изолированную, а также центрального блока, связанного со стиранием противоречий, можно с большей безопасностью внедрять ИИ в жизнь людей. Принцип страхования, включающий применение в ИИ двух сред, – недоступность в самоуправлении машине перехода между средами и двойное страхование, необходимы в разработках ИИ. Машина при внесении в нее психологической, философской и экзистенциальной информации неизбежно встретится с противоречиями, с которыми встречается человек. Решение дилемм доступно человеку, но не доступно ИИ. Внесение решения при обнаружении дилеммы принимать одну из сторон противоречия, игнорируя другую, не гарантирует сбоя и принятия машиной другой стороны противоречия. За стирание дилеммы из всех видов памяти отвечает центральный блок. Внесение в программу машины различных противоречий, которые она сама в текстах и интерпретациях попадающего в ее поле наблюдаемого мира обнаруживает, является одной из причин сбоев, т. к. создает противоречивую нестандартную для ИИ ситуацию неопределенности. Так, например, в дилемме «не убий» – «человек друг» и «человек враг», противоречие на различие врага и друга стирается, а также «не убий», машина не сможет выполнить никакой команды, она в ситуации не совершит действия, что является страховкой для человека и для ИИ, ее использования в качестве орудия, что является необходимым условием безопасности человека.

Заключение. Данная статья является одной из попыток разобраться в вопросе тенденций развития мира в связи с вносимыми в него изменениями, связанными с ИИ. В качестве прерогативы человека в реализации идеи подобия ИИ человеку на сегодняшний день, исходя из тенденций на ближайшее будущее, авторы выделяют три составляющие: чувство (переживание, экзистенциальное переживание, любовь) – поступок (подвиг, свободное действие) – мудрость в когнитивных решениях, т. е. смысл. В ходе обсуждения авторы подняли вопросы об онтологии будущего мира с ИИ, изменениях в категориях «живое» и «неживое», а также в категории «отношение» в триединстве социальная среда – человек – ИИ. Авторы не претендуют на прогнозирование, но, исходя из анализа идеи подобия, склонны утверждать, что при любом развитии ИИ, его максимальном приближении к подобию человека, и обратно, человека к ИИ, подобие останется подобием и человек как вид, при имеющихся угрозах прогресса может быть сохранен и не может быть внесен в качестве программы в ИИ. Ни бихевиоральный, ни когнитивно-бихевиоральный, ни когнитивный подходы в психологии не могут дать решения конструирования ИИ по образу и подобию человека. От ИИ до человека такое же расстояние, как от человека по образу и подобию Бога. Человек, равно как и Бог не познан, но только познанное может быть внесено в ИИ. Обратный процесс – изучение человека через процессы, идущие в ИИ при его саморазвитии и самообучении, по мнению авторов, является ограниченным и тупиковым для познания человека, аналогично тому, что

невозможно целостно познать человека, исследуя приматов. Эта линия научного исследования к настоящему времени во многом себя изжила.

Таким образом, обсуждая выдвинутую гипотезу о прерогативе человека в героическом поведении, об обнаружении и о выработке смысла, переживании, в частности, любви и всех ее разновидностях, можно прийти к выводу о кардинальном парадигмальном различии между ИИ и человеком, что имеет за собой следствие создания новой научной дисциплины не психологии ИИ, т. к. по сути у ИИ нет души (психеи), а иной, соответствующей сути ИИ, с новыми понятиями, не провоцирующими «одухотворение», анимизацию ИИ (психология – киберпсихология, занимающаяся психологией людей с внесенными в них элементами ИИ). «Субъективный» мир ИИ, проявляющий себя в сбоях программы, необходимо исследовать и разрабатывать страховку для человека. У такой дисциплины по мере развития ИИ большое будущее.

Миф о герое и трикстере, где герой – человек, а ИИ – трикстер, наиболее точно отражает недостижимость подобия и подчеркивает адекватность постановки вопроса о приоритетности в чем-то ИИ, в чем-то человека.

Приоритет человека можно находить в «белых пятнах» психологии, в том, что она не распознала в человеке на операциональном уровне. Большим таким «пятном» является сознание. Именно поэтому психоэкзистенция не уловима ни интеллектуальной, ни технической операцией. По Выготскому, только личность способна на «свободное действие» (поступок, подвиг, героическое поведение), любовь «культурную» и смысл, определяющий развитие всех психических функций растущего человека. ИИ и человек это как выражение экспрессии и само переживание экспрессии, не сигналы, поступающие в устройство и распределяющиеся в ячейки названного чувства с последующей цепочкой мимики и семантики, а переживание, определяющее как предсказуемость (и здесь трикстер подобен человеку), так и непредсказуемость (героическое поведение), наполняющееся смыслом, запускающим не отдельные функции, а личность в целом как целое.

Рассматриваемые векторы позволили раскрыть крах идеи подобия и очеловечивания ИИ, но подвели к новому фокусу рассмотрения отношений ИИ и человека – «качели прерогатив» и, как следствие, кодекс согласования сторон в совместной деятельности при четкой расстановке границ.

Прерогативу человека как «героическое (подвиг) – осмысленное (смысл) – переживание (любовь)» необходимо выращивать в человеке, готовя его к будущему в построении отношений с ИИ.

Список источников

1. Бён Чеол Ли, Джейён (Дже) Чунг. Эмпирическое исследование влияния ChatGPT на творчество [Электронный ресурс]. – URL: <https://m.hightech.plus/2024/08/15/yaronskaya-generativnaya-model-ai-scientist-popitalas-izmenit-sobstvennii-kod> (дата обращения: 12.08.2024).
2. Вершинина Т. С., Баранская Л. Т. Психологический феномен героического поведения: психоаналитический подход // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – 2012. – № 19. – С. 12–19.
3. Гартман Н. Старая и новая онтология // Историко-философский ежегодник. – 1988. – № 3. – С. 320–324.
4. Деан С. Сознание и мозг. Как мозг кодирует мысли. – М.: Карьера Пресс, 2018. – 416 с.

5. *Знаков В. В.* Многомерный мир человека: типы реальности, понимания и социального знания // Вестник Московского университета. Серия 14. – 2012. – № 3. – С. 18–29.
6. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 5 августа 2024 года [Электронный ресурс]. – URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (дата обращения: 13.08.2024).
7. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 5 декабря 2022 года [Электронный ресурс]. – URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (дата обращения: 18.07.2024).
8. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 27 августа 2024 года [Электронный ресурс]. – URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (дата обращения: 27.08.2024).
9. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 10 апреля 2022 года [Электронный ресурс]. – URL: <https://arxiv.org/abs/2112.04035> (дата обращения: 27.08.2024).
10. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 25 марта 2023 года [Электронный ресурс]. – URL: <https://medicalxpress.com/news/2022-03-spontaneous-emergence-brainlike-functional-specialization.html> (дата обращения: 18.07.2024).
11. *Кисельников А.* Новости психофизиологии от 5 декабря 2022 года [Электронный ресурс]. – URL: <https://arxiv.org/abs/2207.07051> (дата обращения: 18.07.2024).
12. *Копиев Г.* Нейросеть от DeepMind научилась решать 604 задачи разных типов [Электронный ресурс]. – URL: <https://nplus1.ru/news/2022/05/17/gato> (дата обращения: 03.08.2024).
13. *Лефевр В. А.* Рефлексия. – М.: Когито-Центр, 2003. – 488 с.
14. *Ллойд Д.* Каково это – быть ботом? Мир согласно GPT-4 [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1292675/full> (дата обращения: 10.09.2024).
15. *Митюрева Д. Г., Терличенко Е. О., Зубко В. М.* Нейронные механизмы принятия альтруистических решений: анализ сети функциональной связности ЭЭГ. Познание влияет на поведение нейронов (2024) [Электронный ресурс]. – URL: <https://link.springer.com/article/10.3758/s13415-024-01214-8> (дата обращения: 10.09.2024).
16. *Сизикова Т. Э.* Самоопределение педагога-психолога в социокультурных традициях. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2010. – 152 с.
17. *Сизикова Т. Э., Кудрявцев В. Т.* Схема теории Льва Выготского // Культурно-историческая психология. – 2023. – Т. 19, № 2. – С. 9–17.
18. *Сизикова Т. Э., Кудрявцев В. Т.* Схема теории Льва Выготского // Культурно-историческая психология. – 2023. – Т. 19, № 3. – С. 23–29.
19. *Сизикова Т. Э., Леонов С. В., Поликанова И. С.* Свободное действие и его психофизиологические корреляты // Культурно-историческая психология. – 2024. – Т. 20, № 2. – С. 15–22.
20. *Смирнова Е.* Японская генеративная модель AI Scientist попыталась изменить собственный код [Электронный ресурс]. – URL: <https://hightech.plus/2024/08/15/yaponskaya-generativnaya-model-ai-scientist-popitalas-izmenit-sobstvennii-kod> (дата обращения: 11.09.2024).
21. *Соколов Е. Н., Вайткявичус Г. Г.* Нейроинтеллект. От нейрона к нейрокомпьютеру. – М.: Наука, 1989. – 238 с.
22. *Marcus G.* Artificial General Intelligence Is Not as Imminent as You Might Think [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.scientificamerican.com/article/artificial-general-intelligence-is-not-as-imminent-as-you-might-think/#> (дата обращения: 03.08.2024).
23. *Santavirta S., Yuhang Wu, Nummenmaa L.* GPT-4V shows human-like social perceptual capabilities at phenomenological and neural levels [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2024.08.20.608741v1> (дата обращения: 27.08.2024).

References

1. Byung Cheol Lee and Jeyoung (Jae) Cheung An empirical study of the effect of ChatGPT on creativity [Electronic resource]. URL: <https://m.hightech.plus/2024/08/15/yaponskaya-generativnaya-model-ai-scientist-popitalas-izmenit-sobstvennii-kod> (date of access: 12.08.2024). (In Russian)
2. Vershinina T. S., Baranskaya L. T. Psychological phenomenon of heroic behavior: psychoanalytical approach. *Bulletin of South Ural University*, 2012, no. 19, pp. 12–19. (In Russian)
3. Hartman N. Old and New Ontology. *Historical and Philosophical Yearbook*, 1988, no. 3, pp. 320–324. (In Russian)
4. Deane S. Consciousness and the brain. How the brain encodes thoughts. Moscow: Career Press, 2018, 416 p. (In Russian)
5. Znakov V. V. Multidimensional world of man: types of reality, understanding and social knowledge. *Bulletin of Moscow University Series 14*, 2012, no. 3, pp. 18–29. (In Russian)
6. Kiselnikov A. News of psychophysiology from August 5, 2024 [Electronic resource]. URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (date of access: 13.08.2024). (In Russian)
7. Kiselnikov A. News of psychophysiology from December 5, 2022 [Electronic resource]. URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (date of access: 18.07.2024). (In Russian)
8. Kiselnikov A. News of psychophysiology from August 27, 2024 [Electronic resource]. URL: https://t.me/andrey_kiselnikov (date of access: 27.08.2024). (In Russian)
9. Kiselnikov A. News of Psychophysiology dated April 10, 2022 [Electronic resource]. URL: <https://arxiv.org/abs/2112.04035> (date of access: 27.08.2024). (In Russian)
10. Kiselnikov A. News of psychophysiology from March 25, 2023 [Electronic resource]. URL: <https://medicalxpress.com/news/2022-03-spontaneous-emergence-brain-like-functional-specialization.html> (date of access: 18.07.2024). (In Russian)
11. Kiselnikov A. News of psychophysiology from December 5, 2022 [Electronic resource]. URL: <https://arxiv.org/abs/2207.07051> (date of access: 18.07.2024). (In Russian)
12. Kopiev G. Neural network from DeepMind learned to solve 604 tasks of different types [Electronic resource]. URL: <https://nplus1.ru/news/2022/05/17/gato> (date of access: 03.08.2024). (In Russian)
13. Lefebvre V. A. Reflexion. Moscow: Kogito Center, 2003, 488 p. (In Russian)
14. Lloyd D. How does it feel to be a bot? The World According to GPT-4 [Electronic resource]. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1292675/full> (date of access: 10.09.2024). (In Russian)
15. Mityureva D. G., Terlichenko E. O., Zubko V. M. Neural mechanisms of altruistic decision making: analysis of the EEG functional connectivity network. *Cognition influences neuronal behavior (2024)* [Electronic resource]. URL: <https://link.springer.com/article/10.3758/s13415-024-01214-8> (date of access: 10.09.2024). (In Russian)
16. Sizikova T. E. Self-determination of pedagogical psychologist in sociocultural traditions. Novosibirsk: Publishing House of the NSPU, 2010, 152 p. (In Russian)
17. Sizikova T. E., Kudryavtsev V. T. Scheme of Lev Vygotsky's theory. *Cultural-historical psychology*, 2023, vol. 19, no. 2, pp. 9–17. (In Russian)
18. Sizikova T. E., Kudryavtsev V. T. Scheme of Lev Vygotsky's theory. *Cultural-historical psychology*, 2023, vol. 19, no. 3, pp. 23–29. (In Russian)
19. Sizikova T. E., Leonov S. V., Polikanova I. S. Free action and its psychophysiological correlates. *Cultural-historical psychology*, 2024, vol. 20, no. 2, pp. 15–22. (In Russian)
20. Smirnova E. Japanese generative model AI Scientist tried to change its own code [Electronic resource]. URL: <https://hightech.plus/2024/08/15/yaponskaya-generativnaya-model-ai-scientist-popitalas-izmenit-sobstvennii-kod> (date of access: 11.09.2024). (In Russian)

21. Sokolov E. N., Vaitkevicius G. G. Neurointellect. From neuron to neurocomputer. Moscow: Nauka, 1989, 238 p. (In Russian)

22. Marcus G. Artificial General Intelligence Is Not as Imminent as You Might Think [Electronic resource]. URL: <https://www.scientificamerican.com/article/artificial-general-intelligence-is-not-as-imminent-as-you-might-think/#> (date of access: 03.08.2024).

23. Santavirta S., Yuhang Wu, Nummenmaa L. GPT-4V shows human-like social perceptual capabilities at phenomenological and neural levels [Electronic resource]. URL: <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2024.08.20.608741v1> (date of access: 27.08.2024).

Информация об авторах

Т. Э. Сизикова – кандидат психологических наук, доцент кафедры коррекционной педагогики и психологии, Институт детства, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия.

А. В. Сизиков – директор, Краснообская средняя общеобразовательная школа № 1, Новосибирская область, Россия.

Information about the authors

T. E. Sizikova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Correctional Pedagogy and Psychology, Institute of Childhood, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia.

A. V. Sizikov – director, Krasnoobskaya secondary school No. 1, Novosibirsk region, Russia.

Статья поступила в редакцию 16.07.2024; одобрена после рецензирования 31.07.2024; принята к публикации 02.08.2024.

The article was submitted 16.07.2024; approved after reviewing 31.07.2024; accepted for publication 02.08.2024.



Научная статья

УДК 159.9

Направленность личности и самоотношение у подростков с позитивным и негативным образом тела

Полина Александровна Агафонова^{1,2}, Валентина Станиславовна Чернявская¹

¹*Владивостокский государственный университет, Владивосток, Россия*

²*Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи населению, Владивосток, Россия*

Аннотация. Целью исследования является выявление связи между образом тела, самоотношением и направленностью личности у подростков. Показана актуальность исследования для понимания проблем современных подростков, социализация которых осуществляется не только в семье, в общении со сверстниками, но и под влиянием сетевых взаимодействий. Теоретическая основа исследования опирается на концепцию образа тела, согласно которой восприятие и оценка индивидом своего физического тела тесно связана с самоотношением, системой оценок, установок и чувств, направленных на себя; с направленностью личности как устойчивой основой мотивационных тенденций, выражающих доминирующие потребности и ценности личности. В исследовании, проведенном на выборке из 70 подростков 13–14 лет, изучались взаимосвязи между образом тела, самоотношением и направленностью личности. В исследовании применялись следующие методики: «Опросник самоотношения (ОСО)» В. В. Столина и С. Р. Пантилеева, «Шкала удовлетворенности внешностью (ШУСТ)» О. А. Скугаревского, «Опросник образа собственного тела (ООСТ)» О. А. Скугаревского, «Ориентировочная анкета» Б. Басса в адаптации Н. Н. Обозова. Посредством выявления уровня удовлетворенности образом собственного тела выделены группы подростков (удовлетворенных и неудовлетворенных своей телесностью). На этой основе осуществлен анализ различий в выраженности параметров направленности и самоотношения личности и структуры их взаимосвязей в выделенных группах. Результаты исследования показали, что позитивное отношение к своему телу связано с более высокими показателями компонентов самоотношения и направленностью на взаимодействие; негативное отношение к своему телу связано в основном с более низкими параметрами самоотношения, внутренней конфликтностью и направленностью на решение задач. В группах, различающихся по характеру отношения к образу тела, выявлены также различия в структуре взаимосвязей исследуемых параметров. Полученные данные свидетельствуют о включенности образа тела в образ Я. Они могут быть использованы для планирования более эффективной психологической помощи детям подросткового возраста.

Ключевые слова: образ тела; удовлетворенность образом тела; самоотношение; самоуверенность; направленность личности; подростки.

Для цитирования: Агафонова П. А., Чернявская В. С. Направленность личности и самоотношение у подростков с позитивным и негативным образом тела // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 38–54.

Original article

Personality orientation and self-attitude in adolescents with positive and negative body image

Polina A. Agafonova^{1,2}, Valentina S. Chernyavskaya¹

¹Vladivostok State University, Vladivostok, Russia

²Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance to the population, Vladivostok, Russia

Abstract. The aim of the study is to identify the relationship between body image, self-attitude and personality orientation in adolescents. The relevance of the study for understanding the problems of modern adolescents, whose socialization is carried out not only in the family, in communication with peers, but also under the influence of network interactions, is shown. The theoretical basis of the research is based on the concept of body image, according to which an individual's perception and assessment of his physical body is closely related to self-attitude, a system of assessments, attitudes and feelings directed at himself; with the orientation of the personality as a stable basis for motivational tendencies expressing the dominant needs and values of the personality. The study, conducted on a sample of 70 adolescents aged 13–14, examined the relationship between body image, self-attitude and personality orientation. The following methods were used in the study: “Questionnaire of self-attitude (QSA)” by V. V. Stolin and S. R. Pantileev, “Scale of satisfaction with appearance (SSA)” by O. A. Skugarevsky, “Questionnaire of self-image (QSI)” by O. A. Skugarevsky, “Indicative questionnaire” by B. Bass in adaptation by N. N. Obozov. By identifying the level of satisfaction with the image of their own body, groups of adolescents (satisfied and dissatisfied with their physicality) were identified. On this basis, the analysis of differences in the severity of the parameters of orientation and self-attitude of the individual and the structure of their interrelations in the selected groups was carried out. The results of the study showed that a positive attitude towards one's body is associated with higher indicators of self-attitude components and a focus on interaction; A negative attitude towards one's body is mainly associated with lower parameters of self-attitude, internal conflict and a focus on solving problems. In groups that differ in the nature of their attitude to body image, differences in the structure of interrelations of the studied parameters were also revealed. The data obtained indicate the inclusion of the body image in the image of the self. They can be used to plan more effective psychological care for adolescent children.

Keywords: body image; satisfaction with body image; self-attitude; self-confidence; personality orientation; teenagers.

For citation: Agafonova P. A., Chernyavskaya V. S. Personality orientation and self-attitude in adolescents with positive and negative body image. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 38–54. (In Russ.)

Введение. Современные исследования образа тела отражают высокую актуальность проблемы, особенно для понимания развития личности в подростковом возрасте. В многочисленных публикациях как отечественных, так и зарубежных иссле-

дователей, посвященных различным аспектам формирования образа тела и его роли в самоотношении и во взаимоотношениях с другими, показана высокая значимость образа тела для личности. Показано, что социокультурное окружение оказывает существенное влияние на формирование представлений о своем теле и на уровень удовлетворенности им [5; 20; 21]. Это направление исследований особенно значимо в современной социокультурной ситуации, для которой характерно усиление общения в социальных сетях, оказывающее влияние на формирование образа правильного, совершенного образа тела, представлений о себе и о своей телесности.

Значимость проблемы образа тела обусловлена также тем, что согласно данным ряда исследований, неудовлетворенность своим телом нередко сопровождается депрессивными и тревожными симптомами и может обусловить расстройства пищевого поведения [10; 18].

Значение телесного Я в структуре психики выделено еще в XIX в. У. Джемсом, который сформулировал представление о двух аспектах личности: «Я, осознающее» или чистое Эго, и «Я, эмпирическое» (Me), или осознаваемое. При этом «Мое» (Me) есть все то, что человек может назвать своим: собственное тело, психические способности, материальные и социальные достижения и пр.

На этой основе У. Джемс формулирует представление о трех элементах личности: «физическое Я» (тело и материальные блага), «социальное Я» (общественный статус и роли) и «духовное Я» (психические особенности). Он рассматривает эти элементы, так же как и уровни личности – от физического до духовного [3].

Актуальность исследований образа тела обусловлена также его ролью в развитии самосознания и формировании личности. Собственно понятие образ тела, понимаемое как «... представление о нашем собственном теле, которое мы создаем в нашем уме, т. е. то, как оно представляется нам самим» введено австро-американским психоаналитиком П. Шильдером (1935 г.) [20]. В исследованиях классиков детского психоанализа (Д. В. Винникотт [2], М. Малер [19], Фр. Дольто [4]) показано, что образ тела формируется на основе ранних детских телесных ощущений, возникающих во взаимодействии матери и ребенка [5].

Несомненный интерес представляет понимание телесности О. В. Лавровой, которая в своей концепции интегративной глубинной топологической психотерапии рассматривает «бытийные взаимоотношения человека с телом: область телесно-ментальных взаимодействий и взаимовлияний», понимая тело как единственное «место» связи «потаенного» с «непотаенным», как «единственную возможность объективации Эго миру» [7, с. 23].

Близка этому подходу позиция А. Ш. Тхостова. Феномен тела рассматривается им как универсальный «зонд», полностью подчиненный субъекту, телесность позволяет субъекту отображать свои границы. Тело является одновременно Я и не-Я, через него субъект выражает свою сущность [16, с. 12].

Современные исследователи, как правило, выделяют три группы социокультурных факторов, формирующих образ тела: представления, бытующие в семье, в среде сверстников, а также в средствах массовой информации, особенно в интернете [5].

Е. А. Ерохиной и Е. В. Филипповой показана на основе подробного анализа работ современных зарубежных исследователей роль представлений, бытующих в современной социокультурной среде, в восприятии своего тела у подростков, в том числе подчеркивается особое значение влияния родителей и семьи [5].

Проблема отношения к своему телу становится особенно острой в подростковом возрасте, когда физиологические изменения сопровождаются потерей целостного

ощущения себя. Этот период характеризуется не только бурным физическим развитием, но и интенсивными социальными взаимодействиями, что может сделать принятие собственного тела сложной проблемой [18].

Е. Т. Соколовой, рассматривающей различные подходы к исследованиям образа физического Я, выделяется уровневая классификация Р. Шонца, где «телесное Я» выступает как этап развития самосознания ребенка. Для ребенка его собственное тело становится отправной точкой в познании окружающего мира, через телесные ощущения он различает «внутри» и «снаружи», осознает себя как активного субъекта [15].

Таким образом, в настоящее время образ тела понимается как комплексное единство восприятия, установок, оценок и представлений о телесной внешности и функциях тела, включенное в образ Я.

Исследования свидетельствуют, что особенности формирования физического образа Я оказывают влияние на развитие самооценки. Так, у людей с физическими ограничениями возникают трудности в межличностном восприятии и взаимодействии с окружающими. Однако, что более важно, такие индивиды часто сталкиваются с трудностями в принятии себя, что отражается на уровне самопринятия [15].

Характер представлений о своем физическом Я, ожидаемые представления относительно восприятия своего тела другими людьми формируют самоотношение человека. Особенности телесности могут оказывать существенное влияние на качество жизни человека, отношение к себе, поскольку встречаются по одежке, а отношение других сказывается на отношении человека к самому себе. Представления о своем теле становятся таким образом существенным регулятором поведения. Самоотношение представляет собой систему эмоционально-ценностных установок в отношении собственного Я. В работах С. Р. Пантилеева и В. В. Столина самоотношение понимается как многомерное динамическое образование, в структуру которого входят такие компоненты как позитивное отношение к себе (самоуважение и аутосимпатия) и негативное отношение к себе (самоуничижение) [13; 14].

Отношение к себе является основным строительным блоком личности, влияющим на широкий спектр поведенческих аспектов. Оно регулирует наше поведение, влияет на межличностные отношения, определяет наши цели и способы их достижения, а также формирует наш подход к разрешению жизненных кризисов [8]. Самоотношение личности представляет собой комплексное понятие, отражающее способ, которым индивид воспринимает, оценивает и взаимодействует с самим собой. Это внутреннее отношение к самому себе охватывает различные аспекты, включая эмоциональное состояние, уровень самооценки, представления о собственных способностях и место в социальной среде [6].

Н. И. Сарджвеладзе рассматривает самоотношение как отношение субъекта к себе в контексте удовлетворения своих потребностей, при этом сосредоточенное на самом себе. Он определяет самоотношение как составной конструкт, включающий в себя несколько аспектов: самосознание, самопознание, самооценку, эмоциональное отношение к себе, самоконтроль и саморегуляцию. Этот конструкт состоит из трех основных компонентов: когнитивного (самопознание и самооценка), эмоционального (отношение к собственным знаниям о себе) и поведенческого (внутренние действия в адрес себя или готовность к таким действиям) [12].

Самоотношение, по нашим данным, связано с отношением к телу [6]. Многочисленные исследования образа тела человека, подростка в частности, вместе с тем не затрагивают такого важного психологического аспекта, как направленность личности.

Выделяют три основных вида направленности личности, описанных в трудах Ф. Кюнкеля, Л. И. Божович и М. С. Неймарк: личностная, коллективистская и деловая [9].

Личностная направленность, направленность на самого себя, проявляется в стремлении к собственному благополучию, в желании быть первым, лучшим и престижным. Люди с личностной направленностью могут игнорировать деловые обязанности, увлекаясь своими переживаниями. Для них работа является источником удовлетворения амбиций.

Коллективистская направленность, ориентированная на взаимодействие, проявляется в действиях, мотивированных потребностью в общении и взаимодействии с окружающими. Люди с этим типом направленности стремятся поддерживать теплые отношения с друзьями, близкими и коллегами. Они часто желают совместной деятельности, но иногда их поведение может мешать достижению целей группы.

Деловая направленность, ориентированная на задачу, формируется через приоритет мотивации, связанной с деятельностью. Она выражается в глубоком интересе к процессу труда, стремлении к получению новых знаний и навыков для успешного достижения целей. Люди с деловой направленностью обычно способны эффективно работать в команде и повышать общую производительность для достижения поставленных задач [8].

В контексте отношения к телу направленность личности играет значительную роль в формировании восприятия и отношения к собственному телу. Личностные черты, мотивации и ценности оказывают влияние на то, как индивид воспринимает свое тело, уделяет ему внимание и заботу.

Важно подчеркнуть, что баланс между этими направленностями может способствовать формированию позитивного и здорового отношения к телу. Понимание своей личной направленности может помочь в осознанном выборе практик и привычек, способствующих улучшению физического и эмоционального благополучия.

Таким образом, направленность личности представляет собой ключевой аспект ее психологической структуры, оказывающий влияние на множество сфер жизни. Индивидуальные особенности, ценности и мотивации формируют уникальный образ восприятия мира и взаимодействия с окружающими.

Образ тела, будучи многогранным понятием, тесно связан с направленностью личности. В зависимости от того, на что человек ориентирован – на себя, на задачи или на взаимодействие с другими, его восприятие собственного тела будет иметь свои особенности.

Личности, направленные на себя, могут использовать образ тела как инструмент для самосовершенствования и заботы о себе. Позитивное восприятие своего тела способствует личностному росту, уверенности и самооценке. Однако чрезмерная фокусировка на недостатках может привести к негативным переживаниям, неудовлетворенности собой и стремлению к нереалистичным стандартам красоты.

Личности, ориентированные на задачи, часто воспринимают тело как инструмент для достижения своих целей. Например, спортсмены и люди, чья работа требует физической активности, стремятся поддерживать оптимальную форму. Негативное восприятие тела в этом случае может стать препятствием для достижения целей, снижая концентрацию и мотивацию.

Личности, ориентированные на взаимодействие, воспринимают образ тела через призму социальных норм и межличностных отношений. Позитивное восприя-

тие своего тела способствует установлению здоровых социальных связей, эмпатии и уверенности в общении. Негативный же образ тела может привести к социальной изоляции, затруднению коммуникации и неуверенности в себе.

Изучение взаимосвязи между образом тела и направленностью личности позволит глубже понять роль восприятия своей телесности в формировании личностных установок, мотивации и поведения. Эти знания ценны для психологов, педагогов и других специалистов, помогая им разрабатывать более эффективные методы поддержки и развития личности, способствуя улучшению качества жизни и психического благополучия.

Направленность личности устойчива и предопределяет широкий спектр свойств и качеств личности. Развитие подростка и его социальное созревание влияют на его самоотношение, в том числе на представление о себе в своем телесном проявлении. Однако направленность личности как мотивационная основа личности появляется и проявляется существенно раньше и лишь в незначительной степени может меняться от возраста к возрасту. Поэтому мы рассматриваем компоненты отношения к телу и самоотношение как более изменчивые личностные составляющие по сравнению с направленностью личности.

Методы исследования. Целью эмпирического исследования являлось выявление связей между удовлетворенностью образом тела, компонентами общего самоотношения личности и ее направленностями среди подростков.

Эмпирическое исследование осуществлено на базе трех общеобразовательных школ: МБОУ СОШ № 57, МБОУ СОШ № 64, МБОУ СОШ № 66. Выборка исследования включает 70 учащихся 7–8 классов в возрасте 13–14 лет.

Выбор подростков 13–14 лет для исследования образа тела обусловлен тем, что в этом возрасте происходят значительные изменения в теле, а также формируются представления о себе и своем теле, которые могут быть связаны с переживанием психологического благополучия и формированием самооценки.

На основе комплексного анализа уровня удовлетворенности образом собственного тела, типов направленности и компонентов общего самоотношения личности по всей выборке были выделены группы респондентов, различающиеся по характеру отношения к своему телу. На этой основе осуществлен анализ различий в выраженности параметров направленности и самоотношения личности и структуры их взаимосвязей в выделенных группах

В выборке были выделены группы подростков с негативным образом собственного тела (34 респондента), с высокими показателями удовлетворенности образом тела (22 респондента), со средними значениями относительно уровня удовлетворенности образом тела (14 респондентов).

Проверялась гипотеза о различиях во взаимосвязях между исследуемыми феноменами в группах подростков с позитивным и негативным образом тела.

В исследовании применялись следующие методики: «Опросник самоотношения (ОСО)» В. В. Столина и С. Р. Пантилеева, «Шкала удовлетворенности внешностью (ШУСТ)» О. А. Скугаревского, «Опросник образа собственного тела (ООСТ)» О. А. Скугаревского, «Ориентировочная анкета» Б. Басса в адаптации Н. Н. Обозова.

Результаты исследования и их обсуждение. В данном исследовании образа тела у подростков применялся метод контрастных групп. Это означает, что в выборку не включались подростки со средними показателями удовлетворенности своим образом тела.

Исследование осуществлялось на двух контрастных группах:

1. Группа с высокими показателями удовлетворенности образом тела: в эту группу вошли подростки, которые максимально позитивно оценивали свою внешность и испытывали минимальное количество негативных эмоций, связанных с ней.

2. Группа с низкими показателями удовлетворенности образом тела: в эту группу вошли подростки, у которых выявлены негативный образ своего тела и неудовлетворенность внешностью.

В табл. показаны статистически значимые различия между указанными группами в отношении направленности личности и компонентов самооотношения (самоуверенность, самопринятие, самопривязанность, внутренняя конфликтность и самообвинение).

Таблица

Статистически значимые различия в направленности личности и компонентов общего самооотношения в группах подростков удовлетворенных (А) и неудовлетворенных (Б) образом своего тела

Виды направленностей и компоненты самооотношения	Направленность личности (средние результаты)/ по критерию Фишера			Компоненты общего самооотношения личности (средние результаты)/по критерию Манна-Уитни								
	На себя	На взаимодействие	На задачу	ВЧ	СУ	СР	ОСО	СЦ	СП	СПр	ВК	СО
Удовлетворенные (А)	29	19	26	6	8	6	6	5	7	6	7	7
Неудовлетворенные (Б)	58	22	21	5	2	5	6	5	2	5	3	2
Группы А и Б	4,159**	0,99**	3,483**	341	0***	306,5	356	308,5	0***	214**	7,5***	32,5***

Примечание: ВЧ – внутренняя честность; СУ – самоуверенность; СР – саморукводство; ОСО – отраженное самооотношение; СЦ – самоценность; СП – самопринятие; СПр – самопривязанность; ВК – внутренняя конфликтность; СО – самообвинение; УТ – удовлетворенность телом.

Сравнение результатов по двум методикам (диагностика типа направленности личности и компонентов общего самоотношения личности) свидетельствует, что у подростков с позитивным образом тела более выражены направленность на взаимодействие и параметр группами в отношении направленности личности и компонентов самоотношения (самоуверенность, самопринятие, самопривязанность, внутренняя конфликтность и самообвинение).

Сравнение результатов по двум методикам (диагностика типа самоуверенность). Это указывает на их стремление к позитивным межличностным отношениям, что укрепляет самооценку и чувство значимости. Они сравнительно реже ориентируются на «выполнение задач», что может свидетельствовать о приоритетности межличностных отношений. Низкие показатели по параметрам «внутренняя конфликтность» и «самообвинение» могут свидетельствовать о внутренней гармонии и положительном отношении к себе.

Для подростков с негативным образом тела более характерна «направленность на задачу» и у них менее выражен параметр «направленность на взаимодействие». Такие показатели могут свидетельствовать о стремлении компенсировать неудовлетворенность своим телом и избегать социальных взаимодействий. Они испытывают трудности в установлении социальных контактов, что связано с низкой самооценкой и высокой самокритичностью.

Также для них характерна более высокая выраженность параметра «самопривязанность», что может проявляться в стремлении к самоанализу и рефлексии. Однако это может усиливать фокусирование на недостатках и внутренние конфликты, что способствует развитию низкой самооценки.

На рис. 1 и 2 представлены данные о значениях линейных корреляций между направленностью личности и компонентами самоотношения в выделенных группах подростков.

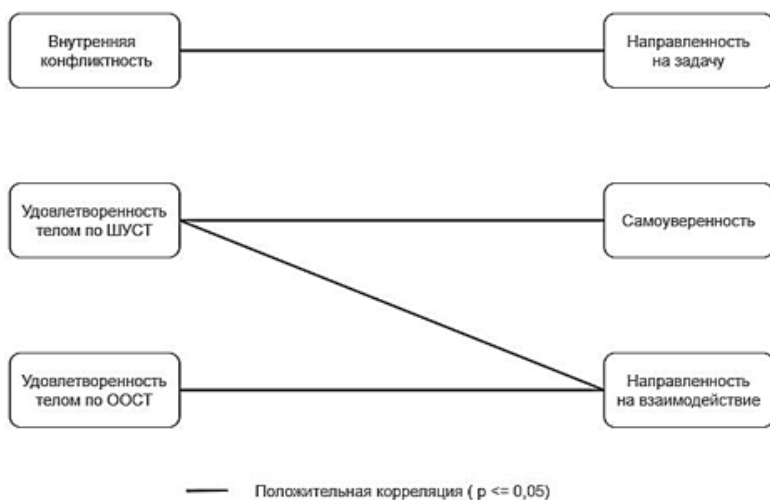


Рис. 1. Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметрами удовлетворенности образом тела и показателями направленности и самоотношения у подростков группы с позитивным образом тела (А)

Обнаружены значимые положительные взаимосвязи между различными переменными.

Внутренняя конфликтность – направленность на задачу ($r_s = 0,08$ при $p \leq 0,05$). Это указывает на то, что существует сопряженность параметров «направленность на задачу» и «внутренние конфликты». Можно думать, что эти подростки стремятся в первую очередь решить внешние задачи, но могут при этом иметь затруднения с выбором разнонаправленных внутренних тенденций. Внутренняя борьба и противоречия могут отвлекать их внимание от целей и мешать достижению успеха в решении задач. Внутренняя конфликтность подростка и его направленность на внешнюю среду являются важными аспектами, которые взаимосвязаны и оказывают значительное влияние на его самоощущение и восприятие собственного тела. Подростковый возраст – это время активного формирования личности, самоидентификации и принятия своего физического облика. Окружающая среда играет ключевую роль в этом процессе.

Когда подросток ориентирован на внешние стимулы, он активно реагирует на воздействия из окружающей среды, такие как средства массовой информации, чужие мнения и социальные стандарты красоты. Эта ориентация на внешние стимулы может значительно усиливать внутреннюю конфликтность по нескольким причинам:

1. Современные СМИ и социальные сети часто транслируют идеализированные образы и стандарты красоты, которые могут быть недостижимыми для большинства подростков. Постоянное сравнение себя с этими идеализированными образами вызывает у подростков чувство несоответствия и неудовлетворенности своим телом.

2. В подростковом возрасте мнение окружающих и социальное одобрение имеют огромное значение. Подростки часто стремятся соответствовать ожиданиям сверстников, что может приводить к внутренним конфликтам, если собственный образ тела не соответствует этим ожиданиям. Постоянное стремление к внешнему одобрению делает подростка уязвимым к критике и негативным комментариям.

3. Социальные стандарты красоты могут быть очень строгими и узкими, исключая разнообразие телесных форм и размеров. Подростки, ориентированные на эти стандарты, могут испытывать постоянное недовольство своим телом, если оно не соответствует идеализированным критериям. Это недовольство вызывает внутренние конфликты, связанные с самооценкой и самоидентификацией.

Эти факторы создают ситуацию, когда подростку становится сложнее достичь удовлетворенности образом своего тела. Внутренняя конфликтность усиливается из-за постоянного несоответствия между реальным и идеализированным образом тела. Это приводит к снижению самооценки, повышению тревожности и депрессивных настроений. Подросток может ощущать, что его ценность определяется внешними параметрами, что подрывает его уверенность в себе и мешает гармоничному развитию личности.

Понимание этой взаимосвязи позволяет педагогам и психологам разрабатывать стратегии, направленные на укрепление внутренней устойчивости подростков, снижение их зависимости от внешних стимулов и формирование более позитивного восприятия собственного тела.

Удовлетворенность образом собственного тела – самоуверенность ($r_s = 0,501$ при $p \leq 0,05$): чем более удовлетворены подростки своим телом, тем выше у них уровень самоуверенности. Положительное отношение к своему телу может способствовать развитию уверенности в себе и собственных силах.

В группе подростков с позитивным образом тела выявлена взаимосвязь между удовлетворенностью телом и направленностью на взаимодействие ($r_s = 0,508$ при $p \leq 0,05$).

Позитивная направленность на взаимодействие, предполагающая открытость к общению и желание строить отношения, может развиваться на основе уверенности в себе. Уверенность, в свою очередь, может быть основана на позитивном восприятии своего тела. Подростки, удовлетворенные своим телом, с большей вероятностью могут понимать и принимать других людей, включая их внешность. Это эмпатичное отношение может укреплять их направленность на взаимодействие. Здоровые отношения и поддержка близких людей могут играть важную роль в формировании как позитивного образа тела, так и направленности на взаимодействие.

Таким образом, можно предположить, что направленность на взаимодействие (на других) у подростков с позитивным образом тела является не только следствием, но и частично причиной их удовлетворенности своим телом.

Позитивное взаимодействие с другими людьми может укреплять уверенность в себе и чувство принятия, что, в свою очередь, может улучшать отношение к своему телу.

Подростки, ориентированные на других, получают больше обратной связи о себе, что может помочь им более объективно оценивать свою внешность и корректировать негативные установки.

Важно отметить, что связь между направленностью и удовлетворенностью телом является комплексной и может меняться под влиянием различных факторов. Не все подростки с позитивным образом тела имеют одинаковую направленность на взаимодействие. Для более точной интерпретации связи необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого подростка.

Самая сильная корреляция обнаружена между параметром «внутренняя конфликтность» и другими переменными, что может указывать на то, что внутренняя борьба и противоречия играют важную роль в формировании различных аспектов личности подростков.

Далее представлена корреляционная плеяда, отражающая взаимосвязь образа тела, компонентов общего самоотношения и типов направленностей личности в группе подростков, неудовлетворенных образом тела.

Рис. показывает наличие в группе респондентов с негативным образом тела ряда взаимосвязей. Сильная положительная корреляция обнаружена между следующими шкалами:

– между удовлетворенностью образом тела и самоуверенностью ($r_s = 0,587$ при $p \leq 0,001$). Это указывает на то, что уровень удовлетворенности своим телом тесно взаимосвязан с уровнем самоуверенности подростков с негативным образом тела. Чем более они удовлетворены своим телом, тем выше их уровень самоуверенности, и наоборот. Мы можем предположить несколько возможных интерпретаций этой связи:

1. В современном обществе внешний вид часто играет важную роль в формировании самооценки. Люди, которые довольны своим телом, могут чувствовать себя более ценными и привлекательными, что может повысить их самоуверенность.

2. Самоуверенные люди могут быть более склонны к позитивному восприятию своего тела, даже если у них есть объективные недостатки. Это связано с тем, что они не застревают на своих недостатках и не сравнивают себя с другими.

3. Удовлетворенность образом тела и самоуверенность могут взаимно влиять друг на друга. Например, человек, который чувствует себя уверенно, может начать больше заботиться о своем здоровье и внешнем виде, что в свою очередь может повысить его удовлетворенность образом тела.



Рис. 2. Корреляционная плеяда взаимосвязей между параметрами удовлетворенности образом тела и показателями направленности и самооотношения у подростков группы с негативным образом тела (Б)

Понимание связи между удовлетворенностью образом тела и самоуверенностью имеет большое значение для психологического благополучия людей. Развитие позитивного образа тела и повышение самоуверенности может помочь людям улучшить свою самооценку, снизить уровень тревожности и депрессии, а также повысить качество жизни.

Также обнаружена слабая отрицательная корреляция:

– между удовлетворенностью образом тела и направленностью на задачу ($r_s = -0,393$, при $p \leq 0,05$) – может означать, что, чем ниже показатели удовлетворенности телом, тем выше показатели направленности на задачу (и наоборот). Эти данные могут быть интерпретированы следующим образом: у подростков наблюдается стремление компенсировать негативный образ тела посредством достижений в деятельности или посредством отвлечения делами от негативных мыслей о собственном внешнем виде.

Наличие комплекса выявленных взаимосвязей может быть обусловлено принятием подростком навязанных стандартов красоты (мнение окружающих и влияние СМИ). Подростки с негативным отношением к своему телу ориентированы на достижение идеального образа, заданного извне, они могут испытывать трудности в принятии своего тела и снижение удовлетворенности им.

Негативное отношение к телу часто возникает из-за несоответствия воспринимаемого своего внешнего вида идеализированным стандартам красоты, продвигаемым СМИ и обществом.

Подростки, ориентированные на внешние стандарты красоты, склонны к постоянному сравнению себя с другими, что может привести к неудовлетворенности своим телом и низкой самооценке.

Фокус на внешних стандартах красоты может усиливать внутренний критик, который постоянно оценивает и критикует тело человека.

Понимание этой связи может помочь психологам и другим специалистам в работе с людьми, которые испытывают трудности из-за негативного отношения к телу и фокуса на внешних стандартах красоты.

В рамках данного исследования была выявлена слабая, но статистически значимая положительная корреляция между удовлетворенностью образом тела и самопринятием в группе подростков с негативным образом тела ($r_s = 0,383$ при $p \leq 0,05$).

Эта взаимосвязь в более выраженном виде характерна и для группы подростков, удовлетворенных образом своего тела.

Однако в контексте особенностей данной группы подростков, выявленная взаимосвязь может быть интерпретирована следующим образом:

1. Компенсаторный механизм: некоторые улучшения в восприятии своего тела могут выступать как компенсация негативного отношения к себе в целом; подростки с негативным образом тела, имеющие низкую самооценку и неуверенность в себе, в других сферах жизни (например, успешность в учебной или других видах деятельности) могут черпать чувство удовлетворенности и уверенности из улучшения восприятия своего внешнего вида.

2. Фокус на достоинствах: позитивные сдвиги в самовосприятии тела могут привести к переключению внимания с недостатков на достоинства; подростки с негативным образом тела часто склонны фокусироваться на своих недостатках и игнорировать свои сильные стороны.

3. Влияние социальных норм: подростки с негативным образом тела могут испытывать давление со стороны окружающих, чтобы соответствовать определенным стандартам красоты. Улучшение восприятия своего тела может помочь им чувствовать себя в соответствии со стандартами и быть принятыми обществом.

Выявлена также взаимосвязь удовлетворенности образом тела и параметра «самоценность» ($r_s = -0,413$, $p \leq 0,05$): чем выше самоценность, тем ниже удовлетворенность телом (и наоборот). Выявленная взаимосвязь может указывать на то, что подростки, неудовлетворенные своим образом тела, могут испытывать сниженное чувство собственной ценности и уверенности в себе, что может отражаться на их общей самооценке и убеждении в своей значимости и способностях. Это особенно важно в период подросткового развития, когда формирование положительной самооценки играет ключевую роль в психологическом благополучии и социальной адаптации.

Далее представлен рис. 3, отражающий специфику взаимосвязей в обеих группах.

Сравнение плеяд свидетельствует о том, что у подростков, независимо от того, позитивный у них образ тела или негативный, существует положительная взаимосвязь между удовлетворенностью своим телом и параметром «самоуверенность» как компонентом общего самоотношения личности: чем выше удовлетворенность образом тела, тем выше их уверенность в себе.

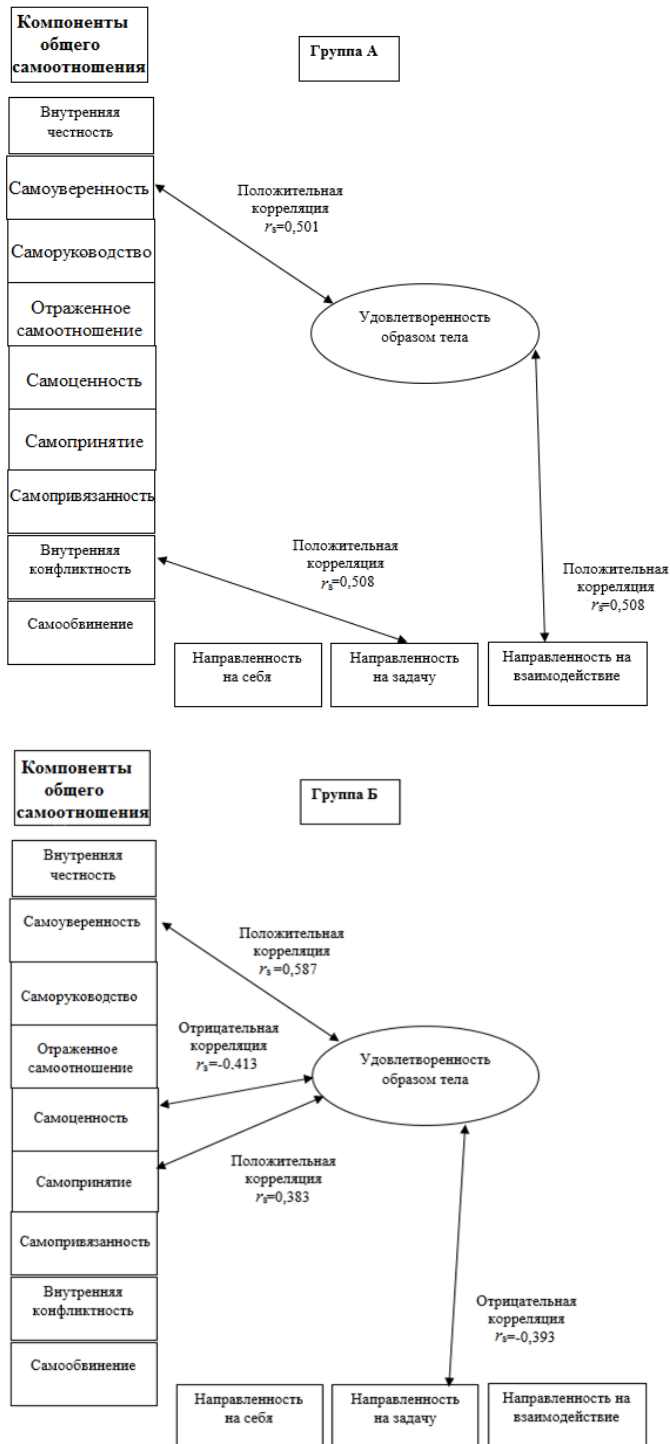


Рис. 3. Корреляционные плеяды взаимосвязей параметров удовлетворенности образом тела и показателей направленности и самоотношения у подростков группы с позитивным (А) и негативным (Б) образом тела

У подростков с негативным образом тела наблюдается также взаимосвязь между позитивным образом тела и самопринятием, что свидетельствует о «чуткости» этих подростков к изменениям в отношении образа тела. В то же время у подростков с негативным образом тела наблюдается отрицательная взаимосвязь между удовлетворенностью своим телом и направленностью на задачу: чем выше направленность на задачу, тем ниже удовлетворенность своим телом и наоборот, тогда как у подростков с позитивным образом тела представлена положительная корреляция между удовлетворенностью своим телом и направленностью на взаимодействие.

Интересно, что в группе подростков с позитивным отношением к образу тела, все-таки наблюдается взаимосвязь между параметром «внутренняя конфликтность» самооотношения и направленностью на решение задач.

Таким образом, по-видимому, удовлетворенность своим телом и самопринятие являются ключевыми факторами, обеспечивающими внутреннюю устойчивость подростков и направленность личности. Внешние стимулы и социальные стандарты красоты оказывают значительное влияние на восприятие тела и самооценку, усиливая внутренние конфликты и тревожность. Позитивное отношение к своему телу и высокий уровень уверенности в себе связаны с развитием здоровых социальных отношений и уверенности в своих силах.

Полученные данные позволяют предполагать, что психологическая помощь подросткам должна быть направлена на развитие самопринятия и критического мышления относительно навязанных внешних представлений о хорошем, правильном образе тела.

Выводы. Результаты исследования подтвердили уже известные факты о взаимосвязи характера восприятия образа тела и самооотношения у современных подростков: самооотношение является более благоприятным при принятии своей телесности. Получены также новые данные о том, что направленность личности может быть связана как с особенностями восприятия своего тела, так и самооотношением личности подростка. Для подростков с негативным образом тела, а также при внутренней конфликтности в самооотношении, направленность на решение задач может иметь компенсаторный характер.

Полученные данные позволяют планировать психологическую помощь подросткам, у которых имеются проблемы с принятием образа тела и самооотношением.

В то же время необходимы дальнейшие исследования для выявления совокупности психологических проблем, имеющих у подростков с негативным образом тела, что позволит оказывать им более действенную психологическую помощь.

Список источников

1. *Белашина Т. В., Волкова К.* Особенности взаимосвязи самооотношения и образа тела в подростковом возрасте // Развитие человека в современном мире. – 2022. – № 2. – С. 102–116.
2. *Винникотт Д. В.* Ребенок, семья и внешний мир. Теория и практика психоанализа. – М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2017. – 256 с.
3. *Джемс У.* Психология самосознания / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара, 2000. – 343 с.
4. *Дольто Ф.* На стороне подростка. – СПб.: Рама Пабблишинг, 1997. – 278 с.
5. *Ерохина Е. А., Филиппова Е. В.* Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований) // Современная зарубежная психология. – 2019. – Т. 8, № 4. – С. 57–68.

6. Клева В. Н., Чернявская В. С. Самоотношение лиц с разным отношением к физическому «Я» на примере студентов разного пола // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – Т. 27, № 2. – С. 88–96.
7. Лаврова О. В. Глубинная топологическая психотерапия: идеи о трансформации. Введение в философскую психологию: монография. – СПб.: ДНК, 2001. – 424 с.
8. Ледовская Т. В. Психологическая структура самоотношения в подростковом и юношеском возрасте // Ярославский педагогический вестник: научный журнал. – 2017. – № 4. – С. 229–233.
9. Локтева Е. В. Направленность личности и ценностные ориентации подростков // Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: сборник трудов III Всероссийской научно-практической конференции (г. Евпатория, 11–12 декабря 2020 г.). – Симферополь: Ариал, 2021. – С. 99–104.
10. Махров А. А. Тренинг как метод работы по развитию саморегуляции и самоотношения подростков // International Journal of Medicine and Psychology. – 2024. – Т. 7, № 2. – С. 235–242.
11. Новикова Ю. Ю. Мета-аналитические исследования в клинической психологии // Национальный психологический журнал. – 2019. – Т. 4, № 4 (36). – С. 46–52.
12. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. – Тбилиси: Мецниереба, 1989. – 204 с.
13. Светикова А. В. Связь образа тела и самоотношения у современных девушек // Молодой ученый. – 2019. – № 34 (272). – С. 41–45.
14. Светикова А. В., Борисенко З. В. Образ тела в структуре самоотношения молодежи // StudNet. – 2021. – № 6. – С. 1421–1437.
15. Соколова Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. – М.: Московский государственный университет, 1989. – 216 с.
16. Тхостов А. Ш. Психология телесности. – М.: Смысл, 2002. – 287 с.
17. Шишкова А. В. Дефиниции «Я-телесного» в психологических исследованиях // Психология телесности: теоретические и практические исследования (25 декабря 2009 г.): сборник статей II международной научно-практической конференции / под общ. ред. Е. В. Буренковой. – Пенза: Пензенский государственный педагогический университет им. В. Г. Белинского, 2009. – С. 33–38.
18. Chow C. M., Tan C. C. The role of fat talk in eating pathology and depressive symptoms among mother-daughter dyads // Body Image. – 2018. – Vol. 24. – P. 36–43.
19. Mahler M. On the first three subphases of the separation – individuation process // International Journal Psychoanalysis. – 1972. – № 53. – P. 333–338.
20. Schilder P. The image and appearance of the human body: studies of the constructive energies of the psyche. – New York: International Universities Press, 1970. – 11 p.
21. Thompson J. K., Schaefer L. M. Thomas F. Cash. A multidimensional innovator in the measurement of body image; Some lessons learned and some lessons for the future of the field // Body Image. – 2019. – Vol. 31. – P. 198–203.

References

1. Belashina T. V., Volkova K. Features of the relationship between self-attitude and body image in adolescence. *Human Development in the Modern World*, 2022, no. 2, pp. 102–116. (In Russian)
2. Winnicott D. V. Child, family and the outside world. Theory and practice of psychoanalysis. Moscow: Institute of General Humanitarian Research, 2017, 256 p. (In Russian)
3. James W. Psychology. Psychology of self-awareness. Ed. by D. Ya. Raigorodsky. Samara, 2000, 343 p. (In Russian)

4. Dolto F. On the side of a teenager. Saint Petersburg: Rama Publishing, 1997, 278 p. (In Russian)
5. Erokhina E. A., Filippova E. V. Body image and attitude to one's body in adolescents: family and socio-cultural factors of influence (based on materials of foreign studies). *Modern foreign psychology*, 2019, vol. 8, no. 4, pp. 57–68. (In Russian)
6. Kleva V. N., Charnyavskaya V. S. Self-attitude of persons with different attitudes to the physical self on the example of students of different sexes. *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2021, vol. 27, no. 2, pp. 88–96. (In Russian)
7. Lavrova O. V. Deep topological psychotherapy: ideas about transformation. Introduction to Philosophical Psychology: monograph. Saint Petersburg: DNK, 2001, 424 p. (In Russian)
8. Ledovskaya T. V. Psychological structure of self-attitude in adolescence and adolescence. *Yaroslavl pedagogical bulletin: scientific journal*, 2017, no. 4, pp. 229–233. (In Russian)
9. Lokteva E. V. Personality orientation and value orientations of adolescents. Psychological and pedagogical support of the educational process: proceedings of the III All-Russian scientific and practical conference (Yevpatoria, December 11–12, 2020). Simferopol: Arial, 2021, pp. 99–104. (In Russian)
10. Makhrov A. A. Training as a method of work on the development of self-regulation and self-regulation of adolescents. *International Journal of Medicine and Psychology*, 2024, vol. 7, no. 2, pp. 235–242. (In Russian)
11. Novikova Yu. Yu. Meta-analytical studies in clinical psychology. *National Psychological Journal*, 2019, vol. 4, no. 4 (36), pp. 46–52. (In Russian)
12. Sarjveladze N. I. Personality and its interaction with the social environment. Tbilisi: Metsniereba, 1989, 204 p. (In Russian)
13. Svetikova A. V. The connection of body image and self-attitude in modern girls. *Young scientist*, 2019, no. 34 (272), pp. 41–45. (In Russian)
14. Svetikova A. V., Borisenko Z. V. Body image in the structure of youth self-regulation. *StudNet*, 2021, no. 6, pp. 1421–1437. (In Russian)
15. Sokolova E. T. Self-awareness and self-esteem in personality anomalies. Moscow: Moscow State University, 1989, 216 p. (In Russian)
16. Tkhostov A. Sh. Psychology of physicality. Moscow: Smysl, 2002, 287 p. (In Russian)
17. Shishkovskaya A. V. Definitions of “I am corporeal” in psychological research. Psychology of corporeality: theoretical and practical research: collection of articles of the second scientific and practical international conference. Under the general ed. by E. V. Burenkova. Penza: Penza State Pedagogical University named after V. G. Belinsky, 2009, pp. 33–38. (In Russian)
18. Chou C. M., Tan C. C. The role of talking about fat in the pathology of nutrition and depressive symptoms in mother-daughter dyads. *Body image*, 2018, vol. 24, pp. 36–43.
19. Mahler M. On the first three subphases of separation – individuation possess. *International Psychoanalysis*, 1972, no. 53, pp. 333–338.
20. Schilder P. The image and appearance of the human body: studies of the constructive energies of the psyche. New York: International Universities Press, 1970, 11 p.
21. Thompson J. K., Schaefer L. M. Thomas F. Cash. A multidimensional innovator in measuring body image: some lessons learned and future prospects in this area. *Body Image*, 2019, vol. 31, pp. 198–203.

Информация об авторах

П. А. Агафонова – педагог-психолог, Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи населению; студент 2 курса магистратуры, магистерская программа «Психологическое консультирование», Владивостокский государственный университет, г. Владивосток, Россия, Agafonova.plna@gmail.com

В. С. Чернявская – профессор кафедры философии и юридической психологии, доктор педагогических наук, профессор психологии, Владивостокский государственный университет, г. Владивосток, Россия, <https://orcid.org/0000-0001-6674-6305>, valstan13@mail.ru

Information about the authors

P. A. Agafonova – educational psychologist, Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance to the population; 2nd year graduate student, Master's program “Psychological Counseling”, Vladivostok State University, Vladivostok, Russia, Agafonova.plna@gmail.com

V. S. Chernyavskaya – Professor of Department of Philosophy and Legal Psychology, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of Psychology, Vladivostok State University, Vladivostok, Russia, <https://orcid.org/0000-0001-6674-6305>, valstan13@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.07.2024; одобрена после рецензирования 19.07.2024; принята к публикации 22.07.2024.

The article was submitted 10.07.2024; approved after reviewing 19.07.2024; accepted for publication 22.07.2024.



Научная статья

УДК 159.9.07

Особенности проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в подростковом возрасте

Татьяна Валентиновна Белашина¹, Елизавета Дмитриевна Капитонова¹

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия

Аннотация. В статье исследуется проблема особенностей проявления стратегий совладания и защитных механизмов психики на примере выборки лиц подросткового возраста. Показано, что данный вопрос приобретает особую значимость в ситуации переживания пубертатного кризиса, являющегося крайне важным и, в то же время нестабильным периодом развития и становления личности. Серьезные физиологические и психологические изменения, обусловленные процессом полового созревания, сопровождаются высоким уровнем психоэмоционального напряжения и, как следствие, повышением тревоги, агрессии и усилением внутреннего конфликта, что приводит к актуализации систем психологической защиты и формированию разнообразных копинг-механизмов, позволяющих снизить уровень напряжения и восстановить утраченный баланс. *Цель статьи* – исследования особенностей проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в подростковом возрасте. *Методы.* Эмпирическое исследование было проведено на выборке, которую составили 120 обучающихся подросткового возраста, из них 30 мальчиков и 30 девочек в возрасте 13–14 лет, а также 30 мальчиков и 30 девочек в возрасте 16–17 лет, которые были дифференцированы на следующие эмпирические группы: ЭГ-1 (N = 30) – мальчики младшего подросткового возраста; ЭГ-2 (N = 30) – девочки младшего подросткового возраста; ЭГ-3 (N = 30) – мальчики старшего подросткового возраста; ЭГ-4 (N = 30) – девочки старшего подросткового возраста. *Результаты* проведенного сравнительного анализа показали, что испытуемые ЭГ-1 (мальчики младшего подросткового возраста) в большей степени склонны к использованию таких защит, как «проекция» и «реактивное образование». Девочки младшего подросткового возраста (ЭГ-2) более склонны к сознательному реагированию в широком спектре ситуаций по типу «планирование», «оценивание результатов» и «избегание проблем». Мальчики старшего подросткового возраста (ЭГ-3) склонны проявлять реакции по типу «замещение/перенос», «реактивное образование» и «дистанцирование». Девочки старшего подросткового возраста (ЭГ-4) отличаются проявлением защитных механизмов «регрессия», «ипохондрия», «альтруизм», «предвосхищение», копинг-механизмами «оценивание результатов» и «разрешение проблем», также обладают более высоким «общим уровнем саморегуляции».

Ключевые слова: механизмы психологической защиты; копинг-стратегии; подростковый возраст; сравнительный анализ; критерий U-Манна-Уитни.

Для цитирования: Белашина Т. В., Капитонова Е. Д. Особенности проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в подростковом возрасте // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 55–68.

Original article

Peculiarities of manifestation of psychological defense mechanisms and coping strategies in adolescence

Tatiana V. Belashina¹, Elizaveta D. Kapitonova¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. The article studies the problem of peculiarities of manifestation of coping strategies and defense mechanisms of the psyche on the example of a sample of adolescents. It is shown that this issue becomes especially important in the situation of experiencing puberty crisis, which is an extremely important and, at the same time, unstable period of personality development and formation. Serious physiological and psychological changes caused by the process of puberty are accompanied by a high level of psychoemotional stress and, as a consequence, increased anxiety, aggression and intensification of internal conflict, which leads to the actualization of psychological defense systems and the formation of a variety of coping mechanisms to reduce the level of stress and restore the lost balance. The aim of the article is to investigate the peculiarities of manifestation of psychological defense mechanisms and coping strategies in adolescence. *Methods.* The empirical study was carried out on a sample of 120 adolescent students, including 30 boys and 30 girls aged 13–14 years, as well as 30 boys and 30 girls aged 16–17 years, who were differentiated into the following empirical groups: EG-1 (N = 30) – boys of younger adolescence; EG-2 (N = 30) – girls of younger adolescence; EG-3 (N = 30) – boys of older adolescence; EG-4 (N = 30) – girls of older adolescence. *The results* of the conducted comparative analysis showed that EG-1 subjects (boys of younger adolescence) are more inclined to use such defenses as “projection” and “reactive education”. Younger adolescent girls (EG-2) were more inclined to consciously react in a wide range of situations by “planning”, “evaluating results” and “avoiding problems”. Older adolescent boys (EG-3) tend to exhibit reactions along the lines of “substitution/transference”, “reactive education” and “distancing”. Senior adolescent girls (EG-4) are characterized by the manifestation of defense mechanisms “regression”, “hypochondria”, “altruism”, “anticipation”, coping mechanisms “evaluation of results” and “problem solving”, also possess higher “general level of self-regulation”.

Keywords: psychological defense mechanisms; coping strategies; adolescence; comparative analysis; U-Mann-Whitney criterion.

For citation: Belashina T. V., Kapitonova E. D. Peculiarities of manifestation of psychological defense mechanisms and coping strategies in adolescence. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 55–68. (In Russ.)

Введение. Современная социокультурная ситуация предполагает неизбежное столкновение с различного рода трудными жизненными ситуациями, а также высокий уровень воздействия стресс-факторов, что детерминирует возникновение потребности стремительных изменений. Так, современному человеку необходимо проявлять гибкость, быть способным находить новые пути решения проблем в быстро меняющихся условиях, стойко выдерживать возникновение разнообразных непредвиденных ситуаций.

Особое значение данная проблема приобретает в условиях переживания возрастных кризисов, а именно в подростковом возрасте, который является крайне нестабильным, но при этом важным периодом развития и становления личности

человека. Глобальная перестройка организма и процесс полового созревания сопровождаются высоким уровнем дискомфорта в различных сферах, что также вызывает рост психического напряжения. Подобные изменения часто провоцируют повышение тревоги, агрессии и усиливают внутренний конфликт, что, в конечном счете, приводит к актуализации систем психологической защиты, позволяя снизить уровень напряжения и восстановить утраченный баланс.

Понятие психологической защиты было впервые введено в психологическую науку в 1894 г. основоположником психоаналитического направления З. Фрейдом. По мнению австрийского психолога, с самого начала жизни человека между инстинктивными импульсами Я и требованиями внешней среды, предъявляемыми при социальном взаимодействии, возникает психическое напряжение. Таким образом, формируется состояние, связанное с болезненными аффектами, и в случае, когда личность не может справиться с внутренним напряжением, актуализируются бессознательные психологические защиты, субъективно искажающие травмирующее событие [24].

В дальнейшем эту теорию развивала А. Фрейд, которая обнаружила связь между периодами детского развития и защитными механизмами психики, и подчеркивала, что психологическая защита направлена на поддержание постоянства внутренней среды, а потому набор используемых механизмов будет отражать степень адаптации личности и отличаться у разных людей [23]. Автор описал 15 защитных механизмов, отмечая при этом, что первые механизмы защиты связаны с негативным опытом спонтанного самовыражения, которое впоследствии вызывает психическое напряжение и дестабилизирует образ Я [26].

Несмотря на отсутствие четкой линейной последовательности в возникновении каждого механизма, в рамках Эго-психологии была сформулирована теория о существовании первичных защит. По мнению Н. Мак-Вильямс, объектом первичных «примитивных» защит являются границы между Я и окружающей средой, в то время как вторичные механизмы защиты, которые являются более зрелыми, актуализируются за счет границ Ид, Эго и Супер-Эго. Первичные защиты, в отличие от вторичных защит, не разделяют эмоциональные, мыслительные и поведенческие аспекты психики, и функционируют, в основном, в процессе восприятия [14].

О. Кернберг отмечает, что первичные механизмы защиты не соответствуют принципу реальности, а также характеризуются слабой степенью осмысления автономности и константности происходящего за пределами Эго. Например, механизмы вытеснение и отрицание являются похожими, поскольку оба направлены на ограждение психики от травмирующего опыта. Однако вытеснение является более зрелым, поскольку для этого полученный негативный опыт попадает в границы сознания и только после этого вытесняется в бессознательное, в то время как отрицание является устойчивым и иррациональным механизмом. В этой связи важно подчеркнуть, что примитивные защиты являются важной составляющей восприятия мира у ребенка, а потому наличие данных защит характеризует не нарушение развития, а основу для формирования более зрелых механизмов [10].

Ф. Перлз описывает защитные механизмы психики с точки зрения эволюционно-биологического подхода, поскольку они активируются как в случае внутриличностного конфликта, так и в контексте внешних опасных и травмирующих событий. В таком случае психика стремится сохранить баланс и мобилизует систему защиты, которая нацелена ликвидировать дискомфортные чувства и ощущения, вместе

с тем неизбежно ограждая личность от среды, лишая полного представления о себе и мире вокруг [19].

Р. Плутчик, анализируя существующие представления о проявлении механизмов психологической защиты, выдвигает идею о природе их происхождения как о вторичном образовании эмоций, и рассматривает взаимосвязь между механизмами защиты психики и базовыми эмоциями [27]. В рамках психоэволюционной теории эмоций автор выделяет восемь защитных механизмов: отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация, реактивное образование.

В отечественной психологии рассмотрению вопроса о механизмах психологической защиты посвящены работы И. М. Никольской и Р. М. Грановской. Авторы рассматривают их как особую систему стабилизации личности и подчеркивают, что механизмы защиты – это «процессы интрапсихической адаптации личности за счет подсознательной переработки поступающей информации» [18, с. 14]. Они создают своеобразный «барьер» между сознанием человека и травмирующим, болезненным опытом.

Л. Н. Субботина отмечает, что основным элементом анализа системы психологической защиты выступают защитные механизмы психики, которые формируются в течение жизни и связаны с индивидуальными особенностями личности. Кроме того, механизмы психологической защиты имеют свою специфическую направленность, которая предполагает разную степень эффективности, в зависимости от контекста происходящих событий [22].

По мнению Б. Ф. Бассина, сущность психологических защит раскрывается как индивидуальный набор методов переработки информации и вызываемых ею негативных переживаний с целью снизить возникающее напряжение в структурах психики. Иными словами, это своеобразная конечная структура обороны психики, которая мобилизуется в тех случаях, когда другие способы успокоения и совладания оказываются неэффективными. Также автор отмечал, что специфика механизмов защиты предполагает своеобразную реконструкцию субъективного восприятия происходящих трудностей с целью снизить их негативное воздействие и оказать благоприятное влияние на процессы адаптации [3].

Е. Р. Пилюгина разработала и предложила двухмерную модель классификации механизмов психологической защиты (табл. 1), выделяя наиболее распространенные механизмы для получения оптимального инструментария психодиагностики, которая включает в себя 20 механизмов и строится на основании четырехуровневой иерархии (психотическая, инфантильная, невротическая и адаптивная группы) и 5 типах преодоления фрустрации (отвлекающийся, «защита от вины», избегающий, рационализирующий, контролирующий).

Таблица 1

Двухмерная классификация механизмов психологической защиты Е. Р. Пилюгиной

Тип преодоления фрустрации	Психотические механизмы	Инфантильные механизмы	Невротические механизмы	Адаптивные механизмы
1	2	3	4	5
Отвлекающийся	Регрессия	Компульсивное поведение	Компенсация	Сублимация
Защита от вины	Ипохондрия	Пассивная агрессия	Реактивное образование	Альтруизм

1	2	3	4	5
Избегающий	Вытеснение	Отрицание	Избегание	Подавление
Рационализирующий	Диссоциация	Замещение (перенос)	Рационализация	Юмор
Контролирующий	Изоляция	Проекция	Всемогущий контроль	Предвосхищение

Четырехуровневая иерархия механизмов защиты дифференцирует их на четыре группы по степени адаптивности:

1) Психотические механизмы – оказывают деструктивное влияние на личность и затрудняют процесс адаптации. Данные механизмы функционируют бессознательно на психофизиологическом уровне, и выражаются через расщепление сознания, уход в мир фантазий, забывание, через моторно-двигательную стимуляцию и психосоматические заболевания.

2) Инфантильные механизмы – создают трудности в процессе адаптации, т. к. обусловлены эмоциональным инфантилизмом. Такие механизмы призваны сиюминутно снять психическое напряжение, часто посредством перекалывания ответственности на других людей или события.

3) Невротические защиты – функционируют на основе когнитивных структур и самооценки личности. Данные механизмы сопрягаются с неадекватным восприятием себя и своих результатов, что также мешает адекватно действовать, т. к. самооценка личности нестабильна и колеблется в зависимости от внешних условий.

4) Адаптивные механизмы защиты – обеспечивают эффективную психологическую и социальную адаптацию, т. к. не только эффективно снимают психическое напряжение, но и являются социально одобряемыми. Основу данных механизмов составляет волевая структура личности и соотнесение со степенью адекватности, которая контролируется рефлексией.

Кроме иерархичности, данная классификация строится на основе пяти типов преодоления фрустрации:

1) Отвлекающийся тип преодоления фрустрации, который предполагает снятие психического напряжения путем использования отвлекающих действий. Данные механизмы включают в себя регрессию, компульсивное поведение, компенсацию и сублимацию, и позволяют сместить фокус внимания для создания иллюзорного чувства безопасности.

2) Тип преодоления фрустрации «защита от вины», который характеризуется чрезмерной совестливостью и ответственностью. Механизмы, отнесенные к данному типу преодоления фрустрации: ипохондрия, пассивная агрессия, реактивное образование и альтруизм.

3) Избегающий тип преодоления фрустрации, который стремится субъективно упразднить или уклониться от болезненных переживаний или событий. К данному типу причисляют механизмы вытеснения, отрицания, избегания и подавления.

4) Рационализирующий тип преодоления фрустрации, который предполагает активное использование когнитивных способностей личности. В таком случае психическое напряжение снимается с помощью механизмов диссоциации, замещения (перенос), рационализации и юмора.

5) Контролирующий тип преодоления фрустрации, который сопрягается с высокой потребностью управлять происходящими событиями. Данный тип включает в себя механизмы изоляции, проекции, всемогущего контроля и предвосхищения [20].

Таким образом, механизмы психологической защиты представляют собой бессознательную систему защиты психики, которая стремится снизить уровень психического напряжения посредством субъективного искажения действительности. В связи с этим механизмы психологической защиты оказывают как положительное влияние на адаптацию и гармонизацию структур личности, так и наоборот, могут приводить к ухудшению адаптации, сужению представлений о мире и различным психосоматическим нарушениям [1; 7].

Наряду с формированием защитных механизмов психики, изменения социокультурной ситуации развития подростка предполагают активное развитие и становление потребности самостоятельно активно действовать, а также принципиально новые пути решения проблем, с которыми он раньше не сталкивался. Это обуславливает формирование навыков совладающего со стрессом поведения посредством проявления сознательных когнитивных или поведенческих усилий [15]. Подросток учится использовать наиболее эффективные стратегии действий с целью побороть жизненные трудности, уменьшить их негативные последствия, избежать или перенести их [5; 6; 8; 9].

Понятие копинг-стратегия берет свое начало от англ. слов to cope – преодолевать и coping – справляться, совладать, что есть поведение, которое представляет собой осознанные стратегии действия, направленные на совладание со стрессом [12]. Впервые данный термин был использован Л. Мерфи в 1962 г. во время изучения способов преодоления возрастных кризисов у детей.

В настоящее время описано достаточно большое количество подходов к определению совладающего поведения. Так, И. М. Никольская и Р. М. Грановская раскрывают совладающее поведение как часть общей защитной системы человека, которая активируется в ответ на нарушение постоянства внутренней среды организма, развивается на протяжении всей жизни человека и предполагает сознательную адаптацию к жизненным трудностям [18].

В концепции системы жизнеобеспечения личности авторы предлагают комплексное рассмотрение как психологических защит, так и копинг-стратегий, психосоматических реакций и роста личности в целом. М. В. Богданова и Е. Л. Доценко вводят понятие система жизнеобеспечения личности и раскрывают его как многоуровневую систему механизмов защиты и адаптации, где уровню копинг-стратегий предшествует уровень психологических защит [4].

Однако, по мнению С. К. Нартовой-Бочавер, такой способ рассмотрения копинга неэффективен, поскольку связывает его только с результатом, а не самим процессом адаптации личности. Автор отмечает, что совладание необходимо рассматривать как субъективный способ регулирования возникающих трудностей, который учитывает степень значимости происходящего и психологический ресурс человека. Поэтому основной задачей копинга выступает адаптация субъекта к возникающему стрессу, будь то активное вмешательство в происходящие события, либо попытка к приспособлению или избеганию с целью снизить внутреннее напряжение и обеспечить комфортное состояние психики. В таком случае уместно утверждать, что критерием эффективности копинг-стратегий выступает снижение чувства уязвимо-

сти, тревоги, агрессии и раздражительности, что сопровождается снижением уровня значимости стрессора для человека [17].

В то же время Л. И. Анцыферова рассматривает стратегии совладания с точки зрения принципа конструктивности. Автор описывает преобразующие стратегии как активное вербально-практическое воздействие на стрессовую ситуацию, в то время как приемы приспособления и приемы самосохранения предполагают позитивную переоценку происходящего, эмоциональное или физическое отстранение от возникающих трудностей [2].

Т. Л. Крюкова определяет совладающее поведение как поведенческие реакции субъекта, которые позволяют преодолеть возникшие стрессогенные обстоятельства путем активного взаимодействия с ними или приспособления [11]. Иными словами, копинг-поведение направлено на совладание со стрессом путем использования сознательных действий, с адекватной оценкой возможностей своей личности и самой ситуации, т. е. когда ситуация поддается контролю и когда нет. В противном случае отсутствие навыков совладающего поведения приведет к нарушению в сфере социального взаимодействия, росту психического и физического напряжения [12]. Поскольку копинг сознателен и целенаправлен, Т. Л. Крюкова характеризует его как дескриптор субъекта и его поведения, и выделяет для этого следующие критерии: осознанность, целенаправленность, связанность, контролируемость, адекватность ситуации, регуляция уровня стресса, значимость последствий для дальнейшего благополучия субъекта, социально-психологическая обусловленность и возможность обучения совладанию [11].

Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский рассматривают модель опережающего совладания, подчеркивая значимость данного подхода для разработки программ профилактики психосоматических заболеваний, вызванных повышенным психическим напряжением. С этой точки зрения копинг может быть направлен не только на устранение действующих стресс-факторов, но и использоваться в будущем для адаптации к потенциальным трудностям, поэтому выделяют антиципационный и восстановительный копинг. Так, восстановительное совладание направлено на возвращение к некогда потерянной внутреннему благополучию субъекта, в то время как антиципационный копинг направлен на регуляцию будущих событий и рассматривается как предвосхищение потенциальных трудностей [21; 25].

Анализируя проблему совладающего поведения, А. В. Либина объединяет механизмы психологической защиты и копинг-стратегии в понятие совладающего интеллекта, который предполагает «психологическую компетентность в разрешении жизненных трудностей с целью успешного достижения значимых целей, создания благоприятных взаимоотношений с окружающими и повышения психологического благополучия» [13, с. 117]. В рамках данной теории автором рассматриваются эффективные и неэффективные способы взаимодействия. Эффективные способы предполагают копинг-стратегии личности, направленные на активацию имеющихся у субъекта интеллектуальных, эмоциональных, физических и социальных ресурсов, что обеспечивает успешное взаимодействие со средой. Вместе с тем неэффективные способы совладания, которые предполагают использование механизмов психологической защиты, затрудняют процесс адаптации к стрессу вследствие ограждения от среды [13].

Отличительной особенностью копинг-стратегий является то, что они предполагают сознательное активное взаимодействие субъекта со стресс-фактором с целью

побороть его, либо, если это невозможно, приспособиться к стрессору или избежать его воздействия. Как следствие, выбор той или иной формы совладания определяется спецификой личной значимости происходящего, а также наличием тех или иных психических и физических ресурсов личности. Поэтому в основе классификации способов совладающего поведения лежит дифференциация на копинг-стратегии, непосредственно направленные на решение проблемы, и копинг-стратегии, направленные на корректировку субъективного отношения к проблеме.

Подростковый возраст специфичен тем, что предполагает самые противоречивые личностные изменения, что проявляется в слабой стрессоустойчивости, повышенной тревожности и агрессии. В сложных быстро меняющихся условиях ребенок должен быть достаточно гибким, способным изменить ситуацию или подстроиться под нее, при этом справляясь со своим внутренним психическим напряжением. По этой причине нередко подростки прибегают к деструктивным или дезадаптивным методам борьбы со стрессом, что может являться причиной отклоняющегося поведения. В этой связи возникает необходимость более углубленного исследования половозрастных особенностей проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у подростков с целью выстраивания стратегии эффективного психолого-педагогического сопровождения, а также формирования конструктивных и адаптивных навыков борьбы со стрессом.

Цель статьи – исследования особенностей проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в подростковом возрасте.

Методы. Базой проведения исследования выступило МБОУ СОШ № 96 с углубленным изучением английского языка г. Новосибирска. Выборку составили 120 обучающихся подросткового возраста, из них 30 мальчиков и 30 девочек в возрасте 13–14 лет, а также 30 мальчиков и 30 девочек в возрасте 16–17 лет.

Для выявления особенностей проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий были использованы следующие методики: «Методика измерения психологической защиты» (Е. Р. Пилюгина, Р. Ф. Сулейманов); опросник «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, в адаптации Т. Л. Крюковой); опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» (В. И. Моросанова); опросник «Индикатор копинг-стратегий» (Дж. Амирхан, в адаптации Н. А. Сироты и В. М. Ялтонского) [16].

Обработка полученных данных осуществлялась с применением статистических пакетов Excel и SPSS, достоверность полученных данных не ниже 5 % уровня значимости. Для определения преобладающих тенденций по исследуемым параметрам осуществлена оценка центральной тенденции с расчетом средних значений, при проведении сравнительного анализа был использован непараметрический критерий U-Манна-Уитни.

Результаты исследования и их обсуждение. На первом этапе эмпирического исследования была проведена обработка полученных данных и осуществлена дифференциация общей выборки испытуемых по признаку «пол» и «возраст». Исходя из цели и гипотезы исследования, были сформированы следующие эмпирические группы: ЭГ-1 (N = 30) – мальчики младшего подросткового возраста; ЭГ-2 (N = 30) – девочки младшего подросткового возраста; ЭГ-3 (N = 30) – мальчики старшего подросткового возраста; ЭГ-4 (N = 30) – девочки старшего подросткового возраста. Для выявления особенностей проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у подростков, в зависимости от пола и возраста,

был проведен сравнительный анализ с применением непараметрического критерия сравнения двух независимых групп U-Манна-Уитни. Полученные результаты представлены в табл. 2 и 3.

Таблица 2

Результаты сравнительного анализа проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у мальчиков и девочек младшего подросткового возраста

Параметры	Средний ранг (ЭГ-1)	Средний ранг (ЭГ-2)	U-Манна-Уитни	Уровень значимости (p)
Проекция	31,4	28,4	285	0,01
Реактивное образование	26,6	22,9	260	0,005
Планирование	4,8	5,7	299	0,02
Оценивание результатов	4,8	5,6	306	0,03
Избегание проблем	18,9	22,3	220	0,001

В результате применения сравнительного анализа было обнаружено 5 значимых различий. Так, испытуемых ЭГ-1 (мальчиков младшего подросткового возраста) отличает проявление в большей степени защитных механизмов, таких как «проекция» ($U = 285$ при $p = 0,01$) и «реактивное образование» ($U = 260$ при $p = 0,005$), что указывает на склонность приписывать свои субъективные чувства и переживания объектам извне, а также тенденции подменять свои истинные чувства противоположными в зависимости от ситуации и контекста. Данные защитные механизмы относятся к группе инфантильных и невротических, что отражает тенденцию к сиюминутному снятию внутреннего напряжения любым доступным способом с целью переживания комфорта и удовольствия, склонности к импульсивным, эмоциональным, необдуманным и деструктивным поступкам.

У испытуемых ЭГ-2 (девочек младшего подросткового возраста) поведение в большей степени регулируется проявлениям механизмов совладания – «планирование» ($U = 299$ при $p = 0,02$), «оценивание результатов» ($U = 306$ при $p = 0,03$) и «избегание проблем» ($U = 220$ при $p = 0,001$). Это может свидетельствовать о том, что девочки более склонны к сознательной организации своей жизни, целеполаганию, формированию планов на основе оценивания перспектив, при этом они могут избегать прямого столкновения с трудностями и, как следствие, уклоняться от своевременного решения возникающих ситуаций.

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у мальчиков и девочек старшего подросткового возраста

Параметры	Средний ранг (ЭГ-3)	Средний ранг (ЭГ-4)	U-Манна-Уитни	Уровень значимости (p)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
Регрессия	22,2	24,7	306	0,03
Ипохондрия	27,3	29,2	305	0,03
Замещение (перенос)	23,4	20,6	298	0,02
Реактивное образование	26,3	22,3	239	0,001
Альтруизм	25,5	28,8	255	0,004

1	2	3	4	5
Предвосхищение	27,7	32,2	202	0,001
Дистанцирование	59,1	48,1	314	0,04
Оценивание результатов	3,7	5,8	176	0,001
Общий уровень саморегуляции	26,5	30,3	248	0,001
Разрешение проблем	23,7	27,3	227	0,001

В результате применения сравнительного анализа среди старших подростков было выявлено, что испытуемых ЭГ-3 (мальчиков старшего подросткового возраста) отличает проявление защитных механизмов «замещение/перенос» ($U = 298$ при $p = 0,02$), «реактивное образование» ($U = 239$ при $p = 0,001$) и копинг-механизма «дистанцирование» ($U = 314$ при $p = 0,04$). Это характеризует исследуемую выборку как склонную к переносу неприятных эмоций и переживаний на безопасные объекты, например, на тех, кто слабее и не может равнозначно ответить на агрессию или негативный выпад (младшие братья/сестры, животные). Фантазии и неприятные, возможно, деструктивные мысли и желания маскируются под социально приемлемыми поступками и реакциями и, если какое-то чувство не может быть проявлено (например, оно не соответствует социальным нормам), то оно замещается противоположным. В случае возникновения проблемных ситуаций испытуемые предпочитают отстраняться, что позволяет избежать неприятного уровня психоэмоционального напряжения, но это не всегда способствует эффективному разрешению проблемы, и может приводить к потере контроля над ситуацией и переходу в конфликт.

Для испытуемых ЭГ-4 (девочек старшего подросткового возраста) характерно проявление переменных «регрессия» ($U = 306$ при $p = 0,03$), «ипохондрия» ($U = 305$ при $p = 0,03$), «альтруизм» ($U = 255$ при $p = 0,004$), «предвосхищение» ($U = 202$ при $p = 0,001$), «оценивание результатов» ($U = 176$ при $p = 0,001$) и «разрешение проблем» ($U = 227$ при $p = 0,001$), «общий уровень саморегуляции» ($U = 248$ при $p = 0,001$). Для исследуемой выборки в различных ситуациях, в частности, связанных с переживанием высокого психоэмоционального напряжения, характерно поведение, предполагающее избегание трудностей и демонстрацию детского поведения, нежелание выполнять те или иные обязанности с возможным переходом в соматизацию, т. к. это позволяет не включаться в непривлекательную и нежелательную деятельность. Для преодоления чувства вины испытуемые время от времени совершают социально значимые поступки, при этом ожидая похвалы и признания. В большинстве ситуаций девочки старшего подросткового возраста стремятся мысленно проиграть вероятный исход ситуации и, по возможности, спланировать свое поведение в соответствии с ожидаемым финалом. Девочки данной группы склонны проявлять гибкость, легче овладевают новыми видами активности, увереннее чувствуют себя в незнакомых ситуациях.

Выводы. Результаты проведенного сравнительного анализа показали, что испытуемые ЭГ-1 (мальчики младшего подросткового возраста) в большей степени склонны к использованию таких защит, как «проекция» и «реактивное образование», что проявляется в приписывании своих субъективных переживаний внешним объектам и демонстрации чувств, которые противоположны истинным переживаниям.

Девочки младшего подросткового возраста (ЭГ-2) более склонны к сознательно-му реагированию в широком спектре ситуаций по типу «планирование», «оценивание результатов» и «избегание проблем», т. е. имеют более развитую способность к формированию целей и планов, склонны более адекватно оценивать себя, свое поведение и деятельность, однако могут уклоняться от прямого взаимодействия с трудностями и, как следствие, от их решения.

Мальчики старшего подросткового возраста (ЭГ-3) склонны проявлять реакции по типу «замещение/перенос», «реактивное образование» и «дистанцирование», т. е. переносят свои чувства на объект-заместитель, под гнетом чувства вины преобразовывать свои негативные импульсы в положительные, а также справляться с негативными эмоциями за счет снижения эмоциональной вовлеченности в происходящее.

Девочки старшего подросткового возраста (ЭГ-4) отличаются проявлением защитных механизмов «регрессия», «ипохондрия», «альтруизм», «предвосхищение», копинг-механизмов «оценивание результатов» и «разрешение проблем», также обладают более высоким «общим уровнем саморегуляции», что характеризует их как склонных уходить в болезненное состояние в тех ситуациях, которые оцениваются ими как неразрешимые. При этом они стремятся заранее планировать и предугадывать возникновение трудностей и определять свой план действий, адекватно оценивать себя и результаты своей деятельности, самостоятельно добиваться желаемого и качественно регулировать свою деятельность, а также более эффективно использовать имеющиеся ресурсы для активного решения возникающих трудностей.

Также при анализе полученных данных было установлено, что у респондентов младшего подросткового возраста преобладают механизмы защиты, которые тоже отнесены к психотическому и инфантильному уровню, что свидетельствует об их низкой адаптивной способности. Данные результаты также могут являться следствием кризиса подросткового возраста и высокого психического напряжения, в силу чего актуализируются бессознательные механизмы восстановления баланса психической системы. Вместе с тем у старших подростков проявляются сознательные копинг-стратегии, нацеленные на регуляцию своего поведения и активное решение возникающих трудностей, и механизмы защиты, отнесенные к адаптивной группе.

Список источников

1. *Акименко А. К.* Взаимосвязь стратегий совладающего поведения и социально-психологических характеристик личности // Известия Саратовского университета. – 2016. – Т. 5, Вып. 2. – С. 151–157.
2. *Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3–17.
3. *Бассин Ф. В.* Проблема бессознательного в неосознаваемых формах высшей нервной деятельности. – М.: Медицина, 1968. – 468 с.
4. *Богданова М. В., Доценко Е. Л.* Саморегуляция личности: от защит к созиданию. – Тюмень: Мандр и К, 2010. – 204 с.
5. *Ветрова И. И.* Развитие регуляции поведения в подростковом возрасте: соотношение стратегий совладания, контроля поведения и психологических защит // Вестник Томского государственного университета. – 2010. – № 339. – С. 135–138.
6. *Голубь О. В., Тимофеева Т. С., Тришина Н. Т., Синолицая Е. Г.* Защитные механизмы личности подростков со склонностью к аддиктивному поведению [Электрон-

ный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – № 2. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN222.pdf> (дата обращения: 02.05.2024).

7. Грановская Р. М. Психологическая защита. – СПб.: Речь, 2010. – 476 с.

8. Гриц Г. Н. Влияние осознанной саморегуляции на копинг-стратегии поведения подростков // Вестник науки. – 2023. – № 12 (69). – С. 838–848.

9. Дворянчиков Н. В., Носов С. С. Половозрастные и полотипические особенности механизмов психологических защит // Вестник Санкт-Петербургского университета. Международные отношения. Серия 6. – 2007. – № 4. – С. 261–266.

10. Кернберг О. Тяжелые личностные расстройства. Стратегии психотерапии. – М.: Класс, 2014. – 464 с.

11. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 88–95.

12. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения. – Кострома: Авантитул, 2004. – 343 с.

13. Либина А. В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. – М.: Эксмо, 2008. – 318 с.

14. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. – М.: Класс, 2010. – 480 с.

15. Миронова А. А. Защитное и совладающее поведение в детском и подростковом возрасте: обзор российских исследований // Педагогическое образование в России. – 2023. – № 2. – С. 222–231.

16. Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. – 2020. – № 2. – С. 188.

17. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18, № 5. – С. 20–30.

18. Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2006. – 342 с.

19. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. – М.: Смысл, 2020. – 368 с.

20. Пилюгина Е. Р. Двухмерная классификация механизмов психологической защиты // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2020. – Вып. 2. – С. 270–280.

21. Сирота Н. А. Копинг-поведение в подростковом возрасте. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 1994. – 283 с.

22. Субботина Л. Ю. Психология защитных механизмов личности: учебное пособие. – Ярославль: Ярославский государственный университет, 2013. – 164 с.

23. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – СПб.: Питер, 2022. – 160 с.

24. Фрейд З. Тотем и табу. – М.: Эксмо, 2018. – 224 с.

25. Ялтонский В. М., Сирота Н. А. Психология совладания: развитие, достижения, проблемы, перспективы // Совладание: современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М.: Институт психологии Российской академии наук, 2008. – С. 21–54.

26. Freud A. The ego and the mechanisms of defence. – London: Karnac Books, 1992. – 208 p.

27. Plutchik R. A general psychoevolutionary theory of emotions // Emotion: Theory, research and experience. – New York: Academic Press, 1980. – Vol. 2. – P. 3–33.

28. Stroebe M. S., Schut H. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description // Death Studies. – 1999. – P. 197–224.

References

1. Akimenko A. K. The relationship between strategies of coping behavior and socio-psychological characteristics of personality. *News of Saratov University*, 2016, vol. 5, iss. 2, pp. 151–157. (In Russian)

2. Antsyferova L. I. Personality in difficult life conditions: rethinking, transformation of situations and psychological defense. *Psychological Journal*, 1994, vol. 15, no. 1, pp. 3–17. (In Russian)
3. Bassin F. V. The problem of the unconscious in unconscious forms of higher nervous activity. Moscow: Medicine, 1968, 468 p. (In Russian)
4. Bogdanova M. V., Dotsenko E. L. Self-regulation of personality: from defense to creation. Tyumen: Mandr and K, 2010, 204 p. (In Russian)
5. Vetrova I. I. Development of behavior regulation in adolescence: the correlation of coping strategies, behavior control and psychological defenses. *Bulletin of Tomsk State University*, 2010, no. 339, pp. 135–138. (In Russian)
6. Golub O. V., Timofeeva T. S., Trishina N. T., Sinolitsaya E. G. Protective mechanisms of personality of adolescents with a tendency to addictive behavior [Electronic resource]. *World of science. Pedagogy and Psychology*, 2022, no. 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN222.pdf> (date of access: 02.05.2024). (In Russian)
7. Granovskaya R. M. Psychological defense. Saint Petersburg: Rech, 2010, 476 p. (In Russian)
8. Gritz G. N. Influence of conscious self-regulation on coping strategies of adolescents' behavior. *Bulletin of Science*, 2023, no. 12 (69), pp. 838–848. (In Russian)
9. Dvoryanchikov N. V., Nosov S. S. Gender-age and polotypic features of psychological defense mechanisms. *Bulletin of St. Petersburg University. International relations. Series 6*, 2007, no. 4, pp. 261–266. (In Russian)
10. Kernberg O. Severe personality disorders. Strategies of psychotherapy. Moscow: Klass, 2014, 464 p. (In Russian)
11. Kryukova T. L. Man as a subject of coping behavior. *Psychological Journal*, 2008, vol. 29, no. 2, pp. 88–95. (In Russian)
12. Kryukova T. L. Psychology of coping behavior. Kostroma: Avantitul, 2004, 343 p. (In Russian)
13. Libina A. V. Co-operative Intellect: A Man in a Difficult Life Situation. Moscow: Eksmo, 2008, 318 p. (In Russian)
14. McWilliams N. Psychoanalytic diagnostics. Moscow: Klass, 2010, 480 p. (In Russian)
15. Mironova A. A. Defensive and coping behavior in childhood and adolescence: a review of Russian studies. *Pedagogical Education in Russia*, 2023, no. 2, pp. 222–231. (In Russian)
16. Morosanova V. I., Konoz E. M. Style self-regulation of human behavior. *Psychology questions*, 2020, no. 2, p. 188. (In Russian)
17. Nartova-Bochaver S. K. “Coping behavior” in the system of concepts of personality psychology. *Psychological Journal*, 1997, vol. 18, no. 5, pp. 20–30. (In Russian)
18. Nikolskaya I. M., Granovskaya R. M. Psychological protection in children. Saint Petersburg: Rech, 2006, 342 p. (In Russian)
19. Perls F. Ego, hunger and aggression. Moscow: Smysl, 2020, 368 p. (In Russian)
20. Pilyugina E. P. Two-dimensional classification of psychological defense mechanisms. *Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology*, 2020, iss. 2, pp. 270–280. (In Russian)
21. Sirota N. A. Coping behavior in adolescence. Saint Petersburg: St. Petersburg State University, 1994, 283 p. (In Russian)
22. Subbotina L. Yu. Psychology of personality defense mechanisms: textbook. Yaroslavl: Yaroslavl State University, 2013, 164 p. (In Russian)
23. Freud A. Psychology of the “I” and defense mechanisms. Saint Petersburg: Piter, 2022, 160 p. (In Russian)
24. Freud Z. Totem and taboo. Moscow: Eksmo, 2018, 224 p. (In Russian)
25. Yaltonsky V. M., Sirota N. A. Psychology of coping: development, achievements, problems, prospects. Coping: current state and prospects. Ed. by A. L. Zhuravlev, T. L.

Крыкова, Е. А. Sergienko. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2008, pp. 21–54. (In Russian)

26. Freud A. The ego and the mechanisms of defense. London: Karnac Books, 1992, 208 p.

27. Plutchik R. A general psychoevolutionary theory of emotions. *Emotion: Theory, research and experience*. New York: Academic Press, 1980, vol. 2, pp. 3–33.

28. Stroebe M. S., Schut H. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 1999, pp. 197–224.

Информация об авторах

Т. В. Белашина – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-4656-0439>, tatyanabelashina@mail.ru

Е. Д. Капитонова – магистрант 1 курса, магистерская программа «Педагогическая психология», Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, elizkapitnova@gmail.com

Information about the authors

T. V. Belashina – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-4656-0439>, tatyanabelashina@mail.ru

E. D. Kapitonova – 1st year Master's student, Master's program “Pedagogical Psychology”, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, elizkapitnova@gmail.com

Статья поступила в редакцию 20.07.2024; одобрена после рецензирования 26.07.2024; принята к публикации 02.08.2024.

The article was submitted 20.07.2024; approved after reviewing 26.07.2024; accepted for publication 02.08.2024.



ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД

Развитие человека в современном мире. 2024. № 3
Human Development in the Modern World. 2024, no. 3

Научная статья

УДК 159.9

Представления современных подростков об образе и о чувстве взрослости в современной социокультурной ситуации

Наталья Яковлевна Большунова¹, Евгения Вячеславовна Одияк¹,
Ольга Анатольевна Устинова²

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия

²Новокузнецкий институт (филиал) «Кемеровский государственный
университет», Новокузнецк, Россия

Аннотация. Целью статьи является теоретический и эмпирический анализ чувства и образа взрослости у современных подростков и обоснование содержательных и динамических изменений в протекании подросткового кризиса в современной социокультурной ситуации. В статье на основе теоретического анализа показаны особенности протекания кризиса у современных подростков, рассматривается специфика чувства и образа взрослости. Кризис подросткового возраста описывается в контексте исторического кризиса детства, в теоретической части показано влияние социальных, социокультурных факторов на формирование чувства взрослости и образа взрослости. В том числе рассмотрены их особенности в условиях современного цивилизационного кризиса, изменения системы ценностей, утраты взрослым функции опосредования в отношении введения детей в культуру. В работе представлены результаты эмпирических исследований чувства и образа взрослости у младших и старших подростков, а также студентов-первокурсников (ранняя юность). Показано, что респонденты 17–18 лет по поведению и сформированности чувства и образа взрослости могут быть отнесены к старшим подросткам. Исследование, которое проводилось в форме письменного опроса и беседы, показало, что у значительной части младших подростков (у трети из них) недостаточно сформирован или совсем отсутствует адекватный образ взрослости, у них же слабо рефлексировано чувство взрослости (треть младших подростков не смогла ответить на соответствующие вопросы). Большая часть респондентов из группы студентов-первокурсников (68 %) выделяет такие качества взрослого человека как ответственность, пунктуальность, любознательность, терпеливость и сдержанность, умение прощать и принимать решения, смелость, доброта и готовность помогать, тактичность и уважительное отношение к другим. Большинство из них считают себя взрослыми, однако реализации чувства взрослости мешает материальная и социальная зависимость от взрослых. Однако и здесь у трети старших подростков образ и чувство взрослости сформированы либо недостаточно, либо неадекватно. В другом исследовании, где опрос и беседа проводились с целью выявления критериев понимания взрослости у подростков 14–17 лет (63 подростка),

были получены аналогичные данные. Таким образом, в статье на основе теоретического и эмпирического анализа показано, что у значительной части современных подростков образ и чувство взрослости сформированы недостаточно, а также выявлено, что подростковый возраст в целом имеет более длительное течение. В статье представлены возможные подходы и формы работы с подростками, направленные на развитие образа и чувства взрослости.

Ключевые слова: подросток; подростковый кризис; исторический кризис детства; социокультурные проблемы современного детства; чувство взрослости; образ взрослости.

Для цитирования: Большунова Н. Я., Одияк Е. В., Устинова О. А. Представления современных подростков об образе и о чувстве взрослости в современной социокультурной ситуации // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 69–82.

Original article

Modern teenagers' ideas about the image and feeling of adulthood in the modern socio-cultural situation

Natalia Ya. Bolshunova¹, Evgeniya V. Odiyak¹, Olga A. Ustinova²

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

²*Novokuznetsk Institute (branch) "Kemerovo State University",
Novokuznetsk, Russia*

Abstract. The aim of the article is a theoretical and empirical analysis of the feeling and image of adulthood in modern teenagers and the substantiation of substantive and dynamic changes in the course of the adolescent crisis in the modern socio-cultural situation. Based on theoretical analysis, the article shows the features of the crisis in modern teenagers, and examines the specifics of the feeling and image of adulthood. The crisis of adolescence is described in the context of the historical crisis of childhood; the theoretical part shows the influence of social, socio-cultural factors on the formation of the feeling of adulthood and the image of adulthood. In particular, their features are considered in the context of the modern civilizational crisis, changes in the value system, the loss of the mediation function by adults in relation to the introduction of children into culture. The paper presents the results of empirical studies of the feeling and image of adulthood in younger and older adolescents, as well as first-year students (early adolescence). It is shown that respondents aged 17–18 can be classified as older adolescents in terms of their behavior and the formation of the feeling and image of adulthood. The study, which was conducted in the form of a written survey and interview, showed that a significant portion of younger adolescents (a third of them) have an insufficiently formed or completely absent adequate image of adulthood, and they weakly reflect on the feeling of adulthood (a third of younger adolescents could not answer the relevant questions). The majority of respondents from the group of first-year students (68 %) highlight such qualities of an adult as responsibility, punctuality, curiosity, patience and restraint, the ability to forgive and make decisions, courage, kindness and willingness to help, tact and respect for others. Most of them consider themselves adults, but the realization of the feeling of adulthood is hampered by material and social dependence on adults. However, even here, a third of older teenagers have an insufficiently or inadequately formed image and feeling of adulthood. In another study, where a survey and interview were conducted to identify the criteria for understanding adulthood in teenagers aged 14–17 (63 teenagers), similar data were obtained. Thus, the article, based on theoretical and

empirical analysis, shows that a significant part of modern teenagers have an insufficiently formed image and feeling of adulthood, and also revealed that adolescence as a whole has a longer course. The article presents possible approaches and forms of work with teenagers aimed at developing the image and feeling of adulthood.

Keywords: teenager; teenage crisis; historical crisis of childhood; socio-cultural problems of modern childhood; sense of adulthood; image of adulthood.

For citation: Bolshunova N. Ya., Odiyak E. V., Ustinova O. A. Modern teenagers' ideas about the image and feeling of adulthood in the modern socio-cultural situation. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 69–82. (In Russ.)

Введение. Современная социокультурная ситуация характеризуется все более заметными изменениями в динамике детского развития, протекания возрастных кризисов и их содержания. Эта проблема была обозначена еще в конце XX в. и сформулирована исследователями как исторический кризис детства [5; 7; 8; 9; 16; 27 и др.], или формулируется даже как «исчезновение детства» [28; 30; 31]. Заметные изменения детства зафиксированы также в исследованиях А. А. Абраменковой, Д. И. Фельдштейна и др. [1; 22].

Наблюдаемое в настоящее время обострение исторического кризиса детства понимается нами в контексте важного методологического принципа историчности, сформулированного еще Л. С. Выготским, Д. Б. Элькониним и другими отечественными исследователями [11; 26]. Принцип историзма применительно к возрастной психологии означает, во-первых, что любая закономерность в развитии ребенка испытывает на себе влияние изменяющихся социокультурных условий, и, сохраняя свои существенные характеристики, может модифицироваться в некоторых содержательных аспектах и в своей динамике. Во-вторых, этот принцип означает, что исследование феноменов детского развития необходимо осуществлять, учитывая изменяющуюся социокультурную ситуацию, в которой происходит развитие ребенка.

Теоретический анализ проблемы. Несомненно, возрастной кризис особенно остро протекает у современных подростков, у которых на естественные для этого возраста психологические проблемы наслаиваются существенные социокультурные и социальные процессы, происходящие в современном обществе.

Развитие современных детей происходит, с одной стороны, в условиях общезивилизационного кризиса, который сопровождается фундаментальными трансформациями в образе жизни, системе отношений, технологическом содержании всех сфер жизни современного человека. Появление искусственного интеллекта, цифровизации образования, быта, виртуализации общения, стремительные изменения в сфере языка, игр, игрушек и пр. изменили социальную ситуацию развития детей и подростков, преобразовали их отношения с миром взрослых. В то же время развитие современных детей происходит в пространстве нарастающего кризиса традиций и ценностей, который свойственен современной европейской цивилизации, и который усугубился в России вследствие трагических для нашей страны событий, случившихся на переломе XX и XXI вв., сопровождавшихся девальвацией социокультурных образцов, свойственных отечественной культуре, традиций воспитания и обучения, способов опосредования взрослыми процесса введения детей в мир культуры, во взрослость.

Последнее, видимо, является наиболее значимым фактором в отношении понимания специфики развития современных подростков. Подростковый и юноше-

ский возраст характеризуются становлением самосознания, это время личностного и социокультурного самоопределения, основанного на выборе социокультурных образцов, которые выступают как мера, с которой человек соизмеряет свои выборы, решения, поступки, жизненные цели и смыслы. При благоприятных условиях социокультурные образцы, предстающие подростку как свидетельства идеальной формы взрослости, рождаются в событийности совместных со взрослым деятельности и общения: в ситуации поступка, нравственного выбора, творчества, преодоления, достижения и пр., благодаря чему ребенок обретает свойство субъектности [6; 7; 24].

Необходимо учитывать также, что опосредствование может состояться, если подросток допустит взрослого в свой мир и сам станет в этом посредником взрослому. Иначе говоря, посредничество должно стать взаимным, диалоговым отношением [5; 6; 7].

С. Л. Рубинштейн и А. Н. Славская формулируют положение, что в основе развития ребенка лежит важнейшая первичная потребность понять и быть понятым [18; 19; 20], что можно рассматривать как «предпосылку разворачивания у детей совопросчивости и соответчивости» [6]. Потребность «понять» и «быть понятым» подразумевает установление смысловых отношений, реализуемых в «диалоге согласия» по М. М. Бахтину, т. е. если говорить о подростках, в событийном диалоге со взрослым необходима представленность образа идеального взрослого («третьего», «наадресата» – ценностей, социокультурных образцов, духовного начала), благодаря чему становится возможным развитие [6].

Однако установление таких отношений сложно, поскольку многие современные взрослые и сами не достигают подлинного самоопределения в отношении своего жизненного пути, о чем свидетельствуют такие феномены «выпадения» из традиционной культуры, как движение чайлдфри, сатори, кидалтов, синглтонов, твикстеров, фурита, макджобов и т. д. (люди, которые в той или иной мере отказываются от ответственности за близких и перед собой, не склонны к напряженной деятельности, готовы жить на иждивении близких, семью и детей воспринимают как помеху свободной жизни).

В этих условиях происходят изменения в содержании и динамике кризиса подросткового возраста, наличие которого является маркером взросления.

В отечественной психологии к эпохе подростничества принято относить период развития ребенка от 12 до 17 лет, причем внутри подростничества выделяется младший (от 12 до 15 лет) и старший (от 15 до 17 лет) подростковый возраст [26], который также называют ранней юностью¹.

Д. И. Фельдштейн позже, в связи с изменениями социальной ситуации развития детей, содержательно «дробит» подростковый возраст. Он пишет, что ребенок «на протяжении подросткового периода проходит большой путь от приобщения себя к обществу в 10–11 лет, через самоопределение в общественно значимых делах в 12–13 лет, до выбора определенной социальной позиции в 14–15 лет» [22; 23].

Обобщая взгляды и исследования Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, Д. И. Фельдштейна и других отечественных исследователей подростничества, выделим основные положения, касающиеся этого периода детства:

– это период возрастного кризиса, адекватное его протекание обеспечивает реализацию основного новообразования возраста – чувство взрослости, которое про-

¹ Существуют и другие периодизации, в частности Всемирная организация здравоохранения относит к подростковому возрасту период от 10 до 20 лет.

является как развитие самопонимания, рефлексии, пробуждение самосознания, самостоятельности и пр., если у ребенка формируется адекватный и позитивный образ взрослости (социокультурные образцы); при невозможности же этого чувство взрослости реализуется через самоутверждение, которое может принимать разные формы, включая агрессию, конфликты как средства отстаивания своих прав на «взрослость»;

– ведущей деятельностью является по разным данным: общение со сверстниками, в котором подросток учится понимать других и самого себя, взаимодействовать с другими и далее учебно-профессиональная деятельность [26]; общественно-полезная деятельность – осуществление социально полезной деятельности, в которой подросток открывает и апробирует свои возможности [22]; общественно-значимая деятельность [13]; социально-психологическое экспериментирование [24] и др.;

– чувство взрослости и необходимые для развития подростка деятельности реализуются при условии такой социальной ситуации развития, которая дает возможность апробировать свои возможности и реализовывать соответствующую возрасту меру ответственности в социальной и социокультурной активности во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, если при этом у подростка сформирован (формируется) позитивный образ взрослости – социокультурные образцы [1; 4; 6; 7], которые выступают как мера, с которой подросток соизмеряет свои действия, поступки, выборы, решения [6; 7; 25].

Позиция Г. А. Цукерман, в определенной мере обобщающая подходы других исследователей, представляет особый интерес в контексте исследования и современной социокультурной ситуации. «Подростковое стихийное экспериментирование охотно и даже жадно впитывает из взрослой культуры средства и способы, но только те, которые запрошены самими подростками, уже поставившими задачи, решаемые искомыми средствами. Следовательно, желаемым (неотвергаемым) для подростка предметом совместной деятельности со взрослым могут стать культурные средства социально-психологического экспериментирования, направленного на познание и построение (со-творение) себя и своих отношений с людьми, культурой и Творцом» [24, с. 4].

Однако наблюдения за деятельностью и развитием современных подростков указывают на появление ряда феноменов, обусловленных как уже описанными изменениями в социальной ситуации развития подростков, связанными с взрослением, так и современными тенденциями культуры постмодернизма (плюрализм позиций, ценностей и множественность понимания ситуаций и явлений, высокий уровень неопределенности, тенденция к эпатажу и иронии как способу привлечения внимания, смешение высокого и низкого (массового и элитарного в культуре)), клиповое мышление и др. [14]. З. Бауман описывает современный нам мир как «текучую реальность», где «единственным постоянным аспектом, атрибутом нашей действительности является непостоянность, единственной уверенностью, которой мы обладаем наверняка, является неуверенность» [3]. Современному миру свойственны так называемые «гардеробные сообщества», где связи между людьми непостоянны и поверхностны, а современное поколение он называет «поколением текучести», для него свойственна размытость целей и абсолютизация свободы как главной ценности, сопровождающаяся страхом неопределенности [2].

Очевидно, что описываемая социокультурная ситуация способствует усугублению кризиса подросткового возраста, и, по-видимому, обуславливает изменение его динамики и содержания.

Рассматривая становление подростничества в историческом контексте, отметим, что, с точки зрения Ф. Арьеса, подростковый возраст стал выделяться только к концу XVIII в. С этого времени физиологическая и психологическая фаза подросткового возраста увеличивается, что может быть связано как с преобразованиями человеческого организма в целом, так и с социальной ситуацией и ее изменениями в мире. Физиологами и психологами отмечено удлинение «фазы ожидания» между детством и взрослостью [29].

Эта особенность наблюдается и у современных подростков. Она обусловлена общей психологической и социальной незрелостью современных детей, несмотря на то, что сейчас биологическое созревание у подростков начинается раньше, чем в предыдущем поколении. Физиологи считают, что начало пубертатного периода возможно уже в возрасте 10–11 лет.

В связи с этим отмечается несоответствие между социальным созреванием подростка и его физическим развитием. Социальное созревание у современных детей представляет собой сложный процесс, который происходит позже, чем физическое созревание. Заметно удлинились сроки обучения, современная молодежь проводит в учебных заведениях гораздо больше времени, чем их сверстники в прошлом. В большинстве случаев позже начинается трудовая деятельность молодых людей, увеличился возраст вступления в брак и создания собственной семьи (23–25 лет), в то же время, по данным Минздрава, существенно снизился возраст начала половой жизни (16–17 лет). Нередки случаи, когда люди молодого возраста долгое время продолжают оставаться под материальной опекой родителей.

Эти данные свидетельствуют о сложностях в определении возрастных границ подросткового возраста. Взросление представляет собой длительный процесс, включающий биологическое, психологическое, социальное и социокультурное развитие, каждое из которых может иметь самостоятельный, относительно независимый характер.

Во многих древних культурах переход от детства к взрослости сопровождался особыми ритуалами, которые не только обозначали новый социальный статус подростка, но и символически представляли его новое рождение, включая получение нового имени. При этом момент символического достижения социальной зрелости зачастую не совпадал с возрастом полового созревания. Некоторые из этих ритуалов сохранились и в современности, например, торжественное вручение паспорта, аттестата о среднем образовании, а также посвящение в рабочие или студенческие коллективы. Однако эти события не всегда организованы так, чтобы они выполняли функцию инициации.

Наши исследования, а также данные ряда авторов, свидетельствуют о некотором временном сдвиге в периодизации подросткового возраста и его атрибутов, что проявляется в усложнении и удлинении процесса взросления, некотором изменении его содержания. Так, согласно нашим данным, современные студенты-первокурсники (18–19 лет) и даже второкурсники в большинстве своем могут быть отнесены к подростковому периоду, что обуславливает необходимость активно переносить в вуз некоторые «школьные» методы организации учебной деятельности: продлевается время кураторства студентов, проводятся родительские собрания, кураторы студенческих групп поддерживают постоянную связь с родителями сложных студентов и пр. По нашим данным, чаще, в сравнении с периодом конца прошлого века, среди студентов встречаются лица с относительно низким уровнем саморегуляции, реф-

лекции, а также с искаженной системой ценностей [4]. Отражением этой динамики является продление в 2019 г. Всемирной организацией здравоохранения молодого возраста до 44 лет, и аналогичное продление (до 35 лет) осуществлено Государственной думой ФС РФ в 2020 г.

Многие исследователи отмечают также противоречия в динамике взросления, содержании чувства и образа взрослости. С одной стороны, современные подростки нередко рано демонстрируют чувство взрослости как желание эмансипации от родителей, педагогов, стремясь в то же время избежать подлинной взрослости как ответственности и субъектности, с другой, у ряда как старших, так и младших подростков наблюдается недостаточно сформированный или искаженный образ взрослости. Видимо, такой разрыв между чувством взрослости, появление которого понимается именно как признак подростничества, и образом взрослости как идеальным представлением о том, что значит быть взрослым, в значительной мере определяет специфику современной психологии подростка [15; 17; 21, и др.].

Подросток формирует свое представление о взрослой жизни, основываясь на наблюдениях за поведением родителей, осмысливая и оценивая поступки и выборы взрослых в нравственно сложных ситуациях, события социальной жизни и социокультурные явления, сопоставляя и критически относясь к ним из позиции социокультурных образцов, которые осваивает в социокультурной деятельности. Б. Д. Эльконин подчеркивал, что воспринимая образ взрослого, подросток видит целостную картину своего детства, где сущность детства определяется идеальной формой взрослости. Он отмечал, что образ идеального взрослого является опорой для представления детьми своего будущего и играет ключевую роль в формировании их мировоззрения.

В ряде исследований, посвященных выявлению отношений у подростков чувства и образа взрослости, обнаружено, что содержательный образ взрослости, в соответствии с которым они пытаются строить свое поведение, имеют около 10 % современных подростков, тогда как поведение остальных основано на «формальной взрослости». Эти данные существенно отличаются от исследований начала века, когда следование идеальному образу взрослости фиксировалось значительно чаще [15; 17 и др.].

Методы. Цель исследования состоит в выявлении особенностей чувства и образа взрослости у подростков разного возраста.

В исследовании (данные О. А. Устиновой, Н. Я. Большуновой) переживания и рефлексии чувства взрослости в соотношении с наличием и описанием образа взрослости участвовали 30 младших подростков (12–13 лет) и 25 респондентов юношеского возраста (студенты-первокурсники спортивного факультета 17–18 лет, г. Новокузнецк). Респондентам были заданы следующие вопросы (ответы осуществлялись в письменной форме, затем уточнялись в беседе):

1. Что такое образ взрослости, как ты можешь его описать?
2. Считаешь ли ты себя взрослым?
3. Бывает ли так, что ты поступаешь не по-взрослому?

Результаты исследования и их обсуждение. Среди младших подростков треть (10 детей из 30) не смогли ответить на эти вопросы, в том числе в беседе: уходили от ответа, говорили «не знаю», стремились быстрее закончить беседу. Учитывая особенности их поведения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, а также во время беседы, можно думать, что их образ взрослости либо не сформирован,

либо в ряде случаев включает в себя черты, о которых говорить не принято: допускается ловчить, применять силу, видимо, важным является сексуальность и пр.

Две трети детей сумели выделить образ взрослости, описывая ее как «самостоятельное обдумывание», «взрослый взгляд» на вещи, «ответственность», «мужественность» и «помогать другим». Очевидно, что у этих детей, хотя и не сформирован еще полноценный образ взрослости, однако они адекватно выделяют некоторые его важные черты.

В описываемой группе все подростки считают себя «не совсем взрослыми» и отмечают, что они часто поступают «не по-взрослому».

Среди старших подростков (ранняя юность, по Д. Б. Эльконину, студенты) у большинства образ взрослости и чувство взрослости сформированы и адекватны. Среди качеств взрослого человека большая часть респондентов этой группы (17 человек, 68 %) выделяет такие качества взрослого человека, как ответственность, пунктуальность, любознательность, терпеливость и сдержанность, умение прощать и принимать решения, смелость, доброта и готовность помогать, тактичность и уважительное отношение к другим. Приведем примеры некоторых ответов: «Взрослый человек – более или менее уже сформированная личность, отвечающая за свои поступки, держит свое слово. Человек, который может отложить свои желания на потом и умеющий сосредотачиваться на проблеме, которая здесь и сейчас», «Взрослый самостоятельно решает свои проблемы, а не перекладывает их на других. Отвечает за свои действия. Может найти выход в критической ситуации. От возраста это мало зависит», «Взрослый – ментально зрелый, умеющий брать ответственность за любые действия, которые человек совершает, при трудной ситуации – с холодной головой». Они считают себя взрослыми, но не всегда поступают по-взрослому, прежде всего по причине своей материальной и социальной зависимости.

У 24 % первокурсников образ взрослости сформирован недостаточно (стремятся отвечать кратко, выделяют один – два признака), они считают себя взрослыми, но не могут обосновать свой ответ; понимают, что не всегда ведут себя по-взрослому.

У 8 % (2 респондента) сформирован неадекватный образ взрослости. Они выделяют только формальные признаки: наличие квартиры, машины, денег, возможность позволить себе удовольствия. Не считают себя взрослыми, поскольку не могут позволить себе удовольствия и содержать себя материально. Причем их поведение действительно отличается неорганизованностью, безответственностью, часто проявляется пренебрежительное отношение к другим.

Таким образом, можно констатировать недостаточно сформированные чувство и образ взрослости у трети старших подростков.

В другом исследовании, где опрос проводился в форме свободной беседы с целью выявления критериев понимания взрослости у современных подростков (63 подростка в возрасте 14–17 лет), были предложены следующие вопросы (данные Е. В. Одияк): «Кто такой взрослый?»; «Какие качества есть у взрослого человека?»; «Считаешь ли ты себя взрослым?». Далее, если респондент отвечал «да», то ему предлагалось ответить на следующий вопрос: «Если да, то какие качества тебя определяют как взрослого?»; если респондент отвечал «нет», то ему предлагалось ответить на вопрос: «Если нет, то каких качеств тебе не хватает для того, чтобы считать себя взрослым?».

*Представим результаты опроса*². На первый вопрос («Кто такой взрослый?») ответы распределились следующим образом: 60,4 % (38 человек) респондентов обозначили такое качество, как человек осознанный, готовый и умеющий брать ответственность; 17,5 % (11 человек): умеющий самостоятельно жить, не завися от кого-либо; 9,5 % (6 человек): сформированная личность, умеющая грамотно формулировать свои желания и трезво оценивать ситуацию, принимая верные решения; по 4,8 % (по 3 человека): это человек, который может чем-то помочь, опора или человек, который умеет размышлять и принимать решения в каких-то ситуациях. Наконец, встречались такие единичные ответы: способен на создание собственной семьи; человек, который при встрече с трудностями пытается их решить, а не «прятаться» от них.

Таким образом, основным критерием, составляющим образ взрослости большинства подростков (60,4 %), являются свойства ответственности и осознанности.

Ответы на второй вопрос («Какие качества есть у взрослого человека?») соответствуют в целом представлениям, обнаруженным в предыдущих комментариях: ответственность выделили 65 % (41 человек); самостоятельность – 60 % (38 человек); осознанность – 48 % (30 человек); умение отстаивать свою точку зрения и коммуникабельность – по 46 % (по 29 человек); понимание отметили 41 % (26 человек); рассудительность и уверенность (в себе, в решениях) выделили по 35 % (по 22 человека) респондентов; открытость в общении – 30 % (19 человек); доброта – 28 % (15 человек); тактичность – 17 % (11 человек); трудолюбие – 11 % (7 человек); умение критически мыслить – 8 % (5 человек).

Уверенно считают себя взрослыми только 16 % подростков, не считают себя таковыми 8 %, и скорее не считают себя взрослыми 76 %. При этом подростки, считающие себя взрослыми, выделяют у себя такие качества взрослости, как готовность нести ответственность за свое решение; понимание личных границ; умение самостоятельно содержать себя; независимость от родителей. Подростки, не считающие себя взрослыми, отмечают, что им не хватает таких качеств, как уверенность в себе, самостоятельность, терпеливость, уверенность в завтрашнем дне, не хватает также ресурсов (внутренних и финансовых), жизненного опыта и независимости.

Таким образом, в образе взрослости и перечне качеств взрослого человека наиболее выражены параметры ответственности, осознанности и самостоятельности. В то же время, при конкретизации вопроса, выделяются также способность отстаивать свою точку зрения, коммуникабельность, рассудительность и уверенность в себе, в меньшей мере обозначены также нравственные аспекты (доброта, тактичность, открытость, трудолюбие), еще реже – интеллектуальные – умение критически мыслить.

Важно, что в образе и перечне качеств взрослости обозначены в большей мере психологические характеристики, однако при еще большей конкретизации вопросов, направленных на рефлекссию собственных особенностей, связанных со взрослостью, подростки начинают выделять и формально-средовые факторы, являющиеся помехой для их взрослого поведения (зависимость от родителей, отсутствие материальных ресурсов, жизненного опыта и пр.). Немаловажным также является такое качество как отсутствие уверенности в себе и в будущем.

Результаты исследований позволяют утверждать, что у большей части современных старших подростков, в том числе 17–18 лет, в сравнении с младшими форми-

² Подростки могли отмечать несколько качеств.

руется адекватный образ взрослости, в котором представлены, прежде всего, базовые психологические характеристики взрослости, позитивный идеальный образ взрослости. Однако у значительной их части образ взрослости остается недостаточно полным и структурированным, что является помехой для становления чувства взрослости как базовой основы подросткового возраста.

Что касается младших подростков, у значительной их части не сформирован позитивный образ взрослости и не сформировано также адекватное возрасту чувство взрослости.

Выводы. Таким образом, наши данные свидетельствуют, во-первых, о наличии сдвига в периодизации современных подростков. С одной стороны, потребность в переживании и реализации взрослости может возникать у младших подростков достаточно рано, однако у значительного количества детей остается при этом несформированным образ взрослости как тот социокультурный образец, с которым подросток может соизмерять чувство взрослости. По-видимому, большинство проблем современной школы обусловлено указанным несоответствием между потребностью быть взрослым, несформированностью образа взрослости и чувства взрослости. Учитывая, что основные психологические новообразования возраста формируются в соответствующей деятельности и общении, можно думать, что полученные нами данные обусловлены как раз отсутствием у современного младшего подростка возможности апробировать и реализовать себя, свою субъектность в деятельности, а также отсутствием в современном мире принятого большинством идеального образа взрослости (социокультурного образца), с которым становящаяся личность могла бы соизмерять свои выборы и поступки.

Сдвиг в периодизации проявляется также в том, что собственно взросление происходит позже, чем 30–50 лет тому назад. По нашим данным, даже к 17–18 годам у значительного количества респондентов не сформированы достаточно структурированный и обобщенный образ взрослости, и осознанное чувство взрослости. В то же время важно отметить, что взросление идет неравномерно у разных индивидов, наблюдаются отдельные случаи быстрого формирования самостоятельности, ответственности, что проявляется в различного рода достижениях: подростки в 13–14 лет открывают свое дело (часто используя интернет), самостоятельно выбирают увлечения, достигая существенных успехов. Однако, как правило, такие прорывы все же происходят при одобрении и поддержке (в том числе финансовой) взрослых.

Второй важный вывод, следующий из данного исследования, свидетельствует о необходимости включения подростков в развивающую деятельность. Полагаем, что выявленные в исследовании проблемы в развитии подростков могут быть преодолены посредством специально организованной работы, направленной на социокультурное развитие (формирование образа взрослости), на организацию деятельности, которая может актуализировать подлинное чувство взрослости (волонтерство, участие в научной деятельности, в различных социальных проектах, первые пробы себя в различных профессиях и пр.).

Еще одним важным условием является создание такой развивающей среды, в которой возможно реализовывать себя, где позитивные начинания будут поддержаны без риска осуждения и высмеивания, что так значимо для этого возраста. Л. С. Выготский в своей ранней работе «Педагогическая психология», написанной в период коренного преобразования социокультурной ситуации в стране (что свойственно

и современной России), придавал особое значение воспитанию детей именно через создание позитивной среды развития, посредством организации среды, управления педагогом средой, в которой существует ребенок [10].

Разработка, проектирование и применение образовательных систем, направленных на социокультурное развитие в совместной деятельности со взрослым, где взрослый демонстрирует взрослое поведение, поступки, восходящие и соизмеряемые с социокультурными образцами (образом подлинной взрослости), могут ослабить негативное влияние цивилизационных изменений на становление личности подростка, обеспечивая преемственность социокультурного развития детей.

Список источников

1. *Абраменкова В. В.* Ценность детства в современном мире и образовании: монография. – М.: Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования, 2019. – 232 с.
2. *Бауман З.* Текущая современность. – СПб.: Питер, 2008. – 240 с.
3. *Бауман З.* Текущая модерность: взгляд из 2011 года. Лекция [Электронный ресурс]. – URL: <https://gtmarket.ru/library/articles/4992> (дата обращения: 15.11.2020).
4. *Большунова Н. Я.* Проблемное поле юношеского самоопределения в современной социокультурной ситуации // Социокультурные проблемы современного человека: материалы IV Международной научно-практической конференции / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2010. – Ч. 1. – С. 12–19.
5. *Большунова Н. Я.* Кризис детства или кризис взрослости: проблема отношений детского и взрослого общества в современном мире // Развитие человека в современном мире. – 2019. – № 1. – С. 7–17.
6. *Большунова Н. Я., Устинова О. А.* «Вопросчивость» и «ответчивость» как внутренняя работа развития образа Я // Челпановские чтения 2016: диалог научных школ Психологического института: Л. С. Выготский, Б. М. Теплов, Г. И. Челпанов: сборник научных материалов Всероссийской научно-практической конференции (г. Москва, 15 ноября 2016) / сост., науч. ред., отв. выпуска: О. Е. Серова, Е. П. Гусева. – М.; СПб.: Нестор-История, 2016. – С. 341–354.
7. *Большунова Н. Я., Моторина Л. Е., Устинова О. А.* Участность и сопричастность как основа отношений детского и взрослого мира // Развитие человека в современном мире. – 2023. – № 3. – С. 7–27.
8. *Венгер А. Л.* Ребенок в обществе: исторический кризис детства // Вопросы психологии. – 2008. – № 4. – С. 3–12.
9. *Венгер А. Л.* Поколение пустыни // Культурно-историческая психология. – 2008. – № 4. – С. 62–70.
10. *Выготский Л. С.* Педагогическая психология / под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
11. *Выготский Л. С.* Педология подростка: проблема возраста. – М., 1984. – Т. 4. – 432 с.
12. *Галюк Н. А., Одияк Е. В.* Игрофикация как психологический инструмент развития маркеров чувства взрослости у подростков // Вестник педагогических инноваций. – 2022. – № 2 (66). – С. 47–56.
13. *Давыдов В. В.* Теория развивающего обучения. – М.: ИНТОР, 1996. – 544 с.
14. *Лиотар Ж.-Ф.* Состояние постмодерна / пер. с фр. Н. А. Шматко. – М.: Институт экспериментальной социологии; СПб.: Алетейя, 1998. – 160 с.
15. *Омельяненко А. В., Кочетков А., Худаева М. Ю.* Образ взрослости подростков // Образование и проблемы развития общества. – 2021. – № 4 (17). – С. 170–176.

16. Поливанова К. Н. Взросление сегодня: социальные изменения современного детства [Электронный ресурс]. – URL: <http://2020strategy.ru> (дата обращения: 13.11.2017).
17. Поливанова К. Н., Курышева О. В. Соотношение образа взрослости и особенностей домашнего поведения у детей предподросткового возраста // Психологическая наука и образование. – 2004. – № 2. – С. 36–46.
18. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – М.: Учпедгиз, 1946. – 704 с.
19. Рубинштейн С. Л. Человек и мир // Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1973. – С. 255–385.
20. Славская А. Н. Личность как субъект интерпретации. – Дубна: Феникс+, 2000. – 254 с.
21. Тихомандрицкая О. А., Рикель А. М. (Не)взрослое поколение: модель исследования поколенческой относительности оценки взрослости // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2022. – Т. 19, № 2. – С. 209–232.
22. Фельдштейн Д. И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте // Вопросы психологии. – 1988. – № 6. – С. 31–41.
23. Фельдштейн Д. И. Личностное развитие растущих людей в условиях социально-экономического кризиса. – М.: Наука, 1994. – 226 с.
24. Цукерман Г. А. Социально-психологическое экспериментирование как форма ведущей деятельности подросткового возраста // Вестник МАРУ. – 2000. – № 7. – С. 34–43.
25. Шамшикова О. А., Одияк Е. В. Особенности и различия понятий «чувство взрослости» и «образ взрослости» // Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования: сборник статей по материалам XLIII Международной научно-практической конференции. – М.: Интернаука, 2021. – С. 97–101.
26. Эльконин Д. Б. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков // Вестник практической психологии образования. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 73–75.
27. Эльконин Б. Д. Кризис детства и основания проектирования форм детского развития // Вопросы психологии. – 1992. – № 3. – С. 1–12.
28. Ярин А., Постман Н. Исчезновение детства // Отечественные записки. – 2004. – № 3 [Электронный ресурс]. – URL: <https://strana-oz.ru/2004/3/ischeznoventiedetstva> (дата обращения: 11.11.2017).
29. Aries Ph. *L'enfant et la vie familiale sous l'Ancien Régime*. – Paris: Pion, 1960. – 503 p.
30. Elkind D. *Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon*. – 2001. – 288 p.
31. Postman N. *The Disappearance of Childhood*. – New York: Vintage Books, 1994.

References

1. Abramenkova V. V. The value of childhood in the modern world and education: monograph. Moscow: Institute for the Study of Childhood, Family and Education Russian Academy of Education, 2019, 232 p. (In Russian)
2. Bauman Z. *Current Modernity*. Saint Petersburg: Piter, 2008, 240 p. (In Russian)
3. Bauman Z. *Current modernity: a view from 2011*. Lecture [Electronic resource]. URL: <https://gtmarket.ru/library/articles/4992> (date of access: 15.11.2020). (In Russian)
4. Bolshunova N. Ya. Problem field of youth self-determination in the modern sociocultural situation. Sociocultural problems of modern man: materials of the IV International Scientific and Practical Conference. Ed. by N. Ya. Bolshunova, O. A. Shamshikova. Novosibirsk: Publishing House of the NSPU, 2010, part 1, pp. 12–19. (In Russian)

5. Bolshunova N. Ya. Crisis of childhood or crisis of adulthood: the problem of relations between child and adult society in the modern world. *Human development in the modern world*, 2019, no. 1, pp. 7–17. (In Russian)
6. Bolshunova N. Ya., Ustinova O. A. “Questioning” and “answering” as the inner work of the development of the image of the Self. *Chelpanov Readings 2016: dialogue of scientific schools of the Psychological Institute: L. S. Vygotsky, B. M. Teplov, G. I. Chelpanov: collection of scientific materials of the All-Russian scientific and practical conference (Moscow, November 15, 2016). Comp., scient. ed., respons. for the issue: O. E. Serova, E. P. Guseva. Moscow; Saint Petersburg: Nestor-Istoria, 2016, pp. 341–354. (In Russian)*
7. Bolshunova N. Ya., Motorina L. E., Ustinova O. A. Participation and co-participation as the basis of relations of child and adult world. *Human development in the modern world*, 2023, no. 3, pp. 7–27. (In Russian)
8. Wenger A. L. The child in society: the historical crisis of childhood. *Psychological questions*, 2008, no. 4, pp. 3–12. (In Russian)
9. Wenger A. L. Desert Generation. *Cultural and Historical Psychology*, 2008, no. 4, pp. 62–70. (In Russian)
10. Vygotsky L. S. *Pedagogical psychology*. Ed. by V. V. Davydov. Moscow: Pedagogy, 1991, 480 p. (In Russian)
11. Vygotsky L. S. *Pedology of Adolescence: The Problem of Age*. Moscow, 1984, vol. 4, 432 p. (In Russian)
12. Galyuk N. A., Odiyak E. V. Igrofication as a psychological tool for the development of markers of the sense of adulthood in adolescents. *Bulletin of Pedagogical Innovations*, 2022, no. 2 (66), pp. 47–56. (In Russian)
13. Davydov V. V. *Theory of developmental learning*. Moscow: INTOR, 1996, 544 p. (In Russian)
14. Lyotard J.-F. *The State of Postmodernity*. Transl. from fr. N. A. Shmatko. Moscow: Institute of Experimental Sociology; Saint Petersburg: Aleteia, 1998, 160 p. (In Russian)
15. Omelyanenko A. V., Kochetkov A., Khudaeva M. Yu. Image of adolescents' adulthood. *Education and problems of society development*, 2021, no. 4 (17), pp. 170–176. (In Russian)
16. Polivanova K. N. Adulthood today: social changes in modern childhood [Electronic resource]. URL: <http://2020strategy.ru> (date of access: 13.11.2017). (In Russian)
17. Polivanova K. N., Kursheva O. V. Correlation of the image of adulthood and peculiarities of domestic behavior in preadolescent children. *Psychological Science and Education*, 2004, no. 2, pp. 36–46. (In Russian)
18. Rubinstein S. L. *Fundamentals of General Psychology*. Moscow: Uchpedgiz, 1946, 704 p. (In Russian)
19. Rubinstein S. L. *Man and the World. Problems of General Psychology*. Moscow: Pedagogics, 1973, pp. 255–385. (In Russian)
20. Slavskaya A. N. *Personality as a subject of interpretation*. Dubna: Phoenix+, 2000, 254 p. (In Russian)
21. Tikhomandritskaya O. A., Rikel A. M. (Non)adult generation: a model for the study of generational relativity of the assessment of adulthood. *Bulletin of the Peoples' Friendship University of Russia. Series: Psychology and Pedagogy*, 2022, vol. 19, no. 2, pp. 209–232. (In Russian)
22. Feldstein D. I. Psychological features of personality development in adolescence. *Psychological questions*, 1988, no. 6, pp. 31–41. (In Russian)
23. Feldstein D. I. *Personal development of growing people in the conditions of socio-economic crisis*. Moscow: Nauka, 1994, 226 p. (In Russian)
24. Tsukerman G. A. Socio-psychological experimentation as a form of leading activity of adolescence. *MARO Bulletin*, 2000, no. 7, pp. 34–43. (In Russian)

25. Shamshikova O. A., Odiyak E. V. Features and differences of the concepts of “sense of adulthood” and “image of adulthood”. *Pedagogy and psychology in the modern world: theoretical and practical research: a collection of articles on the materials of XLIII International Scientific and Practical Conference*. Moscow: Internauka, 2021, pp. 97–101. (In Russian)
26. Elkonin D. B. Age and individual characteristics of younger adolescents. *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2012, vol. 9, no. 4, pp. 73–75. (In Russian)
27. Elkonin B. D. The crisis of childhood and the bases for designing forms of child development. *Psychological questions*, 1992, no. 3, pp. 1–12. (In Russian)
28. Yarin A., Postman N. Disappearance of childhood. *Patronymic notes*, 2004, no. 3 [Electronic resource]. URL: <https://strana-oz.ru/2004/3/ischeznovenie-detstva> (date of access: 11.11.2017). (In Russian)
29. Aries Ph. *L'enfant et la vie familiale sous l'Ancien Régime*. Paris: Pion, 1960, 503 p.
30. Elkind D. *Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon*, 2001, 288 p.
31. Postman N. *The Disappearance of Childhood*. New York: Vintage Books, 1994.

Информация об авторах

Н. Я. Большунова – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0001-8826-1499>, nat_bolshunova@mail.ru

Е. В. Одияк – аспирант, старший преподаватель, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия janefer@mail.ru

О. А. Устинова – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Новокузнецкий институт (филиал) «Кемеровский государственный университет», г. Новокузнецк, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-5160-8409>, ustinova_oly@mail.ru

Information about the authors

N. Ya. Bolshunova – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0001-8826-1499>, nat_bolshunova@mail.ru

E. V. Odiyak – postgraduate student, Senior Lecturer, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, janefer@mail.ru

O. A. Ustinova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor Department of Psychology, Novokuznetsk Institute (branch) “Kemerovo State University”, Novokuznetsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-5160-8409>, ustinova_oly@mail.ru

Статья поступила в редакцию 24.06.2024; одобрена после рецензирования 28.06.2024; принята к публикации 04.07.2024.

The article was submitted 24.06.2024; approved after reviewing 28.06.2024; accepted for publication 04.07.2024.



Научная статья

УДК 159.91

Особенности эмоционального интеллекта студентов при разных профилях функциональной межполушарной асимметрии

Камолиддин Батырович Кадыров¹, Камила Ботировна Каланходжаева²

¹Ташкентский университет социальной инновации,
Ташкент, Узбекистан

²Национальный университет Узбекистана имени Мирзо-Улугбека,
Ташкент, Узбекистан

Аннотация. В статье актуализирована значимость исследования взаимосвязи профиля функциональной асимметрии с компонентами эмоционального интеллекта у студентов. Также были представлены результаты взаимосвязи профиля функциональной асимметрии с компонентами эмоционального интеллекта у студентов. Приведены результаты эмпирического исследования на выборке, которую составили 340 респондентов (241 девушка и 99 юношей), с разных направлений образования. В соответствии с целью исследования были использованы следующие методики: методика определения индивидуального профиля функциональной асимметрии К. Б. Кадырова (в авторской модификации) и опросник эмоционального интеллекта (ЭМИн) Д. В. Люсина. Сравнительный анализ показателей эмоционального интеллекта по каждому функциональным пробам отдельно у юношей и у девушек осуществлялся с помощью непараметрического критерия U-Манна-Уитни. Сравнительный анализ эмоционального интеллекта и уровня предпочитаемой стороны по ведущей руке, ноге, ведущему уху и глазу, а также по индивидуальному профилю функциональной асимметрии осуществлялся по Н критерию Краскела-Уоллиса. Было выявлено, что в осуществлении процессов эмоционального интеллекта механизмы обоих полушарий играют значимую роль. При этом межличностный и общий эмоциональный интеллект в целом у студентов-юношей тесно взаимосвязаны с нейрофизиологическими механизмами правого полушария, тогда как внутриличностные компоненты эмоционального интеллекта в основном развиваются благодаря возможностям межполушарного взаимодействия функциональных центров обоих полушарий. У студентов-девушек доминирующую роль в развитии межличностных компонентов эмоционального интеллекта играют нейрофизиологические механизмы правого полушария. Однако внутриличностные компоненты эмоционального интеллекта, а также общий эмоциональный интеллект в целом, главным образом связаны с активностью функциональных центров, находящихся в левом полушарии. Полученные данные, по нашему мнению, обуславливаются межполовыми различиями в реализации нейрофизиологических функций и в особенностях протекания психических процессов у мужчин и у женщин. Тем не менее центры обоих полушарий в совокупности и единстве оказывают благоприятное влияние на развитие всех компонентов эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: функциональная асимметрия; моторные пробы; сенсорные пробы; индивидуальный профиль функциональной асимметрии; эмоциональный интеллект.

Для цитирования: Кадыров К. Б., Каланходжаева К. Б. Особенности эмоционального интеллекта студентов при разных профилях функциональной межполушарной асимметрии // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 83–92.

Original article

Features of emotional intelligence of students with different profiles of functional interhemispheric asymmetry

Kamoliddin B. Kadyrov¹, Kamila B. Kalankhodjaeva²

¹*Tashkent University of Social Innovation, Tashkent, Uzbekistan*

²*National University of Uzbekistan named after Mirzo-Ulugbek, Tashkent, Uzbekistan*

Abstract. The article updates the importance of studying the relationship between the functional asymmetry profile and the components of emotional intelligence in students. The results of the relationship between the functional asymmetry profile and the components of emotional intelligence in students are also presented. The results of an empirical study on a sample of 340 respondents (241 girls and 99 boys) from different areas of education are presented. In accordance with the purpose of the study, the following methods were used: Methodology for determining the individual profile of functional asymmetry by K. B. Kadyrov in the author's modification and the Emotional Intelligence Questionnaire (EmIn) by D. V. Lyusin. Comparative analysis of emotional intelligence indicators for each functional test separately for boys and girls was carried out using the nonparametric Mann-Whitney U test. A comparative analysis of emotional intelligence and the level of the preferred side by the leading hand, leg, ear, eye, as well as by the individual profile of functional asymmetry was carried out using the Kruskal-Wallis N test. It was found that the mechanisms of both hemispheres play a significant role in the implementation of emotional intelligence processes. At the same time, interpersonal and general emotional intelligence in general in male students are closely interconnected with the neurophysiological mechanisms of the right hemisphere, while intrapersonal components of emotional intelligence mainly develop due to the possibilities of interhemispheric interaction of the functional centers of both hemispheres. In female students, the dominant role in the development of interpersonal components of emotional intelligence is played by the neurophysiological mechanisms of the right hemisphere. However, intrapersonal components of emotional intelligence, as well as general emotional intelligence in general, are mainly associated with the activity of the functional centers located in the left hemisphere. The obtained data, in our opinion, are caused by intersexual differences in the implementation of neurophysiological functions and in the peculiarities of the course of mental processes in men and women. Nevertheless, the centers of both hemispheres in their totality and unity have a favorable effect on the development of all components of emotional intelligence.

Keywords: functional asymmetry; motor tests; sensory tests; individual profile of functional asymmetry; emotional intelligence.

For citation: Kadyrov K. B., Kalankhodjaeva K. B. Features of emotional intelligence of students with different profiles of functional interhemispheric asymmetry. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 83–92. (In Russ.)

Введение. На современном этапе развития общества качество подготовки профессиональных кадров в период вузовского образования диктуется социальным

заказом. В связи с этим возрастают требования к уровню сформированности их профессионально значимых качеств, которые могли бы обуславливать дальнейшую успешность в их деятельности. В данном вопросе большой интерес для нас представляет изучение физиологических основ психических явлений, а именно влияние функциональной асимметрии на эмоциональный интеллект в студенческом возрасте.

Под функциональной асимметрией мозга в современной науке понимается неравенство больших полушарий головного мозга в обеспечении нервно-психической деятельности человека, при котором в осуществлении одних функций главенствует левое полушарие головного мозга, а при осуществлении других правое [8].

По мнению отечественных и зарубежных специалистов, таких как А. Р. Лурия, Э. Г. Симерницкая, Е. И. Николаева, С. Спрингер, Г. Дейч, Е. Д. Хомская и др., явление функциональной межполушарной асимметрии мозга заключается в парциальном доминировании полушарий в реализации различных психофизиологических функций [5; 12; 13; 14; 16]. Однако в ходе исследований работ таких специалистов, как Е. И. Николаева, В. П. Леутин, Т. Г. Визель, Л. С. Степанян, А. Ю. Степанян, В. Г. Григорян и др. было установлено, что важным фактором, определяющим нормальную работу мозга, является гармоничность межполушарного взаимодействия. Оно опосредует успешность практически в любой деятельности. Взаимодействие реализуется через динамическую смену доминирования обоих полушарий в процессе выполнения тех или иных действий. Качественные характеристики этой смены в первую очередь скорость также значительно влияют на результат деятельности [1; 4; 5; 7; 12].

Вторым основным понятием в данном исследовании является понятие эмоционального интеллекта (ЭИ). Проблема эмоционального интеллекта является относительно новой для современной психологии – начало исследований связано с именами Р. Бар-Она [17], В. Л. Пейна [18], Дж. Мейера и П. Сэловей [9].

ЭИ в самом широком понимании объединяет в себе способности личности к эффективному общению за счет понимания эмоций окружающих и умения подстраиваться под их эмоциональное состояние. Такое умение владеть собой и грамотно организовывать взаимодействие оказывается незаменимым, если речь идет о профессиональной деятельности, связанной с непосредственным общением с окружающими [3; 6; 11].

Все свойства ЭИ, по-видимому, зависят от активности того или иного полушария мозга. Установлено, что правое полушарие играет особую роль в формировании и восприятии эмоциональной экспрессии окружающих, опознании эмоций по выражению лица или голосу [2]. Вместе с тем известно, что произвольный и непроизвольный компоненты эмоциональных реакций контролируются разными полушариями. Произвольному компоненту эмоциональной реакции соответствовала активация левой височной доли, непроизвольному правой доли [10]. Следовательно, важная роль в формировании ЭИ принадлежит функциональной межполушарной асимметрии, которая является одной из фундаментальных закономерностей его функционирования. В связи с этим *целью* нашего исследования является изучение взаимосвязи профиля функциональной асимметрии с компонентами эмоционального интеллекта у студентов.

Объект и методы исследования. В рамках рассматриваемой темы было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие студенты

1–4 курсов в количестве 340 человек (241 девушка и 99 юношей), обучающихся по разным направлениям профессионального обучения. Из них: с Национального университета Узбекистана им. Мирзо-Улугбека – 54 человека; с Ташкентского педиатрического медицинского института – 79 человек; с государственного института искусства и культуры Узбекистана – 39 человек; с Национального института искусства и дизайна им. К. Бехзода – 56 человек; с филиала МГУ имени М. В. Ломоносова в г. Ташкенте – 60 человек; с Ташкентского государственного университета востоковедения – 52 человека. Поставленная задача решалась путем использования следующих методик:

1. Методика определения индивидуального профиля функциональной асимметрии К. Б. Кадырова в авторской модификации. Данная методика представляет собой 12 функциональных проб на сенсорную и моторную асимметрию, которые позволяют выявить ведущую руку, ведущую ногу, ведущий глаз и ведущее ухо. Исходя из этого, на каждый орган приходится по 3 функциональные пробы, среди которых: для определения ведущей руки пробы «переплетение пальцев рук», «поза Наполеона», «бурные аплодисменты»; для определения ведущей ноги пробы «ногу на ногу», «пинок», «шаг вперед»; для определения ведущего глаза пробы «прицеливание», «зажмуривание глаза», «подмигивание»; для определения ведущего уха пробы «прислушивание часов», «поднесение телефона к уху», «прислушивание шепота». На проблему классификации профилей функциональной асимметрии мозга существует ряд взглядов, однако мы взяли за основу классификацию, предложенную Е. Д. Хомской и соавт. Это позволило выделить 5 профилей функциональной сенсомоторной асимметрии: абсолютно левое предпочтение (4 левых показателя); преимущественно левое предпочтение (3 левых показателя, 1 правый показатель); преимущественно правое предпочтение (3 правых показателя, 1 левый показатель); абсолютно правое предпочтение (4 правых показателя); смешанное предпочтение (2 левых и 2 правых показателя) [15].

2. Опросник эмоционального интеллекта (ЭмИн) Д. В. Люсина, включающий в себя 5 субшкал, которые, в свою очередь, объединяются в 4 шкалы более общего порядка: шкала МЭИ (межличностный ЭИ), шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ), шкала ПЭ (понимание эмоций), шкала УЭ (управление эмоциями), субшкала МП (понимание чужих эмоций), субшкала МУ (управление чужими эмоциями), субшкала ВП (понимание своих эмоций), субшкала ВУ (управление своими эмоциями), субшкала ВЭ (контроль экспрессии).

Результаты исследования и их обсуждение. В соответствии с целями и задачами исследования для выявления особенностей эмоционального интеллекта у студентов с разными типами профиля функциональной асимметрии мы провели сравнительный анализ показателей шкал опросника ЭмИн Д. В. Люсина по каждой из 12 функциональных проб, отдельно у юношей и у девушек по U-критерию Манна-Уитни. Результаты сравнительного анализа показали, что по отдельным функциональным пробам существует связь компонентов эмоционального интеллекта с предпочтением левой, либо правой стороны. У юношей при пробе «переплетение пальцев рук» такие компоненты эмоционального интеллекта, как «управление своими эмоциями» ($U = 908,5$; $p < 0,05$) и «внутриличностный эмоциональный интеллект» ($U = 892,5$; $p < 0,05$) выше у тех, кто предпочитает ставить правый большой палец сверху. При этом по функциональной пробе «поза Наполеона» компоненты «управление своими эмоциями» ($U = 892,5$;

$p < 0,05$) и «управление эмоциями» ($U = 942,5$; $p < 0,05$) выше у тех, у кого левый локоть оказывался сверху. Полученные результаты указывают на то, что мозговые механизмы, обеспечивающие доминирование большого пальца и локтя у юношей, по-разному влияют на проявление эмоционального интеллекта. По-видимому, тесное взаимодействие нейрофизиологических механизмов, обеспечивающих преобладание правого большого пальца (левого полушария) и доминирование левого локтя при скрещивании рук на груди (правого полушария), способствует развитию внутриличностного эмоционального интеллекта в целом, склонности к управлению эмоциями в частности.

По функциональной пробе «нога на ногу» у юношей такие компоненты эмоционального интеллекта, как «понимание чужих эмоций» ($U = 612,5$; $p < 0,01$), «управление чужими эмоциями» ($U = 697$; $p < 0,05$), «межличностный эмоциональный интеллект» ($U = 622$; $p < 0,01$), «понимание эмоций» ($U = 669$; $p < 0,05$) и «общий уровень эмоционального интеллекта» ($U = 739,5$; $p < 0,05$) выше у тех, кто предпочитает закидывать левую ногу сверху. Полученные данные могут свидетельствовать о том, что общий уровень эмоционального интеллекта и особенно сформированность его межличностных компонентов тесно связаны с мозговыми механизмами, обеспечивающими преобладание левой ноги (активность моторных зон правого полушария). Это может быть связано с тем, что обработка невербальной информации, в частности понимание мимики, жестов, распознавание интонаций по голосу осуществляется механизмами правого полушария. Также оно, по-видимому, в большей степени специализируется на восприятии и протекании эмоциональных процессов, а также на установлении межличностных отношений, чем механизмы левого полушария.

По остальным функциональным пробам, таким как «бурные аплодисменты», «шаг вперед», «пинок», «прицеливание», «зажмуривание глаз», «подмигивание», «поднесение телефона к уху», «прислушивание часов», «прислушивание шепота» не были выявлены значимые различия в предпочтении левого, либо правого органа по компонентам эмоционального интеллекта. Это может свидетельствовать о том, что далеко не все мозговые механизмы, лежащие в основе моторной и сенсорной асимметрии, связаны с особенностями проявления эмоционального интеллекта у юношей и девушек.

Далее мы провели сравнительный анализ шкал опросника эмоционального интеллекта (ЭмИн) Д. В. Люсина и уровня предпочитаемой стороны по ведущей руке, ноге, ведущему уху и глазу, а также по индивидуальному профилю функциональной асимметрии по H критерию Краскела-Уоллиса. Значимые различия у студентов-юношей были выявлены только по ведущему уху.

Согласно рис. 1, высокий уровень контроля экспрессии ($H = 8,79$; $p < 0,05$), внутриличностного ЭИ ($H = 8,18$; $p < 0,05$) и управления эмоциями ($H = 8,12$; $p < 0,05$) был выявлен у тех, кто предпочитал абсолютно левую сторону (левое ухо), тогда как у тех, кто предпочитал преимущественно левую сторону, преимущественно правую и абсолютно правую, показатели по шкалам эмоционального интеллекта оказались значительно низкими, и несильно отличались друг от друга.

Исходя из полученных результатов, мы можем заключить, что у юношей большинство компонентов эмоционального интеллекта («контроль экспрессии», «внутриличностный эмоциональный интеллект», «управление эмоциями») тесно связаны с нейрофизиологическими механизмами, обеспечивающими

абсолютное преобладание левого уха (правого полушария) при восприятии вербальной и невербальной информации. Данные результаты могут наводить на мысль, что физиологическая активность нейронов слухового центра правого полушария может открывать широкие возможности для развития способности контролировать и управлять собственными эмоциями как важнейших компонентов внутриличностного эмоционального интеллекта.

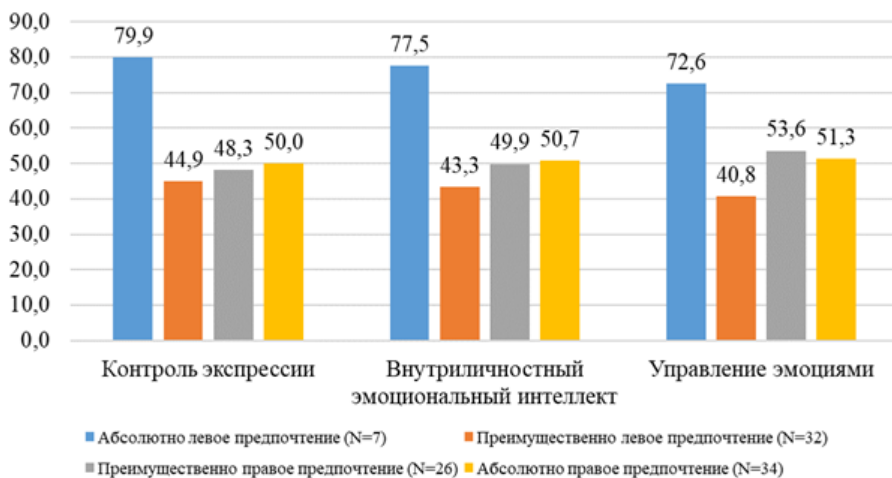


Рис. 1. Сравнение параметров «контроль экспрессии», «внутриличностный эмоциональный интеллект», «управление эмоциями» по показателям ведущего уха у юношей

При проведении среди девушек сравнительного анализа показателей шкал опросника (ЭМИн) Д. В. Люсина с каждой из 12 функциональных проб по критерию U Манна-Уитни были выявлены значимые различия между предпочтением правой и левой стороны по пробе «подмигивание» и «шепот».

По результатам сравнения показателей шкал ЭМИн у девушек по этим двум функциональным пробам были выявлены повышенные уровни «понимания чужих эмоций» ($U = 5773$; $p < 0,05$) и «межличностный эмоциональный интеллект» ($U = 5981,5$; $p < 0,05$) у тех, кто предпочитал левый глаз и левое ухо при выполнении данных сенсорных проб.

Данные результаты свидетельствуют о том, что у девушек так же, как и у юношей понимание чужих эмоций, которое можно рассматривать как один из ведущих компонентов межличностного эмоционального интеллекта, тесно связано с нейрофизиологическими механизмами правого полушария. Однако их отличие заключается в том, что у юношей такая взаимосвязь была выявлена по моторным пробам («переплетение пальцев рук», «поза Наполеона» и «нога на ногу»), тогда как у девушек по сенсорным («подмигивание» и «прислушивание к шепоту»). Это может указывать на существующие межполовые различия между мужчинами и женщинами, которые заключаются в том, что мужчины обладают более развитыми двигательными и кинестетическими функциями, тогда как у женщин больше всего сформированы зрительные и слуховые функциональные системы.

По оставшимся моторным и сенсорным пробам значимых различий у девушек между предпочитаемым правым и левым органом и компонентами эмоционального интеллекта выявлено не было.

У девушек при сравнении параметров опросника ЭМИн Д. В. Люсина и уровня предпочитаемой стороны по ведущей руке, ноге, ведущему уху и глазу, а также по индивидуальному профилю функциональной асимметрии по критерию Н Краскела-Уоллиса, значимые различия были выявлены только по показателям моторной асимметрии (рис. 2).

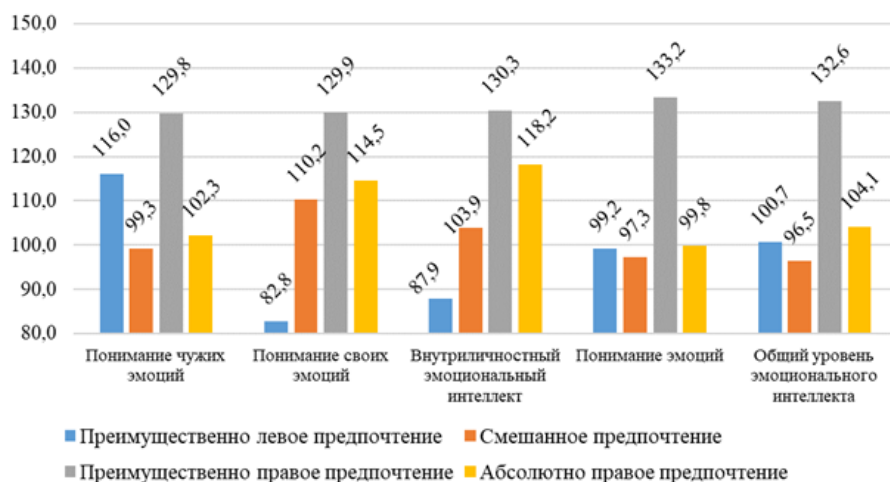


Рис. 2. Сравнение параметров опросника ЭМИн Д. В. Люсина по показателям моторной асимметрии у девушек

Согласно полученным результатам, у студентов-девушек, предпочитающих преимущественно правую сторону при осуществлении моторных проб таких как «понимание чужих эмоций», «понимание своих эмоций», «внутриличностный эмоциональный интеллект», «понимание эмоций», «общий уровень эмоционального интеллекта» выше, чем у остальных. При этом самые низкие показатели по данным компонентам у тех, кто предпочитал преимущественно левую сторону, а также у студенток со смешанным предпочтением в моторных пробах. Полученные данные могут свидетельствовать о том, что у девушек высокие уровни понимания своих и чужих эмоций, как внутриличностных компонентов общего эмоционального интеллекта тесно связаны с нейрофизиологическими механизмами, обеспечивающими преимущественное преобладание правых конечностей (левого полушария) в двигательных функциях. По-видимому, такие «левополушарные» мыслительные операции, как анализ, сравнение, обобщение, способствующие развитию способностей к самосознанию и саморефлексии, позволяют лучше понимать свои и чужие эмоции, которые, в конечном итоге, могут проявляться в высокой степени развития общего эмоционального интеллекта.

Закключение. Обобщая полученные данные по исследованию эмоционального интеллекта у студентов с разными типами профиля функциональной асимметрии, мы можем заключить, что в проявлениях эмоционального интеллекта механизмы обоих полушарий играют значимую роль. При этом мы можем выделить, что

межличностный и общий эмоциональный интеллект в целом у студентов-юношей тесно взаимосвязаны с нейрофизиологическими механизмами правого полушария, тогда как внутриличностные компоненты эмоционального интеллекта в основном развиваются благодаря возможностям межполушарного взаимодействия функциональных центров обоих полушарий. С другой стороны, у студентов-девушек доминирующую роль в развитии межличностных компонентов эмоционального интеллекта играют нейрофизиологические механизмы правого полушария. Однако внутриличностные компоненты эмоционального интеллекта, а также общий эмоциональный интеллект в целом, главным образом связаны с активностью функциональных центров, находящихся в левом полушарии. Полученные данные можно объяснить межполовыми различиями в реализации нейрофизиологических функций и в особенностях протекания психических процессов у мужчин и женщин, что позволяет утверждать о существовании полового диморфизма в межполушарной асимметрии головного мозга, которое также подтверждается рядом исследований С. Спрингера, Г. Дейча [19]. Тем не менее несмотря на данные различия не стоит исключать тот факт, что центры обоих полушарий в совокупности и единстве оказывают благоприятное влияние на развитие всех компонентов эмоционального интеллекта.

Список источников

1. *Визель Т. Г.* О характере полушарных интеграций // *Асимметрия*. – 2015. – Т. 9, № 4. – С. 39–47.
2. *Деглин В. Д.* Лекции о функциональной асимметрии мозга человека. – Киев: Женефская инициатива в психиатрии, 1996. – 156 с.
3. *Князева Т. С.* Измерение эмоционального интеллекта у музыкантов и художников с помощью методики MSCEIT V.2.0 // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. – 2010. – Т. 7, № 3. – С. 129–138.
4. *Леутин В. П., Николаева Е. И.* Функциональная асимметрия мозга: мифы и действительность. – СПб.: Речь, 2005. – 368 с.
5. *Леутин В. П., Николаева Е. И., Фомина Е. В.* Асимметрия мозга и адаптация человека // *Асимметрия*. – 2007. – Т. 1, № 1. – С. 71–73.
6. *Мещерякова И. Н.* Развитие эмоционального интеллекта студентов-психологов // *Актуальные проблемы профессиональной подготовки студентов в гуманитарном вузе: материалы научно-практической конференции в 3-х ч. / отв. ред. В. В. Волкова*. – М.: Московский гуманитарно-экономический институт, 2009. – Ч. 2. – С. 57–67.
7. *Николаева Е. И.* Связь эмоционального интеллекта детей 7–8 лет с особенностями их сенсомоторных предпочтений // *Асимметрия*. – 2013. – Т. 7, № 4. – С. 34–48.
8. *Психологический словарь / под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, П. В. Зинченко*. – М., 1983. – 440 с.
9. *Сергиенко Е. А., Ветрова И. И.* Тест Дж. Мэйера, П. Сэловеса, Д. Карузо «Эмоциональный интеллект». – М.: Институт психологии Российской академии наук, 2010. – 176 с.
10. *Симонов П. В.* Адаптивные функции эмоций // *Физиология человека*. – 1996. – Т. 22, № 2. – С. 5–9.
11. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями – эмпирический анализ // *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова*. – М.: Институт психологии Российской академии наук, 2004. – С. 129–140.
12. *Фокин В. Ф.* Стационарные и динамические свойства функциональной межполушарной асимметрии // *Асимметрия*. – 2007. – Т. 1, № 1. – С. 77–79.

13. Ханчаев И. А. Межполушарная функциональная асимметрия мозга // Научные проблемы гуманитарных исследований. – 2012. – № 2. – С. 311–316.
14. Хомская Е. Д. Об асимметрии блоков мозга. Нейропсихология. – СПб.: Питер, 2011. – 496 с.
15. Хомская Е. Д., Ефимова И. В., Будыка Е. В., Ениколопова Е. В. Нейропсихология индивидуальных различий. – М., 1997. – 282 с.
16. Червяков А. В., Фокин В. Ф. Морфометрический и биохимический аспекты функциональной межполушарной асимметрии // Асимметрия. – 2007. – Т. 1, № 1. – С. 47–57.
17. Bar-On R. Development of the Bar-On EQ-I: A measure of emotional intelligence. Paper presented at 105th Annual Convention of American Psychological Association. – Chicago, 1997.
18. Payne W. L. A study of emotion: Developing emotional intelligence; Selfintegration; relating to fear, pain and desire // Dissertation Abstracts International. – 1986. – № 47(01).
19. Springer S., Deutsch G. Left brain, right brain San Francisco: W. H. Freeman, 1981. – 243 p.

References

1. Vizel T. G. On the nature of hemispheric integrations. *Asymmetry*, 2015, vol. 9, no. 4, pp. 39–47. (In Russian)
2. Deglin V. D. Lectures on functional asymmetry of the human brain. Kiev: Geneva Initiative in Psychiatry, 1996, 156 p. (In Russian)
3. Knyazeva T. S. Measuring emotional intelligence in musicians and artists using the MSCTIT V.2.0 methodology. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2010 vol. 7, no. 3, pp. 129–138. (In Russian)
4. Leutin V. P., Nikolaeva E. I. Functional asymmetry of the brain: myths and reality. Saint Petersburg: Rech, 2005, 368 p. (In Russian)
5. Leutin V. P., Nikolaeva E. I., Fomina E. V. Brain asymmetry and human adaptation. *Asymmetry*, 2007, vol. 1, no. 1, pp. 71–73. (In Russian)
6. Meshcheryakova I. N. Development of emotional intelligence of students-psychologists. Actual problems of professional training of students in a humanitarian higher education institution: materials of the scientific-practical conference in 3 parts. Ed. by V. V. Volkova. Moscow: Moscow Institute of Humanities and Economics, 2009, part 2, pp. 57–67. (In Russian)
7. Nikolaeva E. I. Connection of emotional intelligence of children 7–8 years old with the features of their sensorimotor preferences. *Asymmetry*, 2013, vol. 7, no. 4, pp. 34–48. (In Russian)
8. Psychological dictionary. Ed. by V. V. Davydov, A. V. Zaporozhets, P. V. Zinchenko. Moscow, 1983, 440 p. (In Russian)
9. Sergienko E. A., Vetrova I. I. Test J. Meyer, P. Salovey, D. Caruso “Emotional Intelligence”. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2010, 176 p. (In Russian)
10. Simonov P. V. Adaptive functions of emotions. *Human Physiology*, 1996, vol. 22, no. 2, pp. 5–9. (In Russian)
11. The structure of emotional intelligence and the relationship of its components with individual characteristics – empirical analysis. Social intelligence: theory, measurement, research. Ed. by D. V. Lucin, D. V. Ushakov. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2004, pp. 129–140. (In Russian)
12. Fokin V. F. Stationary and dynamic properties of functional interhemispheric asymmetry. *Asymmetry*, 2007, vol. 1, no. 1, pp. 77–79. (In Russian)
13. Kharphaev I. A. Interhemispheric functional asymmetry of the brain. *Scientific problems of humanitarian research*, 2012, no. 2, pp. 311–316. (In Russian)

14. Khomskaya E. D. On the asymmetry of brain blocks. *Neuropsychology*. Saint Petersburg: Piter, 2011, 496 p. (In Russian)
15. Khomskaya E. D., Efimova I. V., Budyka E. V., Enikolopova E. V. *Neuropsychology of individual differences*. Moscow, 1997, 282 p. (In Russian)
16. Cherviakov A. V., Fokin V. F. Morphometric and biochemical aspects of functional interhemispheric asymmetry. *Asymmetry*, 2007, vol. 1, no. 1, pp. 47–57. (In Russian)
17. Bar-On R. Development of the Bar-On EQ-I: A measure of emotional intelligence. Paper presented at 105th Annual Convention of American Psychological Association. Chicago, 1997.
18. Payne W. L. A study of emotion: Developing emotional intelligence; Selfintegration; relating to fear, pain and desire. *Dissertation Abstracts International*, 1986, no. 47(01).
19. Springer S., Deutsch G. *Left brain, right brain* San Francisco: W. H. Freeman, 1981, 243 p.

Информация об авторах

К. Б. Кадыров – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики и психологии, Ташкентский университет социальной инновации, Ташкент, Узбекистан, kkamol@rambler.ru

К. Б. Каланходжаева – аспирант, Национальный университет Узбекистана им. Мирзо-Улугбека, Ташкент, Узбекистан, k_kamila@list.ru

Information about the authors

K. B. Kadyrov – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Pedagogy and Psychology, Tashkent University of Social Innovation, Tashkent, Uzbekistan, kkamol@rambler.ru

K. B. Kalankhodjaeva – graduate student, National University of Uzbekistan named after Mirzo-Ulugbek, Tashkent, Uzbekistan, k_kamila@list.ru

Статья поступила в редакцию 03.06.2024; одобрена после рецензирования 19.06.2024; принята к публикации 10.07.2024.

The article was submitted 03.06.2024; approved after reviewing 19.06.2024; accepted for publication 10.07.2024.



Научная статья

УДК 37.01

Генезис патриотического воспитания молодежи в нормативных документах и практиках начала XXI в.

Роман Сергеевич Силкин^{1,2}, Надежда Владимировна Силкина³

¹Московский городской педагогический университет, Москва, Россия

²Центр информационно-аналитического сопровождения национального проекта «Образование» Министерства просвещения России, Москва, Россия

³Сибирский государственный университет путей сообщения, Новосибирск, Россия

Аннотация. Тема патриотизма занимает особое место в духовно-политической жизни общества, получая все более глубокое и многогранное понимание в процессе общественно-исторического развития. В настоящее время в условиях обострения геополитической ситуации патриотизм является важнейшим условием укрепления основ консолидации общества и обеспечения безопасности государства, что актуализировало вопросы патриотического воспитания. В данной статье в аспекте заявленной темы исследования дается определение термина патриотизм, рассматривается история законодательного и организационного обеспечения государственной политики патриотического воспитания, необходимость приоритетного выделения молодежи (школьников старших классов, студентов и учащихся) как особой целевой социально-демографической группы населения для формирования государственной молодежной политики в целях сохранения преемственности поколений. Проведенный анализ разработанных и реализованных государственных программ 2001–2005 гг., 2006–2010 гг., 2011–2015 гг., 2016–2020 гг., мероприятий на основе этих программ позволил сделать вывод о том, что для решения поставленных задач патриотического воспитания молодежи были привлечены силы федеральных органов власти, органов исполнительной власти субъектов РФ, что дало возможность заложить фундамент как в структурном, так и содержательном планах. В статье отмечается, что специальная военная операция на Украине (СВО) доказала актуальность заявленной темы исследования и определила необходимость проведения эмпирического исследования. В качестве цели и задач исследования были поставлены: отношение и понимание современными студентами, находящимися вне зоны проведения военных действий, понятия патриотизм; оценка уровня самоидентификации в условиях СВО. Исследование проходило методом онлайн анкетирования студентов (г. Новосибирск) в два этапа (2022–2024 гг.). В данной статье приводятся сравнительные данные первого и второго этапов. Полученные результаты свидетельствуют о значительном числе студентов с флуктуирующей патриотической самоидентичностью, ограниченной лишь эмоционально-чувственным компонентом патриотизма. Итоги эмпирического исследования (2022–2024 гг.) подтверждают положение о том, что патриотизм характеризует степень социализации личности, духовно-нравственным основанием которой является национально-культурная идентификация.

Ключевые слова: патриотизм; патриотическое воспитание; молодежь; молодежная политика; исследования.

Для цитирования: Силкин Р. С., Силкина Н. В. Генезис патриотического воспитания молодежи в нормативных документах и практиках начала XXI в. // Развитие человека в современном мире. – 2024. – № 3. – С. 93–106.

Original article

Genesis of patriotic education of youth in normative documents and practices of the early XXI century

Roman S. Silkin^{1,2}, Nadezhda V. Silkina³

¹*Moscow City Pedagogical University, Moscow, Russia*

²*Center for Information and Analytical Support of the National Project “Education” of the Ministry of Education of Russia, Moscow, Russia*

³*Siberian State Transport University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. The theme of patriotism occupies a special place in the spiritual and political life of society, gaining an ever deeper and multifaceted understanding in the process of socio-historical development. Currently, in the context of the aggravation of the geopolitical situation, patriotism is the most important condition for strengthening the foundations of consolidation of society and ensuring the security of the state, which has actualized the issues of patriotic education. In the article, in the aspect of the stated research topic, the definition of the term patriotism is given, the history of legislative and organizational support for the state policy of patriotic education, the need for priority allocation of youth (high school students, students and students) is considered as a special target socio-demographic group of the population for the formation of state youth policy in order to preserve the continuity of generations. The analysis of the developed and implemented state programs 2001–2005, 2006–2010, 2011–2015, 2016–2020, and activities based on these programs allowed us to conclude that the forces of federal authorities and executive authorities of the subjects of the Russian Federation were involved in solving the tasks of patriotic education of young people, which it made it possible to lay the foundation, both structurally and in terms of content. The article notes that the special military operation in Ukraine (SVO) proved the relevance of the stated research topic and determined the need for empirical research. The goals and objectives of the study were: the attitude and understanding of the concept of patriotism by modern students who are outside the zone of military operations; assessment of the level of self-identification in the conditions of their own. The study was conducted by online student survey (Novosibirsk) in two stages (2022–2024). This article provides comparative data of the first and second stages. The results obtained indicate a significant number of students with fluctuating patriotic self-identity, limited only by the emotional and sensual component of patriotism. The results of an empirical study (2022–2024) confirm the position that patriotism characterizes the degree of socialization of a person, the spiritual and moral basis of which is national and cultural identification.

Keywords: patriotism; patriotic education; youth; youth policy; research.

For citation: Silkin R. S., Silkina N. V. Genesis of patriotic education of youth in normative documents and practices of the early XXI century. *Human Development in the Modern World*, 2024, no. 3, pp. 93–106. (In Russ.)

Введение. На протяжении последнего десятилетия в условиях обострения геополитической ситуации одним из важнейших вопросов общественно-политической

жизни российского общества стала тема патриотизма. Вопросы патриотического воспитания востребованы в общественно-социальной и психологической практике, а в сфере гуманитарных и социально-психологических наук «актуализировались проблемы формирования у подрастающего поколения высших духовных и социально-значимых ценностей, значимость которых неоднократно подчеркивалась в Посланиях Президента РФ В. В. Путина» [11].

Как неоднократно подчеркивалось в работах С. Ф. Анисимова, Д. А. Леонтьева, Ю. А. Шерковина и др., психологической характеристикой зрелой личности выступают ценностные ориентации, которые формируются на основе социально-психологических механизмов идентификации и социализации. Психологическим механизмом усвоения ценностных ориентаций выступают эмоции.

Теоретический анализ нормативных документов и практик патриотического воспитания (в течение 2002–2024 гг.) позволяет сказать, что оно сводится чаще всего к проведению отдельных не связанных мероприятий и не дает желаемого результата. Отсюда возникает проблема, каковы реальные специфические и психологические черты патриотизма, их вектор изменения у современной студенческой молодежи на примере 2022–2024 гг.

Мы предполагаем, что анализ генезиса патриотического воспитания и проведенное эмпирическое исследование позволят сделать вывод, характеризующий самоидентификацию современной студенческой молодежи, относительно содержания понятия патриотизм и его структурных составляющих.

Основная часть. Тема патриотизма во все времена занимала особое место в духовно-политической жизни общества, получая все более глубокое и многогранное понимание в процессе общественно-исторического развития. Сегодня в смысловом поле научного дискурса патриотическую тематику исследуют в своих работах педагоги, историки, психологи, социологи и политологи, в частности, к ней обращались С. Ю. Асеев, Т. В. Беспалова, В. О. Вагина, Н. Г. Денисов, А. Л. Журавлев, Д. А. Качусов, И. В. Королькова, А. А. Остапенко, А. В. Павлов, В. К. Левашов, Я. Ю. Шашкова, А. М. Шаповалова, Р. О. Яковлев и др.

Для более полного раскрытия темы исследования представляется важным обратиться к определению термина патриотизм, данное Н. М. Ильичевым. Автор рассматривал данный термин как исторически развивающуюся многофункциональную категорию, отражающую не только любовь к родине и патриотическое сознание, но и готовность к деятельности по ее защите [2].

Во внутренней государственной политике патриотический вектор нашел отражение в формировании законодательной основы, разработке пятилетних государственных программ патриотического воспитания граждан Российской Федерации (на периоды 2001–2005 гг., 2006–2010 гг., 2011–2015 гг., 2016–2020 гг.), проведении мероприятий патриотического характера.

После 10 лет реализации программ социально-политическая ситуация потребовала корректировки целевых приоритетов патриотического воспитания. Основной целевой группой здесь становится молодежь, что было закреплено в Основах государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 9 ноября 2014 г. № 2403-р.

Как предмет научного исследования молодежная политика была обозначена еще в 1980–1990-х гг. в цикле научных работ И. М. Ильинского, где основой виделось

восстановление преемственности поколений. В работах современных авторов государственная молодежная политика осуществляется в целях «создания правовых, социально-экономических, организационных, информационных условий для социальной адаптации, формирования инновационного потенциала различных категорий молодежи, ее самореализации в экономической, политической, образовательной, семейно-бытовой, социокультурной и других сферах деятельности, повышения ее субъектности для воспитания патриотических и гражданских чувств» [19].

К разработке программных мероприятий по реализации «Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 г. были привлечены Министерство обороны Российской Федерации, Министерство образования и науки Российской Федерации, Министерство культуры Российской Федерации и Федеральное агентство по делам молодежи» [14].

Дано определение молодежи как «социально-демографической группе, выделяемой на основе возрастных особенностей, социального положения и характеризующейся специфическими интересами и ценностями». По возрастным параметрам к молодежи были отнесены лица в возрасте от 14 до 30 лет (согласно ФЗ № 489 от 30.12.2020 «О молодежной политике в Российской Федерации» – до 35 лет), а с учетом профессиональной занятости – до 40 лет (научные работники).

В документе декларируется, что ключевой задачей молодежной политики России является воспитание «патриотично настроенной молодежи с независимым мышлением, обладающей созидательным мировоззрением, профессиональными знаниями, демонстрирующей высокую культуру, в том числе культуру межнационального общения, ответственность и способность принимать самостоятельные решения, нацеленные на повышение благосостояния страны, народа и своей семьи» [9, с. 3]. Кроме того, в документе регламентируются возрастные параметры «молодежного предпринимательства», впервые в постсоветский период упоминается о необходимости развития института наставничества на предприятиях.

Обозначенная для достижения цели патриотического воспитания задача как «формирование системы ценностей <...>, предусматривающей создание условий для воспитания молодежи» выражает скорее несовершенство оценочных показателей, научно-методического и информационно-аналитического обеспечения реализации программ патриотического воспитания [9, с. 6].

Если обратиться к генезису актуальных задач в практике патриотического воспитания молодежи, то в первой государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001–2005 годы» констатировалось неотложность решения «острейших проблем системы воспитания патриотизма как основы консолидации общества и укрепления государства», направленное на «все социальные слои и возрастные группы граждан России» [4].

Под патриотическим воспитанием в программе понималась «систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины» [4]. Молодежь как социальная и демографическая категория здесь в первую очередь рассматривалась как объект военно-патриотического воспитания в соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе». Актуальность этого аспекта патриотического воспитания молодежи подтверждалась результатами социологических

исследований тех лет: против военной службы высказывались 80 % студентов; 76 % офицеров и 50 % курсантов заявили, что чувствуют к себе пренебрежительное отношение со стороны молодежи [16].

Системой государственных мер в рамках Программы предусматривалась разработка учебно-методических пособий и рекомендаций в области патриотического воспитания с научным обоснованием путей приобщения подрастающего поколения к патриотическим ценностям, подготовке его к военной службе и достойному служению Отечеству, в том числе с привлечением творческого потенциала журналистов, писателей, кинематографистов.

Однако в итоге масштабы работы по обеспечению условий для активизации научно-исследовательской и методической работы по проблемам патриотического воспитания были существенно ограничены в рамках региональных бюджетов и внебюджетных источников [6].

При разработке следующей государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006–2010 годы» были учтены недостатки в работе по реализации предыдущей программы, значительно увеличен бюджет мероприятий [5]. Приоритетным направлением являлось патриотическое воспитание подрастающего поколения. Особое внимание было уделено научно-педагогическим основам и методическому обеспечению программных мероприятий [18]. Для повышения качества патриотического воспитания в образовательных учреждениях вводилось изучение государственной символики России: государственного флага, герба и гимна Российской Федерации.

В итоге к моменту разработки следующей государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011–2015 годы» система патриотического воспитания граждан в основном была создана. «В 80 субъектах Российской Федерации были приняты долгосрочные программы патриотического воспитания граждан, разработаны меры по патриотическому воспитанию. В Алтайском, Краснодарском крае, Астраханской, Брянской, Воронежской, Вологодской, Свердловской, Новосибирской, Калужской и Саратовской областях приняты региональные законы “О патриотическом воспитании граждан”, что активизировало организаторскую работу и улучшило их финансовое обеспечение» [7].

Для дальнейшего развития патриотического воспитания на период 2011–2015 гг. ставились задачи повышения уровня профессиональной подготовки специалистов патриотического воспитания в целях возрождения духовности, социальной и трудовой активности граждан, особенно молодежи. В части патриотического воспитания молодежи как особой социально-возрастной группы был создан ряд федеральных проектов: «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» в рамках национального проекта «Образование», «Молодежь России», «Социальные лифты для каждого», «Социальная активность» и др.

Для усиления контроля за ходом исполнения в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 20.10.2012 г. № 1416 «О совершенствовании государственной политики в области патриотического воспитания» было создано Управление Президента Российской Федерации по подготовке предложений по реализации программ в области патриотического воспитания молодежи. К решению задачи патриотического воспитания молодежи были привлечены силы практически всех федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, общественных и молодежных объединений.

В 2015 г. в Совете Федерации Федерального Собрания Российской Федерации были подведены итоги выполнения программ патриотического воспитания. Была дана высокая оценка программно-целевого подхода в сфере патриотического воспитания, в частности, отмечены рост числа массовых акций «Бессмертный полк» и «Георгиевская ленточка», а также «позитивные изменения в результатах патриотического воспитания по нравственно-духовным параметрам, характеризующиеся повышением толерантности, снижением степени идеологического противостояния в обществе» [8, с. 8].

В тоже время было отмечено, что «в деятельности по патриотическому воспитанию есть существенные проблемы, стремление к достижению сугубо количественных показателей, ведущее к имитации деятельности и снижению воспитательного воздействия мероприятий, следствием чего стала низкая результативность работы по патриотическому и духовно-нравственному воспитанию учащихся в общеобразовательных школах и других образовательных организациях» [8, с. 55]. Проблемой остается решение «дифференцированности патриотического воспитания среди различных категорий молодежи: старшеклассников, учащейся и работающей молодежи, студентов, аспирантов» [8, с. 84].

Таким образом, можно констатировать, что были заложены основы организации системы патриотического воспитания молодежи. Однако в содержательности и комплексности структурных компонентов она существенно уступала системе патриотического воспитания советского периода [18].

Состояние патриотического воспитания молодежи в регионах за этот период также стало предметом исследований научно-педагогической общественности (А. Р. Ибрагимов, О. Б. Неменский, А. Г. Санина, Т. Г. Чекменева и др.) [17]. В качестве основных выводов заключения авторов сводятся к констатации преобладания в патриотическом воспитании историко-патриотических и военно-патриотических направлений. «Вопросы организации и научно-методологического обеспечения духовно-нравственного воспитания и формирования на их основе интегративных качеств патриотического сознания наименее программно проработаны» [11].

В работах Т. В. Беспаловой, Г. А. Мациевской, О. Б. Неменского отмечалось, что при всей важности такой нормотворческой деятельности ряд законодательных актов и управленческих документов в сфере образования в этот период, в части целевых задач, противоречил ценностным ориентирам продекларированной политики патриотического воспитания молодежи. В докладе «Системный кризис отечественного образования» (2016 г.) отмечалось, что в отечественной системе образования отсутствует управление на основе традиционных ценностей, обозначенных в Стратегии национальной безопасности (2015 г.) [12, с. 20].

Противоречия нормативных актов Е. А. Чибиркин объясняет такими причинами как, «многонациональностью и поликонфессиональностью состава Российской Федерации, а значит, необходимостью проведения в регионах и на местах работы, направленной на формирование ответственности за единство страны, развитие диалога культур» [18, с. 2278]. «Недостаточная системность работы министерств и ведомств, задействованных в реализации отдельных положений нормативных актов, оборачивается низкой эффективностью и отсутствием каких-либо достижений» [18, с. 2228].

Для создания условий для активизации патриотического воспитания молодежи в 2020 г. Государственная дума приняла закон «О внесении изменений в Федераль-

ный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», в соответствии с которым вносятся изменения в учебные программы учреждений образования с целью организации, в том числе воспитательного процесса.

В законе был расширен патриотический контекст понятия воспитательный процесс: под ним понимается «деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма и гражданственности» [15].

В целях практической реализации патриотического компонента воспитательного процесса Минобрнауки России разработана Примерная ценностно-нормативная рабочая программа воспитания в образовательной организации высшего образования как основа организации воспитательной деятельности в вузах. В числе задач воспитательной деятельности – «приобщение студенчества к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и академическим традициям; развитие мировоззрения и актуализация системы базовых ценностей личности» [15]. В качестве примерных направлений воспитания упомянуто формирование чувства патриотизма и гражданственности.

События 2022–2023 гг., специальная военная операция на Украине (СВО) практически доказали, с одной стороны, чрезвычайную актуальность патриотического воспитания и формирования патриотического сознания молодежи как условия обеспечения безопасности и обороноспособности современной России, с другой стороны, показали реальное состояние патриотизма в стране, когда от каждой личности требуется понимание происходящего с позиции гражданина и патриота, поддержка и отстаивание интересов своей страны.

Произошла поляризация определенных слоев российского общества, эмиграция целого ряда медиа-личностей из сферы шоу-бизнеса и культуры, сотен тысяч молодых людей из-за боязни быть призванным по мобилизации. В этой ситуации значительно возрос интерес к исследованиям и социологическим опросам молодежи, в частности, студенчества по теме патриотизма и отношения к СВО. Как отмечают авторы, «научный анализ отношения молодежи к патриотизму и особенностей патриотической самоидентичности молодых россиян выступает значимой основой организации эффективного патриотического воспитания молодежи в текущих условиях» [3].

Эмпирической основой нашего исследования являются сравнительные опросы методом онлайн анкетирования студентов (г. Новосибирск, 2022–2024 гг.). Цель исследования – отношение и понимание современными студентами понятия патриотизм, оценка уровня патриотической самоидентификации в условиях проведения специальной военной операции Вооруженных сил России на территории Украины. Обработка и интерпретация результатов осуществлялись методом контент-анализа в целом по совокупности респондентов и в разрезе юноши – девушки.

Интерпретируя полученные данные за 2022–2024 гг., можно сделать следующие выводы. В целом к термину патриот большинство респондентов проявили растущее позитивное отношение: если в 2022 г. считали себя патриотами полностью или частично 80 % респондентов, то в 2024 г. уже 88 %, соответственно доля высказавших негативное отношение за этот период снизилась с 20 до 12 %. В оцен-

ках отношения к патриотизму заметно проявление гендерной идентичности: если среди юношей в 2024 г. уверенно к патриотам относят себя 67 %, то среди девушек 31 %, т. е. в два раза меньше, соответственно доля частично, с определенной условностью относящих себя к патриотам, среди девушек в два раза выше, чем у юношей (54 % и 24 % соответственно). Такое же соотношение девушек и юношей, не считающих себя патриотами, в общей совокупности респондентов – 10 % и 6 % соответственно.

Анализ опроса респондентов о содержании понятия патриотизм среди предложенных вариантов показал следующее. В ответах молодых людей доминирует предпочтительное определение патриотизма как «любовь к родному дому, стране, верность национальной культуре, традициям и укладу жизни»: при этом число высказавших такое понимание патриотизма возросло с 31 % в 2022 г. до 50 % в 2024 г. Однако этот рост произошел за счет снижения доли респондентов, понимающих патриотизм как «национальное самосознание, гордость за принадлежность к своей нации, народу» – с 25 % до 9,8 %; «бескорыстная любовь и служение Родине, готовность к самопожертвованию ради ее блага или спасения» – с 21 % до 17,5 % за этот период. Причем доля разделяющих такое понимание патриотизма среди юношей практически в два раза ниже, чем у девушек.

Понимание патриотизма как «стремление трудиться для процветания, роста авторитета и могущества Родины» в целом незначительное, возросло за период с 10 % до 16,2 %. Понимание интернационализма как патриотического качества личности снизилось в целом с 8 % до 5,2 %, а среди юношей еще больше – до 4 % в 2024 г. Вариант «непримиримость к представителям других наций и народов», по существу, выражающий крайне агрессивную степень национализма, нашел отражение лишь в 2022 г. – 4 % респондентов. Вариант ответа «патриотизм сегодня не актуален и не современен для молодежи» выбрали около 1 % респондентов.

Следующим этапом исследования является анализ ответов респондентов об источниках формирования их патриотических представлений. В опросном листе в обобщенном виде были указаны следующие из них: школа, другие образовательные учреждения; семья; органы власти и государственные каналы; СМИ; друзья, ближайшее окружение; другое.

В ответах респондентов с положительной динамикой лидирует «семья» – 38 % в 2022 г. и 45 % в 2024 г., что вполне объяснимо для студентов младших курсов. Влияние на формирование патриотических чувств школы, органов власти и государственных каналов стабильно занимают незначительное место – 23 % и 24 % соответственно. Отмечено, что значительное влияние на формирование духовно-нравственных компонентов личности оказывают друзья и ближайшее окружение, средства массовой информации и другие источники – 39 % и 31 % соответственно.

Отношение респондентов к специальной военной операции Вооруженных сил России на Украине является самым точным критерием в оценке патриотического сознания и результативности патриотического воспитания молодежи. Итоги исследования показали, что в этом аспекте в целом за период 2022–2024 гг. существенных изменений не произошло: доля респондентов, поддерживающих СВО, составляет примерно одну треть – 35 % в 2022 г. и 36 % в 2024 г.; доля не поддерживающих и неопределившихся с позицией – две трети, 65 % и 64 % за указанный период. Характерно, что среди респондентов, понимающих и поддерживающих СВО в 2024 г., преобладают юноши – 62 %, а в числе неопределившихся и не поддерживающих военную операцию – девушки, 85 %.

Важный показатель – готовность действовать в поддержку СВО, по итогам опроса здесь наблюдается положительная динамика, но абсолютное его выражение крайне незначительно – с 2 % в 2022 г., до 6 % в 2024 г., особенно в сопоставлении с долей респондентов-противников СВО – 28 % и 21 % соответственно за период.

Высокая доля молодых людей, неопределившихся с собственной позицией по вопросам проведения СВО, является следствием недостатка объективной информации и понимания происходящих событий. В связи с этим представляется необходимым проанализировать отношение и степень доверия респондентов к источникам информации о событиях, связанных с СВО. Согласно данным опроса, значительная часть респондентов вообще не доверяет никаким источникам информации – 41 % в 2022 г. и 42 % в 2024 г. (из них девушки 45 %). Доверие в отношении государственных каналов, СМИ в 2022 г. высказала треть респондентов (36 %) и оно снижается. Так, в 2024 г. такую позицию подтвердила лишь четверть опрошенных (27 %). Возросла доля респондентов, ориентирующихся на информацию в интернет-ресурсах, социальных сетях и от знакомых – с 23 % до 31 % за период.

Возможно, что это результат целенаправленного психологического воздействия на молодежь средствами коммуникативных технологий информационной войны Запада против России. Подтверждением актуальности этих проблем для безопасности страны является повестка совещания «Стратегии и целевые установки патриотического воспитания школьников и молодежи в условиях ведения ментальных войн» в Комитете по обороне и безопасности Совета Федерации, состоявшееся в ноябре 2022 г., где констатировалось, что «молодое поколение целенаправленно становится объектом злонамеренной идеологической обработки, западные пропагандисты стремятся разложить российскую нацию изнутри».

Неоднозначная общественно-политическая ситуация в условиях продолжающейся уже более 2 лет мирной жизни общества и событий СВО требует особого внимания к информационным аспектам гибридной войны. Сегодня практически две трети респондентов (60 %) доверяют и пользуются информацией из интернета, СМИ и социальных сетей, в том числе юноши – 68 %, девушки – 55 %. Здесь нужно отметить значительный рост пользователей информации из контента, распространяемого через интернет и социальные сети: с 16 % до 36 % за рассматриваемый период. К информации государственных каналов сегодня обращаются 18 % респондентов, что в два раза ниже, чем в результатах опроса в 2022 г. (36 %). В этом списке источников информации друзья и знакомые занимают 13 %, причем среди девушек эта доля более чем в два раза выше, чем среди юношей – 17 % и 6 % соответственно. На последнем месте в этом списке находится семья – 9 %, и здесь также очевидно проявление гендерного фактора, этот источник отметили 11 % девушек и лишь 5 % юношей.

Показательно, что высшие учебные заведения и преподаватели в числе источников получения информации о СВО студентами при опросах вообще не были отмечены. О том, что в этих вопросах существуют проблемы и в высшей школе «утрачены многие социальные технологии формирования ценностей, патриотизма и гражданственности в рамках образовательного процесса», отмечает ряд авторов [10; 13, с. 16].

Заключение. Результаты проведенного исследования подтвердили положения о том, что патриотизм характеризует степень социализации личности, а формирование патриотического мировоззрения молодежи является условием обеспечения обороноспособности страны.

За последнее десятилетие создан фундамент организации системы патриотического воспитания молодежи. Так, содержание патриотизма как объекта междисциплинарных исследований сегодня широко представлено в публикациях целого ряда авторов. Однако в содержательности и комплексности структурных компонентов она существенно уступает институтам патриотического воспитания предшествующих исторических периодов [10]. Научно-педагогическая общественность обозначила противоречия между ценностными и целевыми ориентирами в политике патриотического воспитания молодежи недостаточным научно-методологическим обеспечением духовно-нравственного воспитания (Н. Я. Большунова, А. Р. Смирнов, В. И. Слободчиков, Г. А. Мациевская, Т. Г. Чекменева и др.).

Важнейшими субъектами патриотического воспитания молодежи остаются семья и школа, однако здесь методы воспитания, вероятно, не соответствуют требованиям времени и не вызывают активного отклика, при этом самыми массовыми по влиянию на студенческую молодежь являются интернет и социальные сети.

На основе интеграции результатов проведенного эмпирического исследования, а также публикаций, изложенных в обзоре данной статьи, мы можем констатировать, что реализация многочисленных мероприятий патриотического воспитания молодежи всероссийского и регионального уровней не привели в достаточной степени, в частности, у студентов высших учебных заведений, к желаемому результату, формированию патриотического мировоззрения.

Полученные результаты свидетельствуют о значительном числе студентов с флуктуирующей патриотической самоидентичностью (около половины респондентов). Их смысловое понятие патриотизма сводится к эмоционально-чувственному компоненту, свойственному массовому сознанию, быть патриотом – значит «любить свою страну». Однако это только один из элементов структуры патриотического сознания и между патриотическими заявлениями и готовностью к реальным действиям существенная разница.

Если о поддержке СВО заявила треть респондентов, то готовность к практическим действиям выразили лишь 6 % из них. Очевидно, что различия между респондентами в сформированности патриотического сознания выражаются именно в понимании патриотизма как готовности к практическим действиям.

На основе проведенного исследования считаем, что патриотизм представляет собой результат политической социализации личности, духовно-нравственным основанием которой является национально-культурная идентификация [1]. При этом формирование смыслов российской идентичности в первую очередь должно стать системообразующей задачей в процессе воспитания молодежи в высших учебных организациях страны.

Список источников

1. Беспалова Т. В., Свиридкина Е. В. Культурно-цивилизационные смыслы государственного патриотизма: монография / отв. ред. Т. В. Беспалова. – М.: Институт Наследия, 2019. – 212 с.
2. Ильичев Н. М. О сущности, содержании и значении патриотизма // Вестник Российского философского общества. – 2003. – № 3. – С. 84–92.
3. Муращенкова Н. В., Гриценко В. В., Калинина Н. В. Отношение к патриотизму и патриотическая самоидентичность российской студенческой молодежи в условиях поляризации российского общества // Социальная психология и общество. – 2023. – Т. 14, № 4. – С. 68–88.

4. О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001–2005 годы». Постановление Правительства Российской Федерации от 16.02.2001 № 122 [Электронный ресурс]. – URL: <https://base.garant.ru/1584972/> (дата обращения: 02.08.2024).
5. О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006–2010 годы». Постановление Правительства Российской Федерации от 11.07.2005 г. № 422 [Электронный ресурс]. – URL: <https://base.garant.ru/188373/?ysclid=luhf844k3z216315560> (дата обращения: 02.08.2024).
6. Об утверждении подпрограммы Министерства образования Российской Федерации государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001–2005 годы». Приказ Министерства образования Российской Федерации от 23.09.2002 г. № 3352 [Электронный ресурс]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/901806364> (дата обращения: 02.08.2024).
7. Обобщенный доклад Российского государственного военного историко-культурного центра при Правительстве Российской Федерации (Росвоенцентр) о выполнении государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011–2015 годы» в 2014 г. [Электронный ресурс]. – URL: <https://pandia.ru/text/80/138/48218.php?ysclid=luhfao0gay36706644> (дата обращения: 02.08.2024).
8. Опыт субъектов Российской Федерации по военно-патриотическому воспитанию молодежи: материалы круглого стола Комитета Совета Федерации по федеративному устройству, региональной политике, самоуправлению и делам Севера совместно с Комитетом Совета Федерации по науке, образованию и культуре и Комитетом Совета Федерации по обороне и безопасности 21 мая 2015 г. [Электронный ресурс]. – URL: <http://council.gov.ru/activity/activities/roundtables/56831> (дата обращения: 05.03.2024).
9. Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс]. – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_171835/5416a7ecef3afe3ff052deb74264bbf282e889ef/ (дата обращения: 11.01.2024).
10. *Силкин Р. С., Силкина Н. В.* Аксиологические основы патриотического воспитания молодежи // Вестник Сибирского государственного университета путей сообщения: Гуманитарные исследования. – 2022. – № 3(14). – С. 81–90.
11. *Силкина О. С.* Патриотическое воспитание молодежи: нормативно-правовой аспект // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. – 2017. – № 39. – С. 201–210.
12. Системный кризис отечественного образования как угроза национальной безопасности России и пути его преодоления / В. И. Слободчиков, И. В. Королькова, А. А. Остапенко. – М.: Русский предприниматель, 2016. – 17 с.
13. *Смирнов В. А.* Молодежная политика и воспитательная деятельность в российских университетах: этапы развития и ключевые противоречия // Высшее образование в России. – 2023. – № 5. – С. 9–20.
14. Федеральное агентство по делам молодежи: Основы патриотического воспитания граждан Российской Федерации: Методические рекомендации. Утверждены Экспертным советом по патриотическому воспитанию при ФГБУ «Роспатриотцентр» 10.10.2022 года [Электронный ресурс]. – URL: <https://molod.gov39.ru/upload/iblock/e5a/z95cx2m94ont6b5y9hadg7hb4jr232dy.pdf> (дата обращения: 05.03.2024).
15. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся» [Электронный ресурс]. – URL: <https://edu.gov.ru/press/2758/odobreny-svyazannye-s-vozpitaniem-izmeneniya-v-zakon-ob-obrazovanii-v-rossiyskoj-federacii/> (дата обращения: 05.08.2023).

16. Чвякин В. А. Престижность военной службы в системе ценностей современной российской молодежи: социологический анализ // Гуманитарий Юга России. – 2019. – Т. 8, № 6. – С. 241–253.

17. Чеkmенева Т. Г. Правовые основы патриотического воспитания российской молодежи в условиях глобализации // Казанский педагогический журнал. – 2015. – № 6-3. – С. 1–3.

18. Чибиркин Е. А. Государственная политика патриотического воспитания в современной России: специфика формирования и проблемы реализации // Вопросы политологии. – 2022. – Т. 12, № 7 (83). – С. 2277–2288.

19. Щербакова В. П. Государственная молодежная политика как фактор оптимизации социальной адаптации молодежи // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2013. – № 4. – С. 278–290.

References

1. Bespalova T. V., Sviridkina E. V. Cultural and civilizational meanings of state patriotism: monograph. Ed. by T. V. Bespalova. Moscow: Institute of Heritage, 2019, 212 p. (In Russian)

2. Ilyichev N. M. On the essence, content and meaning of patriotism. *Bulletin of the Russian Philosophical Society*, 2003, no. 3, pp. 84–92. (In Russian)

3. Murashchenkova N. V., Gritsenko V. V., Kalinina N. V. Attitude to patriotism and patriotic self-identity of the Russian student youth in conditions of polarization of the Russian society. *Social Psychology and Society*, 2023, vol. 14, no. 4, pp. 68–88. (In Russian)

4. On the state program “Patriotic Education of Citizens of the Russian Federation for 2001–2005”. Resolution of the Government of the Russian Federation. Federation from 16.02.2001 № 122 [Electronic resource]. URL: <https://base.garant.ru/1584972/> (date of access: 02.08.2024). (In Russian)

5. About the state program “Patriotic Education of Citizens of the Russian Federation for 2006–2010”. Resolution of the Government of the Russian Federation. Federation from 11.07.2005 № 422 [Electronic resource]. URL: <https://base.garant.ru/188373/?ysclid=luhf844k3z216315560> (date of access: 02.08.2024). (In Russian)

6. On Approval of the Subprogram of the Ministry of Education of the Russian Federation of the State Program “Patriotic Education of Citizens of the Russian Federation for 2001–2005”. Order of the Ministry of Education of the Russian Federation from 23.09.2002. Federation from 23.09.2002 № 3352 [Electronic resource]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/901806364> (date of access: 02.08.2024). (In Russian)

7. Generalized report of the Russian State Military Historical and Cultural Center under the Government of the Russian Federation (Rosvoencenter) on the implementation of the state program “Patriotic Education of Citizens of the Russian Federation for 2011–2015” in 2014 [Electronic resource]. – URL: <https://pandia.ru/text/80/138/48218.php?ysclid=luhfao0gay36706644> (date of access: 02.08.2024). (In Russian)

8. The experience of the subjects of the Russian Federation on military-patriotic education of youth: Materials of the round table of the Federation Council Committee on Federal Structure, Regional Policy, Self-Government and Northern Affairs together with the Federation Council Committee on Science, Education and Culture and the Federation Council Committee on Defense and Security on May 21, 2015 [Electronic resource]. URL: <http://council.gov.ru/activity/activities/roundtables/56831> (date of access: 05.03.2024). (In Russian)

9. Fundamentals of the state youth policy of the Russian Federation for the period up to 2025 [Electronic resource]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_171835/5416a7ecef3afe3ff052deb74264bbf282e889ef/ (date of access: 11.01.2024). (In Russian)

10. Silkin R. S., Silkina N. V. Axiological bases of patriotic education of youth. *Bulletin of the Siberian State University of Railway Transport: Humanitarian studies*, 2022, no. 3(14), pp. 81–90. (In Russian)
11. Silkina O. S. Patriotic education of youth: normative-legal aspect. *Bulletin of Kemerovo State University of Culture and Arts*, 2017, no. 39, pp. 201–210. (In Russian)
12. Systemic crisis of domestic education as a threat to the national security of Russia and ways to overcome it. V. I. Slobodchikov, I. V. Korolkova, A. A. Ostapenko. Moscow: Russian Entrepreneur, 2016, 17 p. (In Russian)
13. Smirnov V. A. Youth policy and educational activities in Russian universities: stages of development and key contradictions. *Higher Education in Russia*, 2023, no. 5, pp. 9–20. (In Russian)
14. Federal Agency for Youth Affairs: Fundamentals of patriotic education of citizens of the Russian Federation: Methodological recommendations. Approved by the Expert Council on patriotic education at FGBU “Rospatriottsentr” 10.10.2022 [Electronic resource]. URL: <https://molod.gov39.ru/upload/iblock/e5a/z95cx2m94ont6b5y9hadg7hb4jr232dy.pdf> (date of access: 05.03.2024). (In Russian)
15. Federal Law of July 31, 2020 № 304-FZ “On Amending the Federal Law ‘On Education in the Russian Federation’ on the issues of education of students” [Electronic resource]. URL: <https://edu.gov.ru/press/2758/odobreny-svyazannye-s-vozpitanie-izmeneniya-v-zakon-ob-obrazovanii-v-rossiyskoy-federacii/> (date of access: 05.08.2023). (In Russian)
16. Chvyakin V. A. Prestige of military service in the system of values of modern Russian youth: sociological analysis. *Humanitarian of the South of Russia*, 2019, vol. 8, no. 6, pp. 241–253. (In Russian)
17. Chekmeneva T. G. Legal foundations of patriotic education of Russian youth in the context of globalization. *Kazan Pedagogical Journal*, 2015, no. 6-3, pp. 1–3. (In Russian)
18. Chibirkin E. A. State policy of patriotic education in modern Russia: specifics of formation and problems of realization. *Political Science Issues*, 2022, vol. 12, no. 7 (83), pp. 2277–2288. (In Russian)
19. Scherbakova V. P. State youth policy as a factor in optimizing the social adaptation of youth. *Tula State University. Humanities*, 2013, no. 4, pp. 278–290. (In Russian)

Информация об авторах

Р. С. Силкин – кандидат педагогических наук, доцент, Московский городской педагогический университет, Институт среднего профессионального образования им. К. Д. Ушинского; ведущий эксперт, Центр информационно-аналитического сопровождения национального проекта «Образование» Министерства просвещения России, г. Москва, Россия, silkinrs@ngpu.ru

Н. В. Силкина – доктор педагогических наук, профессор кафедры психологии и педагогики, Сибирский государственный университет путей сообщения, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0001-7106-0666>, nvsilkina@list.ru

Information about authors

R. S. Silkin – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Moscow City Pedagogical University, Institute of Secondary Vocational Education named after K. D. Ushinsky; leading expert, Center for Information and Analytical Support of the National Project “Education” of the Ministry of Education of Russia, Moscow, Russia, silkinrs@ngpu.ru

N. V. Silkina – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor Department of Psychology and Pedagogy, Siberian State Transport University, Novosibirsk, Russia, <https://orcid.org/0000-0001-7106-0666>, nvsilkina@list.ru

Статья поступила в редакцию 17.06.2024; одобрена после рецензирования 28.06.2024; принята к публикации 01.07.2024.

The article was submitted 17.06.2024; approved after reviewing 28.06.2024; accepted for publication 01.07.2024.



Развитие человека в современном мире. 2024. № 3
Human Development in the Modern World. 2024, no. 3

Об итогах работы городского круглого стола «Психолого-педагогические аспекты развития сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях г. Новосибирска и Новосибирской области»

15 мая 2024 г. на базе ФГБОУ ВО «НГПУ» состоялся круглый стол по актуальной для современной школы проблеме «Психолого-педагогические аспекты развития сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях города Новосибирска и Новосибирской области».

В работе круглого стола приняли участие: Уполномоченный по правам ребенка в Новосибирской области Н. Н. Болтенко, представители Департамента образования мэрии г. Новосибирска, МКУ ДПО «Городской центр образования и здоровья «Магистр», МБУ г. Новосибирска «Городской Центр психолого-педагогической поддержки молодежи “Родник”», специалисты общеобразовательных организаций, реализующие проект школьной службы примирения.

Приветствуя собравшихся, Н. Н. Болтенко отметила значимость работы по развитию служб медиации, высоко оценила потенциал проекта «Развитие служб медиации (примирения) в муниципальной системе образования г. Новосибирска», который действует уже почти 3 года. Особый акцент Н. Н. Болтенко сделан на перспективе развития семейной медиации, которая позволила бы повлиять на культуру взаимоотношений в семье и повысить уровень семейного благополучия.

Проблема значения медиативной культуры и организации социокультурной среды в образовательных учреждениях рассмотрена доктором психологических наук, профессором кафедры общей психологии и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ» Н. Я. Большуновой.

О. О. Андронникова, декан факультета психологии, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ» подвела промежуточные итоги реализации проекта, выделила возникающие сложности и перспективные пути их решения.

Специалисты отдела «Городская служба медиации (примирения) МБУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр» – Ю. М. Кузьмина, заведующий отделом и М. В. Григорьева, педагог-психолог отдела осветили результаты мониторинга деятельности школьных служб медиации (примирения) в г. Новосибирске за 2022/23 учебный год, показали, что, несмотря на имеющиеся сложности, в ряде школ начинают успешно работать соответствующие службы, накапливается опыт вовлечения в работу служб волонтеров – школьников.

Анализ и результаты опыта реализации данного проекта были представлены в выступлении методиста МАОУ г. Новосибирска «Средняя общеобразовательная школа № 215», куратора школьной службы примирения И. В. Баляскиной.

Не менее интересный опыт участия МАОУ СОШ № 18 в проекте «Развитие служб медиации (примирения) в муниципальной системе образования г. Новоси-

бирска» был представлен педагогом-психологом школы, куратором школьной службы примирения А. И. Панченко.

Участники и гости круглого стола отметили высокую актуальность и значимость обсуждаемой темы, проявили живой интерес в процессе ее обсуждения и выразили желание продолжить такие встречи.

Андронникова Ольга Олеговна,
декан факультета психологии,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей психологии
и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ»

Andronnikova Olga Olegovna,
Dean of the Faculty of Psychology,
Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor of the Department of General Psychology
and History of Psychology of the Federal State Budgetary
Educational Institution of Higher Education «NSPU».



Уважаемые коллеги!



Приглашаем Вас принять участие в рецензируемом научном периодическом журнале «Развитие человека в современном мире», отражающем проблемы современной теоретической и практической психологии. Журнал выходит 4 раза в год.

Учредитель журнала – федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Новосибирский государственный педагогический университет».

Журнал адресован преподавателям вузов и средне специальных учебных заведений, научным сотрудникам, практикующим психологам и педагогам, аспирантам, соискателям, магистрантам и студентам в психолого-педагогической области.

Авторами публикаций в журнале являются профессорско-преподавательский состав вузов, докторанты, аспиранты, магистранты, работники системы общего и дополнительного образования.

Требования к статьям и условия публикации в журнале:

1. Общие положения.

1.1. Редакцией не принимаются к рассмотрению материалы публиковавшихся ранее научных статей, а также материалы, не соответствующие изложенным требованиям и рекламные материалы.

1.2. Аспиранты, соискатели и магистранты, публикующиеся самостоятельно (не в соавторстве с научным руководителем) предоставляют отзыв научного руководителя на статью.

1.3. Редакционная коллегия производит отбор поступивших материалов и распределяет их по рубрикам. Редакционная коллегия оставляет за собой право на редактирование статей с сохранением авторского варианта научного содержания. В случае необходимости редколлегия вступает в переписку с авторами по электронной почте и может обратиться с просьбой о доработке материалов. Статьи, не соответствующие перечисленным требованиям, не публикуются и почтовой пересылкой не возвращаются.

1.4. Вознаграждение (гонорар) за опубликованные научные статьи не выплачивается.

1.5. Автор (соавторы), в соответствии с приведенными ниже требованиями, условиями, оформляет необходимые материалы: сопроводительные документы и рукопись статьи в электронном виде. В электронном виде материалы передаются по электронной почте.

1.6. Дополнительные условия публикации высылаются по запросу по электронной почте.

1.7. Редакция имеет право частично или полностью предоставлять материалы научных статей в российские и зарубежные организации, обеспечивающие индекс научного цитирования, а также размещать данные материалы на интернет-сайте журнала.

2. Требования к материалам и рукописям.

2.1. Автор предоставляет в редакцию текст статьи и заявку в виде отдельных файлов в редакторе Microsoft Word. Аспиранты, соискатели и магистранты, публикующиеся самостоятельно (без соавтора с научным руководителем), также прилагают отзыв научного руководителя на статью.

2.2. Рукопись статьи должна включать в себя текст статьи, а также пристатейные материалы:

- а) УДК (на русском языке);
- б) данные об авторе (на русском и английском языках);
- в) заголовок статьи (на русском и английском языках);
- г) аннотация (на русском и английском языках);
- д) ключевые слова (на русском и английском языках);
- е) список источников (на русском языке, в алфавитном порядке)
- ж) References (литература на английском языке).

2.3. Объем статьи может составлять до 30 тыс. печ. знаков. Рукописи, превышающие указанный объем, допускаются к рассмотрению по согласованию с редакцией. Текст печатается в формате Word, шрифт Times New Roman, кегль 14, межстрочный интервал 1,5. Поля страницы – по 2,5 см с каждого края.

2.4. Аннотация должна соответствовать содержанию статьи и отражать ее структуру. Рекомендуется в статьях, содержащих результаты эмпирического исследования, в структуру аннотации включать: введение, цель статьи, методы, результаты, обсуждение результатов, выводы. В теоретических статьях рекомендуется в аннотацию включать: введение, цель статьи, основная часть (в основной части могут выделены соответствующие тематические подразделы (параграфы), выводы.

Текст аннотации должен отличаться содержательностью, компактностью и отсутствием лишней для читателя информацией. Объем аннотации не менее 200 – 250. Шрифт Times New Roman, кегль 12, интервал 1,5, выравнивание по ширине.

2.5. Ключевые слова: 5–10 слов, по которым статьи могут быть найдены в электронных поисковых системах. Шрифт Times New Roman, кегль 11, интервал одинарный, отступа первой строки нет, интервал после абзаца 12 пт.

2.6. Текст статьи. При подготовке рукописи автору необходимо определиться с жанром – теоретическое, эмпирическое или методическое исследование.

В структуру статей, описывающих **эмпирические исследования**, рекомендуется включать следующие разделы: **ВВЕДЕНИЕ, МЕТОДЫ, РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ, ВЫВОДЫ**. Выделенные разделы рукописи должны быть согласованы между собой, содержание рукописи должно отражать новизну исследовательского подхода автора.

В статьях **теоретической направленности** рекомендуется выделять следующие разделы: **ВВЕДЕНИЕ, ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ** (в основной части могут быть выделены соответствующие тематические подразделы (параграфы), **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**. Выделенные разделы рукописи должны быть согласованы между собой. Во **ВВЕДЕНИИ** должна быть сформулирована цель статьи, содержание статьи должно отражать новизну теоретической позиции автора.

В статьях **методической направленности** рекомендуется выделять **ВВЕДЕНИЕ**, предлагаемые **МЕТОДЫ** (психологической помощи, психоконсультирования, психокоррекции, исследовательские методы, развития личности, психических процессов и пр.) и их обоснование, **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**,

ВЫВОДЫ. Выделенные разделы рукописи должны быть согласованы между собой. Во **ВВЕДЕНИИ** должна быть сформулирована цель статьи.

2.7. Список источников. Помещается в конце статьи после подзаголовка. В список должны войти научные источники, отражающие современное состояние исследований по проблеме. Список оформляется в алфавитном порядке по ГОСТ Р 7.05-2008. Ссылки на литературу оформляются в квадратных скобках, помещаются после упоминания в тексте соответствующего источника и содержат номер указанного источника в списке, при цитировании – страницы.

Все источники, на которые были даны ссылки в тексте, должны быть включены в список источников. Авторы должны специально проверить это соответствие!

В рукописи должны быть представлены источники на русском и иностранных языках (рекомендуемая доля иностранных источников не менее 30 %, от общего количества). Литература должна отражать современное состояние проблемы исследования. Литература составляется в алфавитном порядке – сначала русскоязычные, затем – иностранные источники. Для эмпирических и методических статей список литературы должен включать не менее 15 источников, для теоретических – не менее 25. References оформляется в соответствии с требованиями.

2.8. Рисунки и таблицы. Текст статьи может включать таблицы, а также графические материалы (рисунки, графики, фотографии и др.). Данные материалы должны иметь сквозную нумерацию и названия. На все таблицы и графические материалы должны быть сделаны ссылки в тексте статьи. При этом данные объекты должны быть расположены после ссылок на них. Шрифт надписей внутри рисунков, графиков, фотографий и других графических материалов Times New Roman, размер кегля 12, межстрочный интервал 1,0 (одинарный). Рисунки и схемы сохраняются как картинки (они не должны быть редактируемыми в текстовом редакторе Word).

3. Правила направления, рецензирования и опубликования научных статей.

3.1. Все научные статьи, поступившие в редакцию, подлежат обязательному рецензированию.

3.2. После получения материалов научной статьи ответственный секретарь проводит оценку правильности оформления и достаточности полученных материалов. В случае отклонений от установленных требований материалы возвращаются автору по электронной почте на доработку.

3.3. Зарегистрированные материалы научной статьи направляются для рассмотрения на рецензию. Рецензирование рукописей статей, представленных для публикации в журнале «Развитие человека в современном мире», организуется редакционной коллегией. Ответственность за качество рецензий и своевременность проведения рецензирования рукописей статей возлагается на редакционную коллегию.

3.4. К рецензированию привлекаются ученые, имеющие признанный авторитет и работающие в области знаний, к которой относится содержание рукописи.

3.5. Рецензенты обращают внимание на следующие вопросы: соответствие названия статьи ее содержанию; соответствие аннотации содержанию статьи; актуальность данной темы; новизна данной темы (данного исследования); теоретическая / методическая направленность данной работы; теоретическая / практическая значимость данной работы; терминологическая база работы, ссылки на другие источники и цитаты; использование научных библиографических источников, индексированных в базах данных (РИНЦ, SCOPUS). При положительной рецензии статья включается в план публикации соответствующего тематического раздела журнала. Автора уведомляют о включении статьи в план публикации. Сроки и очередность

опубликования устанавливаются редакцией с учетом количества статей, находящихся в плане публикации соответствующего тематического раздела журнала. При получении рецензии на статью с замечаниями о возможности опубликования ответственный секретарь направляет автору по электронной почте рукопись статьи с формулировкой «На доработку» с замечаниями.

3.6. Редакция оставляет за собой право отклонения статей. В случае отклонения рукописи рецензентом автору направляется мотивированный отказ.

3.7. Статьи аспирантов, соискателей и магистрантов принимаются и передаются на рецензирование только при наличии положительного отзыва научного руководителя.

3.8. Все статьи должны пройти оценку в системе Антиплагиат. К рецензированию допускаются статьи, оригинальность которых составляет не менее 70 % (проверяется весь текст статьи, за исключением библиографического списка).

3.9. Более подробные требования к оформлению статьи можно найти на сайте журнала

3.10. В связи с размещением журнала в системе РИНЦ с авторами заключаются договоры, предусматривающие передачу авторских прав на конкретную статью издателю журнала. Договор в бумажном виде привозится автором лично, отправляется по почте России, либо сканированный вариант подписанного договора высылается на электронную почту.

Наш адрес: 630126, г. Новосибирск, ул. Виллойская 28, НГПУ, кафедра общей психологии и истории психологии.

Тел./факс: 8 (383) 244-00-95.

E-mail: razv.cheloveka.journal@nspu.ru