

КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

*Counseling Psychology
and Psychotherapy*

**Кибитов А.А., Трусова А.В.,
Вышинский К.В., Мазо Г.Э., Кибитов А.О. —
Разработка и анализ психометрических свойств новой
русскоязычной версии Международного опросника
неблагоприятного детского опыта (ACE-IQ)**

**Говоров С.А., Иванова Е.М. —
Изменения чувства юмора
при аффективных расстройствах: «дефицит»,
«патологическая защита», «маска»**

**Коренная А.В., Ральникова И.А. —
Психологическая сепарация от родителей
в юношеском возрасте в контексте ценностных
и смысловых ориентаций**

*Kibitov A.A., Trusova A.V., Vyshinsky K.V.,
Mazo G.E., Kibitov A.O. —
Development and Analysis of Psychometric Properties
of a New Russian Version of the Adverse Childhood
Experience — International Questionnaire (ACE-IQ).*

*Govorov S.A., Ivanova E.M. —
Changes in the Sense of Humor in Patients with Affective
Disorders: “Deficit”, “Pathological Defense”, “Mask”.*

*Korennaya A.V., Ralnikova I.A. —
Psychological Separation from Parents in Adolescence in
the Context of Value and Semantic Orientations*

1
2024

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ И КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

MOSCOW STATE UNIVERSITY OF PSYCHOLOGY AND EDUCATION
THE FACULTY OF COUNSELING AND CLINICAL PSYCHOLOGY

КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

Counseling Psychology and Psychotherapy

Том 32. № 1 (123) 2024 январь—март

1992—2009

МОСКОВСКИЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Москва
Moscow

ПОБЕДИТЕЛЬ НАЦИОНАЛЬНОГО
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНКУРСА
«ЗОЛОТАЯ ПСИХЕЯ» В НОМИНАЦИИ
«ПРОЕКТ ГОДА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ»
ПО ИТОГАМ 2007 и 2014 ГОДОВ

Главный редактор
Холмогорова А.Б.

Главные редакторы
Консультативная психология и психотерапия
2013 – Холмогорова А.Б.
2010–2012 – Василюк Ф.Е.

Московский психотерапевтический журнал
2009 – Василюк Ф.Е.
1999–2008 – Снегирева Т.В.
1997–1998 – Фенько А.Б.
1992–1996 – Василюк Ф.Е., Цапкин В.Н.

Редакционная коллегия
Бараншиков В.А.
Веракса Н.Е.
Гаранян Н.Г.
Головей Л.А.
Зарецкий В.К.
Лутова Н.Б.
Майденберг Э. (США)
Марцинковская Т.Д.
Польская Н.А.
Сирота Н.А.
Филиппова Е.В.
Шайб П. (Германия)
Шумакова Н.Б.
Ялтонский В.М.

Редакционный совет
Бек Дж.С. (США) Перре М.
Кадиров И.М. Петровский В.А.
Карягина Т.Д. Соколова Е.Т.
Копьев А.Ф. Сосланд А.И.
Кехеле Х. (Германия) Тагэ С. (Германия)
Лэнгле А. (Австрия)

Редактор выпуска
Москачева М.А.

Оригинал-макет
Баскакова М.А.

Адрес редакции
127051, Москва, ул. Сретенка, 29, к. 305
Телефон +7(495) 632-92-12
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com
«Консультативная психология и психотерапия»
индексируется:
АК Минобрнауки России
ВИНИТИ РАН РИНЦ
Ulrich's web, WoS, Scopus

Издается с 1992
Периодичность: 4 раза в год.
Свидетельство о регистрации СМИ:
ПИ № ФС77-69996 от 30 августа 2016 г.
Формат 60 × 84/16. Тираж 1000 экз.

Все права защищены. Название журнала, рубрики, все тексты
и иллюстрации являются собственностью ФГБОУ ВО МГППУ
и защищены авторским правом. Перепечатка материалов
журнала и использование иллюстраций допускается только
с письменного разрешения редакции.

© ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-
педагогический университет», 2024, № 1

THE WINNER OF THE NATIONAL
CONTEST “GOLDEN PSYCHE”
IN THE “PROJECT OF THE YEAR”
IN PSYCHOLOGICAL
SCIENCE 2007, 2014

Editor-in-Chief
Kholmogorova A.B.

Editors-in-Chief
Counseling Psychology and Psychotherapy
2013 – Kholmogorova A.B.
2010–2012 – Vasilyuk F.E.

Moscow psychotherapeutic journal
2009 – Vasilyuk F.E.
1999–2008 – Snegireva T.V.
1997–1998 – Fenko A.B.
1992–1996 – Vasilyuk F.E., Tsapkin V.N.

Editorial Board
Barabanshikov V.A.
Filippova E.V.
Garanian N.G.
Golovey L.A.
Lutova N.B.
Maidenberg E. (USA)
Martsinkovskaya T.D.
Polskaya N.A.
Scheib P. (Germany)
Shumakova N.B.
Sirota N.A.
Sokolova E.T.
Yaltonsky V.M.
Zaretsky V.K.

The Editorial Council
Beck J.S. (USA) Perrez M. (Germany)
Kadyrov I.M. Petrovsky V.A.
Karyagina T.D. Sokolova E.T.
Kop'ev A.F. Sosland A.I.
Kächele H. (Germany) Tagay C. (Germany)
Längley A. (Austria)

Issue Editor
Moskacheva M.A.

DTP
Baskakova M.A.

Editorial office address
Sretenka St., 29, office 305, Moscow, Russia, 127051
Phone: + 7 (495) 632-92-12
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com
«Counseling Psychology and Psychotherapy» Indexed in:
Higher qualification commission of the Ministry
of Education and Science of Russian Federation
Russian Science Citation Index (RSCI)
VINITI Database RAS
Ulrich's Periodicals Directory, WoS, Scopus
Published quarterly since 1992
The mass medium registration certificate:
PI № FS77- 69996. Registry date 30.08.2016.

Format 60 × 84/16. 1000 copies.

All rights reserved. Journal title, rubrics, all text and images
are the property of MSUPE and copyrighted.
Using reprints and illustrations is allowed only with
the written permission of the publisher.

© MSUPE, 2024, № 1

П О Д П И С К А

КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

2025 год

ВО ВСЕХ ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ

По объединенному каталогу «Пресса России»
Индекс — 32344

В РЕДАКЦИИ

По адресу: 127051, Москва, Сретенка д. 29, каб. 305
Тел.: (495) 632-92-12, e-mail: mpj@list.ru
Сайт в интернете: <http://psyjournals.ru/mpj/index.shtml>

ISSN 2075-3470

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций ПИ № ФС77-69996

Главный редактор
А.Б. Холмогорова

Редакционная коллегия
В.А. Барабанщиков, Н.Е. Веракса, Н.Г. Гаранян, Л.А. Головей,
В.К. Зарецкий, Н.Б. Лутова, Э. Майденберг (США),
Т.Д. Марцинковская, Н.А. Польская, Н.А. Сирота, Е.В. Филиппова,
П. Шайб (Германия), Н.Б. Шумакова, В.М. Ялтонский

Редактор
М.А. Москачева

Оригинал-макет
М.А. Баскакова

Адрес редакции:
127051, Москва, ул. Сретенка, 29, к. 305
Телефон: + 7 (495) 632-92-12
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com
www.cppjournal.ru

Вопросы подписки и приобретения:
27051, Москва, ул. Сретенка, 29, к. 305
Телефон: + 7 (495) 632-92-12
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com

*Редакция не располагает возможностью вести переписку,
не связанную с вопросами подписки и публикаций*

*Перепечатка любых материалов, опубликованных в журнале
«Консультативная психология и психотерапия»,
допускается только с разрешения редакции*

В оформлении обложки использован фрагмент картины
Чайльда Гассама. «Яблони в цвету». 1904 г.

**© ФГБОУ ВО МГППУ. Факультет консультативной
и клинической психологии, 2024**

Формат 60×84/16. Гарнитура NewtonС. Усл. печ. л. 9,64. Тираж 1000 экз.

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

- 5 *Холмогорова А.Б.*
Предисловие главного редактора

АПРОБАЦИЯ И ВАЛИДИЗАЦИЯ МЕТОДИК

- 9 *Костромина С.Н., Молодцова Г.И., Зиновьева Е.В.,
Одинцова М.М., Филатова А.Ф.*
Адаптация русскоязычной версии «Шкалы осознанного
выбора и самосознания» (PCASS — Perceived Choice
And Awareness Of Self Scale)
- 29 *Кибитов А.А., Трусова А.В., Вышинский К.В., Мазо Г.Э.,
Кибитов А.О.*
Разработка и анализ психометрических свойств новой
русскоязычной версии Международного опросника
неблагоприятного детского опыта (ACE-IQ)

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОБЗОРЫ

- 58 *Говоров С.А., Иванова Е.М.*
Изменения чувства юмора при аффективных
расстройствах: «дефицит», «патологическая защита», «маска»

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

- 79 *Мешкова Т.А., Бакланова Е.Г.*
Психологическое благополучие в предпенсионном
и пенсионном возрасте: эффекты академического хорового
пения
- 103 *Стрижицкая О.Ю., Муртазина И.Р., Петраш М.Д.*
Одиночество и ориентированность на социум:
модерирующая роль возраста, пола и психологического
благополучия
- 122 *Коренная А.В., Ральникова И.А.*
Психологическая сепарация от родителей в юношеском
возрасте в контексте ценностных и смысловых ориентаций
- 139 *Крушельницкая О.Б., Кочетков Н.В., Маринова Т.Ю.,
Орлов В.А., Расходчикова М.Н., Хаймовская Н.А.*
Личностные факторы профессионального выгорания
у школьных учителей

**ДАЙДЖЕСТ ИССЛЕДОВАНИЙ В КЛИНИЧЕСКОЙ
ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ**

- 158 Психологические последствия терроризма

EDITOR'S NOTES

- 5 *Kholmogorova A.B.*
From the Editor

TESTING AND VALIDATING INSTRUMENTS

- 9 *Kostromina S.N., Molodtsova G.I., Zinovyeva E.V.,
Odintsova M.M., Filatova A.F.*
Adaptation of a Russian Version of the Perceived Choice
and Awareness of Self Scale (PCASS)
- 29 *Kibitov A.A., Trusova A.V., Vyshinsky K.V., Mazo G.E., Kibitov A.O.*
Development and Analysis of Psychometric Properties of a New
Russian Version of the Adverse Childhood Experience —
International Questionnaire (ACE-IQ)

THEORETICAL REVIEWS

- 58 *Govorov S.A., Ivanova E.M.*
Changes in the Sense of Humor in Patients with Affective
Disorders: “Deficit”, “Pathological Defense”, “Mask”

EMPIRICAL STUDIES

- 79 *Meshkova T.A., Baklanova E.G.*
Psychological Well-Being in the Older People: the Effects
of Academic Choral Singing
- 103 *Strizhitskaya O.Yu., Murtazina I.R., Petrash M.D.*
Loneliness and Sociotropy: the Moderation Effect of Age, Gender
and Psychological Well-Being
- 122 *Korennaya A.V., Ralnikova I.A.*
Psychological Separation from Parents in Adolescence
in the Context of Value and Semantic Orientations
- 139 *Krushelnitskaya O.B., Kochetkov N.V., Marinova T.Yu., Orlov V.A.,
Rashhodchikova M.N., Haymovskaya N.A.*
Personal Factors of Professional Burnout among School Teachers

**RESEARCH DIGEST IN CLINICAL PSYCHOLOGY
AND PSYCHOTHERAPY**

- 158 Psychological Impact of Terrorism

КОЛОНКА РЕДАКТОРА EDITOR'S NOTES

ПРЕДИСЛОВИЕ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Для цитаты: Холмогорова А.Б. Предисловие главного редактора // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 5—8.

FROM THE EDITOR

For citation: From the Editor. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology And Psychotherapy*, 2024. vol. 32, no. 1, pp. 5—8.

Уважаемые читатели нашего журнала!

Первый выпуск в 2024 году мы открываем рубрикой «Апробация и валидизация методик». «Методический голод» у профессиональных психологов является характерной чертой нашего времени. Время ускоряется, как никогда раньше, в эпицентр выходят новые проблемы, и как исследователям, так и практикам надо отвечать на вызовы современности. На страницах нашего журнала уже не раз упоминалось о рефлексивной революции в современной психологии и психотерапии¹. На смену психологии и философии воздействия, основанной на могущественном еще в прошлом веке бихевиоризме, приходит психология сознания, сознательной регуляции и самодетерминации личности, — или, выражаясь

¹ Бек Д.С. К специальному выпуску журнала, посвященному 100-летию юбилею А.Т. Бека // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 3. С. 5—7. DOI:10.17759/cpp.2021290301

словами Льва Семеновича Выготского, идеи которого сегодня актуальны, как никогда, — вершинная психология. Это отражается в появлении методик соответствующей направленности.

Мы рады представить читателю статью, посвященную валидации на российской выборке одной из таких методик. С.Н. Костромина вместе с соавторами представляет русскоязычную версию «Шкалы осознанного выбора и самосознания». Кажется не случайным совпадением, что сразу вслед за этой статьей следует статья, посвященная травматическому детскому опыту, который является источником нарушений осознанной детерминации, включая защитные механизмы, мало осознаваемые когнитивные схемы и деструктивные копинги. Можно заметить, что в современной клинической психологии, психотерапии и психиатрии все большее внимание уделяется детской травматизации, в том числе по причине повседневно эмоционального насилия в форме унижения и пренебрежения потребностями ребенка. Это привело к введению в МКБ-11 новой диагностической единицы — комплексного ПТСР, важным критерием которого оказывается наличие психической травмы, в том числе вследствие жестокого обращения в детском возрасте. Совсем недавно в одном из номеров журнала *Консультативная психология и психотерапия* вышла статья М.А. Падун с соавторами, посвященная валидации «Международного опросника детской травмы», направленного на диагностику признаков КППТСР². Мы надеемся, что представляемая в этом номере статья А.А. Кибитова с соавторами, посвященная валидации «Международного опросника неблагоприятного детского опыта» (АСЕ-IQ), послужит достижению важных целей выявления разных видов пережитого в детстве насилия и освобождения от их деструктивного влияния в последующей жизни человека.

В следующей рубрике представлен теоретический обзор на одну из самых дискуссионных тем в психиатрии и клинической психологии — о роли юмора в психическом здоровье и при разных видах патологии. Авторы обзора С.А. Говоров и Е.М. Иванова уже в названии статьи — «Изменения чувства юмора при аффективных расстройствах: “дефицит”, “патологическая защита”, “маска”» — заостряют внимание на неоднозначности пользы юмора как поведенческой стратегии. В статье О.Д. Пуговкиной с соавторами, недавно опубликованной в нашем жур-

² Падун М.А., Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., Ченцова-Даттон Ю.Е. Русскоязычная версия «Международного опросника травмы»: адаптация и валидизация на неклинической выборке // *Консультативная психология и психотерапия*. 2022. Том 30. № 3. С. 42—67. DOI:10.17759/cpp.2022300304

нале³ и также посвященной стратегиям совладания при аффективных расстройствах, эмпирически было показано, что юмор не относится к конструктивным стратегиям совладания с депрессией.

Наконец, в рубрике «Эмпирические исследования» собраны пять статей, посвященных различным темам. Открывает раздел статья на мало исследованную, но чрезвычайно важную в современном разьединяющем людей обществе тему — «Психологическое благополучие в предпенсионном и пенсионном возрасте: эффекты академического хорового пения». Растет число пожилых людей в общей популяции, которые нередко чувствуют себя одинокими и ненужными, что приводит к росту депрессивных состояний и суицидов среди пожилых. Авторы статьи Т.А. Мешкова и Е.Г. Баканова являются не просто исследователями, но организаторами и участниками коллективов хорового пения, в которых люди объединены одним делом и могут эмоционально исцеляться и укрепляться творческой энергией, которую дает пение в коллективе. Пользуясь случаем, от всей нашей редакции мы поздравляем наших уважаемых авторов, сотрудников МГППУ, с недавно прошедшими юбилеями и выражаем искреннее восхищение их талантом и творческой энергией! Елену Глебовну Баканову хотим также поблагодарить за все, что было сделано за годы работы с творческими хоровыми коллективами нашего университета, в том числе для нашей студенческой молодежи, которой она передает эстафету участия в коллективном творчестве.

Следующие две статьи в какой-то степени продолжают тему возраста и психического благополучия. Так, наши петербургские коллеги Стрижичкая О.Ю., Муртазина И.Р., Петраш М.Д. обращаются к такому важному фактору эмоциональной и социальной дезадаптации современного человека, как переживание одиночества, и показывают опосредованность его влияния различными социодемографическими факторами. Статья Коренной А.В и Ральниковой И.А посвящена проблеме сепарации молодых людей от родительской семьи, в том числе возникающим на этом пути препятствиям и трудностям. В быстро меняющемся мире проблемы семейной динамики остаются малоизученными, и такие данные важны для понимания социальной ситуации развития молодого поколения.

В статье Крушельницкой О.Б. с соавторами анализируются факторы профессионального выгорания учителей. Хотя профессиональное выгорание и не является клиническим диагнозом, плата за него очень высо-

³ Пуговкина О.Д., Сырковашина А.Д., Истомин М.А., Холмогорова А.Б. Руминативное мышление как когнитивный фактор хронификации депрессии: определение понятия и валидность инструментария // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 3. С. 88—115. DOI:10.17759/cpp.2021290307

ка и связана с серьезными нарушениями психического и физического здоровья. В ряде стран люди могут получить длительный отпуск для восстановления от его последствий. В нашей стране в последнее время уделяется все большее внимание профессиональному выгоранию у людей помогающих профессий, к которым относятся учителя. Очень важно, чтобы эти исследования способствовали улучшению условий работы и профессиональной подготовки наших учителей, так как внедрение инклюзивного образования привело к резкому возрастанию нагрузки.

В свете последних трагических событий в Москве мы решили завершить этот номер дайджестом, посвященным отечественным и зарубежным научным исследованиям проблемы терроризма. Мы благодарим Елену Можяеву и Юлию Быховец за предоставленные материалы. Выражаем глубокие соболезнования всем, кого лично затронула эта трагедия, и надеемся, что объединение профессиональных ресурсов будет способствовать оказанию эффективной научно обоснованной помощи тем, кто в ней нуждается. Мы разместили на сайте университета материалы, подготовленные кафедрой клинической психологии и психотерапии МГППУ для специалистов, которым сейчас приходится оказывать помощь населению, и здесь приводим ссылку на эти материалы: URL: <https://mgppu.ru/news/14029>

Желаем всем нашим читателям здоровья и жизнестойкости!

А.Б. Холмогорова

**АПРОБАЦИЯ И ВАЛИДИЗАЦИЯ МЕТОДИК
TESTING AND VALIDATING INSTRUMENTS**

**АДАПТАЦИЯ РУССКОЯЗЫЧНОЙ
ВЕРСИИ «ШКАЛЫ ОСОЗНАННОГО
ВЫБОРА И САМОСОЗНАНИЯ»
(PCASS — PERCEIVED CHOICE
AND AWARENESS OF SELF SCALE)**

С.Н. КОСТРОМИНА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9508-2587>,
e-mail: s.kostromina@spbu.ru

Г.И. МОЛОДЦОВА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8046-1728>,
e-mail: g.molodcova@spbu.ru

Е.В. ЗИНОВЬЕВА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1052-103X>,
e-mail: e.zinovieva@spbu.ru

М.М. ОДИНЦОВА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3559-5724>,
e-mail: m.odintsova@spbu.ru

А.Ф. ФИЛАТОВА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1464-6107>,
e-mail: as.filatova@yandex.ru

На сегодняшний день вопрос о расширении арсенала адаптированных зарубежных средств (или создания собственных) для оценки уровня самодетерминации личности остается достаточно актуальным. **Целью** настоящего исследования стала адаптация на русскоязычной выборке современного варианта опросника «Шкала самодетерминации» (Self-Determination Scale) К. Шелдона и соавторов, в обновленной версии получившего название «Шкала осознанного выбора и самосознания» (Perceived Choice and Awareness of Self Scale). **Методы и выборка.** Был осуществлен перевод шкалы с последующим анкетированием 588 респондентов (студентов образовательных учреждений г. Санкт-Петербурга), из них 325 женщин и 263 мужчины (возраст: $M = 20,5 \pm 2,39$ лет, $M_o = 21$ год). **Результаты.** При оценке психометрических свойств русскоязычного варианта адаптируемого опросника получены значимые результаты, свидетельствующие о воспроизводимости количества и структуры факторов, образующих две субшкалы оригинальной методики. Также психометрические показатели подтверждают надежность, внутреннюю согласованность, структурную и конструктивную валидность русскоязычной версии методики. Кроме того, по данным нашего исследования, опросник характеризуется высокой дифференцирующей способностью и диагностической чувствительностью: на русскоязычной выборке были обнаружены значимые гендерные различия по показателям осознанного выбора и самосознания. **Выводы.** Согласно полученным результатам, адаптированная версия опросника обладает хорошими психометрическими характеристиками и может быть использована как качественный исследовательский инструмент.

Ключевые слова: самодетерминация, личностная автономия, осознанный выбор, самосознание, адаптация методики.

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ) в рамках научного проекта № 22-28-00460.

Для цитаты: Костромина С.Н., Молодцова Г.И., Зиновьева Е.В., Одинцова М.М., Филатова А.Ф. Адаптация русскоязычной версии «Шкалы осознанного выбора и самосознания» (PCASS — Perceived Choice And Awareness Of Self Scale) // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 9—28. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320101>

ADAPTATION OF A RUSSIAN VERSION OF THE PERCEIVED CHOICE AND AWARENESS OF SELF SCALE (PCASS)

SVETLANA N. KOSTROMINA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9508-2587>,
e-mail: s.kostromina@spbu.ru

GALINA I. MOLODTSOVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8046-1728>,
e-mail: g.molodcova@spbu.ru

ELENA V. ZINOVYEVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1052-103X>,
e-mail: e.zinovieva@spbu.ru

MARIA M. ODINTSOVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3559-5724>,
e-mail: m.odintsova@spbu.ru

ANASTASYA F. FILATOVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1464-6107>,
e-mail: as.filatova@yandex.ru

To date, the issue of expanding the arsenal of adapted foreign tools (or creating their own) for assessing the level of self-determination of personality remains quite relevant. For this reason, **the objective** of the present study was to adaptation on the Russian-language sample of the modern version of the Self-Determination Scale by K. Sheldon and co-authors, in an updated version called the Perceived Choice and Awareness of Self Scale. **Methods.** The scale was translated with subsequent questioning of 588 respondents (residents of Russia, students of St. Petersburg educational institutions), including 325 women and 263 men (mean age — $20,5 \pm 2,39$, $M_o = 21$). **Results.** When assessing the psychometric properties of the Russian-

language version of the adaptable questionnaire, significant results were obtained, indicating the reproducibility of the number and structure of the factors that form the two subscales of the original methodology. Also, psychometric indicators confirm the reliability, internal consistency, structural and constructive validity of the Russian version of the methodology. In addition, according to our study, the questionnaire is characterized by high differentiating ability and diagnostic sensitivity: significant gender differences were found in the Russian-speaking sample in terms of perceived choice and self-awareness. **Conclusions.** According to the results obtained, the adapted version of the questionnaire has good psychometric characteristics and can be used as a qualitative research tool.

Keywords: self-determination, personal autonomy, perceived choice, self-awareness, questionnaire adaptation.

Funding. The reported study was funded by Russian Science Foundation (RSF), project number 22-28-00460

For citation: Kostromina S.N., Molodtsova G.I., Zinovyeva E.V., Odintsova M.M., Filatova A.F. Adaptation of a Russian Version of the Perceived Choice and Awareness of Self Scale (PCASS). *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024 Vol. 32, no. 1, pp. 9—28. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320101> (In Russ.).

Введение

Актуальность изучения самодетерминации в современной психологии во многом определяется возросшим интересом к так называемым самопроцессам личности: самопониманию, самопознанию, саморегуляции, самоопределению и т. д. Понятие самодетерминации, отсылающее к проблеме индетерминизма [1; 2; 5; 8], чаще всего описывается в рамках концепции Э. Деси и Р. Райана, которые рассматривают ее как собственную активность человека. При этом основным критерием выступает способность гибко взаимодействовать с окружающим миром [15; 27; 28]. Теория самодетерминации на сегодняшний день является одной из самых влиятельных концепций мотивации. Значимой составляющей теории является выделение и описание трех основополагающих потребностей, присущих человеку, формирующих его мотивацию и обуславливающих психологическую стабильность. *Первой* важнейшей потребностью личности, по мнению авторов теории, является потребность в автономии; *второй* — потребность в компетентности, *третьей* — потребность в связанности с другими людьми [16].

В рамках данной концепции особое значение придается потребности в автономии, как ключевой для функционирования внутренней мотивации. Потребность в автономии — это универсальная человеческая потребность ощущать себя деятелем, инициатором, причиной собственной жизни и действовать в гармонии со своим интегрированным Я [27;

28]. Результаты кросс-культурных исследований подтверждают идею об универсальности потребности индивида в автономии и ее значимости для психического благополучия и внутренней мотивации человека [7; 14; 25; 27]. Некоторые исследователи утверждают, что автономия является «метапотребностью» [12].

Согласно теории самодетерминации, потребность в автономии имеет две составляющие: *осознанный выбор* (уверенность человека в том, что у него есть возможность самостоятельно переживать чувство, что он сам выбирает свою жизнь) и *самосознание* (осознанное восприятие и оценка себя, мысли и убеждения человека о самом себе).

На сегодняшний день существует целый набор англоязычных методик для измерения уровня самодетерминации и автономности человека: «Шкала самодетерминации» (SDT) К. Шелдона и соавторов, которая включает субшкалу осознанного выбора и субшкалу самосознания [30; 31], «Шкала автономии» Л. Уоррингтона [11], методика «Список прилагательных» Х. Гоха и А. Хельбурна [18], «Форма исследования личности» Д. Джексона [21], «Личностный опросник Р. Хогана» [20], «Опросник межличностной зависимости» [19], «Шкала социотропии—автономии» А. Бека [3; 13].

Одной из самых используемых методик для изучения связи самодетерминации с другими психологическими феноменами по всему миру является опросник «Шкала детерминации». Так, например, с помощью этого опросника иранские исследователи [29] определили положительные взаимосвязи между самодетерминацией и увлеченностью учебой у студентов университетов; пакистанские ученые [23] выявили положительную взаимосвязь между самодетерминацией и удовлетворенностью работой у учителей начальной школы во время пандемии COVID-19. Качество данного диагностического инструментария подтверждается созданием адаптированных версий в разных языковых культурах. Имеющиеся переводы показывают хорошую согласованность шкал [24].

Надо заметить, что отечественная психодиагностика имеет ограниченный арсенал стандартизированных методик для диагностики личностной автономии. Чаще всего используется первоначальная версия теста самодетерминации К. Шелдона в адаптации Е.Н. Осина, состоящая из трех субшкал, исправленная и существенно дополненная по результатам апробации на русскоязычных выборках в 2010 году [25], а также «Общий опросник каузальной ориентации» (The General Causality Orientation Scale — GCOS) [17] в адаптации Д.А. Леонтьева и О.Е. Дергачевой [3]. Однако вопрос расширения арсенала адаптированных зарубежных средств (или создания собственных) для оценки уровня самодетерминации личности остается весьма актуальным: новая уточненная версия теста самодетерминации К. Шелдона, включающая 10 пунктов и 2 субшкалы, ранее не была адаптирована на русскоязычной выборке.

Целью данной работы является адаптация зарубежной методики «Шкала осознанного выбора и самосознания» (ранее известной как «Шкала самодетерминации») на русскоязычную выборке, а также проверка ее структурной и конструктивной валидности. Методика предназначена для оценки индивидуальных различий в том, насколько люди склонны действовать самодетерминируемым образом. Адаптация данной методики позволит дополнить отечественный диагностический инструментарий для изучения личностной автономии и самодетерминации.

Методы

На первом этапе адаптации проверялось качество перевода на русский язык исходного англоязычного варианта (5 пар утверждений) на российской выборке. В исследовании приняли участие 101 студент Санкт-Петербургского государственного университета, из них 62 женщины и 29 мужчин; средний возраст — 17—19 лет. Для этого были сделаны прямой и обратный переводы опросника «Шкала осознанного выбора и самосознания».

При переводе соблюдались следующие правила и последовательность действий.

Подготовка первичного перевода с языка оригинала (английского) на другой язык (русский). Данную процедуру осуществляли специалисты, свободно владеющие и тем и другим языками и имеющие психологическое и педагогическое образование.

Экспертная содержательная оценка перевода предполагала проверку адаптации лексики и грамматики к возрасту и уровню образования. На этом этапе были устранены наиболее грубые различия между оригиналом и переводом.

Проверка эквивалентности перевода оригиналу, т. е. соотнесение полученного перевода опросника с внесенными поправками лексического и грамматического плана с оригиналом. Конкретной процедурой такой проверки был обратный перевод с русского языка на язык оригинала (английский). Обратный перевод осуществлялся несколько раз до полного смыслового совпадения оригинала и перевода текста специалистами, свободно владеющими обоими языками.

Процедуры первичной апробации опросника показали, что работа по адаптации может быть продолжена. Перевод пунктов релевантен оригиналу. Улучшение отдельных пунктов может привести к снижению точности перевода и уменьшению семантической согласованности русскоязычного и оригинального вариантов опросников.

На втором этапе респондентам предлагалось заполнить русскоязычный вариант опросника, а также комплекс методик, с помощью которых

измеряются характеристики, имеющие отношение к совершению выбора и процессам осознания и оценки себя. Комплекс дополнительных диагностических инструментов включал:

- 1) методику «Субъективное качество выбора» Д.А. Леонтьева, предназначенную для исследования отношения человека к своему выбору [6];
- 2) методику «Шкала экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглер [4];
- 3) методику исследования самоотношения В.В. Столина [10];
- 4) методику «Базисные убеждения WAS» («World Assumptions Scale») Р. Янов-Бульмана в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой [9].

Выборка второго этапа исследования включала студентов петербургских вузов ($N = 588$). Доля мужчин составила 45% ($N = 263$), доля женщин — 55% ($N = 325$), средний возраст — $20,5 \pm 2,39$ лет (мода — 1 год).

По результатам математико-статистической обработки данных почти все шкалы использовавшихся методик показали нормальное распределение. Далее для проверки конструктивной валидности применялись следующие методы: корреляционный анализ (коэффициент r Пирсона), анализ надежности (коэффициент альфа Кронбаха), факторный анализ методом главных компонент с применением Варимакс-вращения, конфирматорный факторный анализ, кластерный анализ данных методом иерархической кластеризации и k -средних, сравнительный анализ (T -критерий Стьюдента). Обработка данных производилась в программах IBM SPSS Statistics 28.0 и AMOS 28.0.

Результаты

Проверка согласованности пунктов русскоязычной версии опросника показала высокую степень их согласованности (коэффициент надежности альфа Кронбаха = 0,862 для всего опросника, $\alpha = 0,85$ — для субшкалы осознанного выбора и $\alpha = 0,84$ — для субшкалы самосознания); при этом наблюдается сохранение согласованности при последовательном исключении пунктов в диапазоне от 0,844 до 0,854. Показатель альфа Кронбаха оригинальной методики в нескольких выборках варьировался от 0,86 до 0,92 [31], в связи с чем можно говорить о соответствии адаптируемой версии пунктов оригиналу методики. Кроме того, коэффициент корреляции Пирсона между показателями субшкал, равный 0,45 на уровне $p < 0,01$, также свидетельствует о внутренней согласованности опросника.

Для **проверки структурной валидности** русскоязычной версии шкалы использовался факторный анализ методом главных компонент с применением Варимакс-вращения с нормализацией Кайзера. Вращение сошлось за 5 итераций (КМО — 0,870, Критерий Бартлетта — 0,000). В результате выделилась двухфакторная структура, аналогичная ориги-

налу. Пункты, образующие структуру факторов, полностью совпадают с адаптируемой англоязычной версией. Полученные факторные нагрузки представлены в табл. 1.

Таблица 1
**Факторная структура русскоязычной версии методики
«Шкала осознанного выбора и самосознания»**

Пункт опросника	Осознанный выбор	Самосознание
1. Мне всегда кажется, что я сам выбираю то, что делаю	0,723	-0,223
3. Я сам выбираю, что я должен делать	0,778	-0,240
5. Я делаю что-либо, потому что мне это интересно	0,770	-0,094
7. Я свободен делать все, что я решу делать	0,773	-0,158
9. Я чувствую себя вполне свободным делать все, что хочу	0,787	-0,190
2. Мои эмоции всегда свойственны мне	-0,208	0,666
4. Я чувствую, что всегда остаюсь самим собой	-0,266	0,748
6. Когда я чего-то добиваюсь, я всегда чувствую, что это сделал именно я	-0,216	0,717
8. Я всегда ощущаю свое тело, как свое собственное	-0,085	0,821
10. Когда я смотрю в зеркало, я вижу самого себя	-0,128	0,848

Примечание: жирным шрифтом выделены наибольшие значения факторной нагрузки.

Факторная структура также была уточнена с помощью подтверждающего факторного анализа методом максимального правдоподобия (Maximum likelihood), выполненного в программе AMOS 28.0. При построении модели была учтена ковариация между двумя латентными факторами «осознанный выбор» и «самосознание». По результатам КФА, показатели ковариации, регрессии и дисперсии всех переменных и ошибок статистически значимы на уровне $p < 0,001$, а индексы соответствия модели эмпирическим данным достигают хороших или приемлемых величин: критерий хи-квадрат $CMIN = 180,6$; $df = 34$; отношение $CMIN/DF = 5,3$; критерии согласия $CFI = 0,94$; $NFI = 0,93$; $GFI = 0,94$; $AGFI = 0,9$; средне-квадратическая ошибка аппроксимации (RMSEA)=0,09. Оценки по фактору «осознанный выбор» варьируются от 0,68 до 0,77, по фактору «самосознание» — от 0,6 до 0,83, ковариация между факторами равна 0,5.

Таким образом, подтверждена исходная двухфакторная структура опросника, выявленная авторами оригинальной методики «Perceived Choice and

Awareness of Self Scale». Полученный достаточно высокий результат показал предельную совместимость с оригинальной структурой опросника.

Проверка конструктивной валидности русскоязычной версии опросника «Шкала осознанного выбора и самосознания» (PCASS) проводилась с использованием корреляционного анализа.

Согласно полученным результатам, шкалы русскоязычной версии опросника коррелируют со всеми шкалами других методик на уровне $p < 0,01$. Исключение составляет связь со шкалой «Справедливость» методики «Базисные убеждения»: корреляция является значимой на уровне $p < 0,05$. Кроме того, методика «Базисные убеждения» продемонстрировала наиболее низкие значения корреляций с субшкалами адаптируемого опросника. Коэффициент корреляции варьируется от 0,09 до 0,5. Полученные результаты отображены в табл. 2.

Таблица 2

Показатели коэффициента корреляции Пирсона между шкалами методики «Шкала осознанного выбора и самосознания» и другими конструктами (N = 588)

Субшкалы	Осознание себя	Осознанный выбор
Субъективное качество выбора		
Основательность выбора	0,287**	0,342**
Эмоциональный знак выбора	0,356**	0,312**
Самостоятельность выбора	0,285**	0,341**
Удовлетворенность выбором	0,430**	0,365**
Шкала экзистенции		
Самодистанцирование	0,274**	0,164**
Самотрансценденция	0,510**	0,429**
Свобода	0,509**	0,432**
Ответственность	0,473**	0,385**
Самоотношение		
Глобальное самоотношение (интегральная шкала S)	0,498**	0,387**
Самоуважение (I)	0,472**	0,412**
Аутосимпатия (II)	0,477**	0,347**
Ожидаемое отношение от других (III)	0,357**	0,259**
Самоинтерес (IV)	0,316**	0,262**
Самоуверенность	0,497**	0,396**
Отношение других	0,284**	0,242**
Самопринятие	0,445**	0,333**

Субшкалы	Осознание себя	Осознанный выбор
Саморуководство	0,221**	0,214**
Самообвинение	-0,324**	-0,215**
Самоинтерес	0,356**	0,270**
Самопонимание	0,370**	0,296**
Базисные убеждения		
Доброжелательность мира	0,211**	0,242**
Справедливость	0,090*	0,103*
Образ Я	0,222**	0,168**
Удача	0,165**	0,165**
Убеждения о контроле	0,131**	0,138**

Примечание: «**» — корреляция значима на уровне $p < 0,01$; «*» — корреляция значима на уровне $p < 0,05$; жирным шрифтом выделены наибольшие значения фактурной нагрузки.

Остановимся подробнее на взаимосвязях переменных, характеризующихся высоким значением коэффициента корреляции Пирсона ($r > 0,4$). Было выявлено, что субшкала *Осознанного выбора* по опроснику PCASS положительно взаимосвязана со шкалой «самотрансценденции» ($r = 0,429$; $p < 0,01$) и шкалой «свободы» ($r = 0,432$; $p < 0,01$) методики «Шкала экзистенции». То есть восприятие своего выбора как самостоятельного, инициированного самим человеком сопровождается переживанием подлинности своей жизни и ощущением внутренней свободы, а также высоким уровнем самоуважения ($r = 0,41$; $p < 0,01$).

Шкала *Самосознания* по шкале PCASS значимо связана со шкалой «удовлетворенность выбором» ($r = 0,429$; $p < 0,01$), по методике «Субъективное качество выбора», шкалой самотрансценденции ($r = 0,51$; $p < 0,01$), шкалой свободы ($r = 0,51$; $p < 0,01$) и ответственности ($r = 0,47$; $p < 0,01$), по методике «Шкала экзистенции». Кроме того, выявлены взаимосвязи с интегральным показателем самоотношения ($r = 0,49$; $p < 0,01$), самоуважением ($r = 0,47$; $p < 0,01$), аутосимпатией ($r = 0,48$; $p < 0,01$), самоуверенностью ($r = 0,49$; $p < 0,01$) и самопринятием ($r = 0,45$; $p < 0,01$) по «Опроснику самоотношения» В.В. Столина.

Следовательно, *осознанный выбор* в большей степени связан с переменными, соответствующими экзистенциально-психологическим феноменам, компонентам экзистенциальной исполненности. При этом измерение по субшкале *Самосознание* позволяет получить большее число корреляций с параметрами самоотношения. Выявленные корреляции представляются логичными и закономерными и согласуются с исходными авторскими определениями конструкторов «Шкалы осознанного выбора и самосознания».

Результаты корреляционного анализа подтверждают не только конструктивную валидность русскоязычной версии шкалы, но и гипотезу авторов оригинальной методики о связи самодетерминации личности с психологическим благополучием [30; 31], проявляющимся в том числе в положительном самоотношении и удовлетворенности принимаемыми решениями. Кроме того, результаты нашего исследования показывают, что самодетерминация личности связана с экзистенциальными аспектами выбора, аутентичностью и экзистенциальной исполненностью. При этом базисные убеждения играют второстепенную роль, тем самым подчеркивая, что устойчивые представления индивида о себе и мире для самодетерминированного поведения имеют меньшее значение, чем самосознание личности и отношение к себе.

Для проверки дифференцирующей способности русскоязычной версии опросника «Шкала осознанного выбора и самосознания» был проведен кластерный анализ полученных данных. С помощью *иерархической кластеризации* (метод Варда, интервальная мера: квадрат расстояния Евклида) была получена дендрограмма, по результатам анализа которой было принято решение разделить выборку на 4 кластера. Для уточнения результата далее была проведена кластеризация выборки по шкалам PCASS *методом k-средних* с произвольным включением 4 кластеров (табл. 3).

Таблица 3
Результаты кластеризации данных по Шкале осознанного выбора и самосознания (N = 588)

	№ кластера	Количество наблюдений	%
Кластер	1	50	8,5
	2	131	22,3
	3	154	26,2
	4	253	43
Валидные		588	100
Пропущенные		12	2,1

Для проверки значимости различий средних по субшкалам методики в выделенных кластерах использовался однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). Полученные результаты отображены на рис. 1.

Первый кластер (50 чел., 8,5%) составили респонденты с низким уровнем по обеим субшкалам: самосознания и осознанного выбора. Данные респонденты характеризуются низкой осознанностью и слабым пониманием себя, а также не воспринимают свои выборы как свободные, не расценивают выбор как результат собственных целенаправлен-

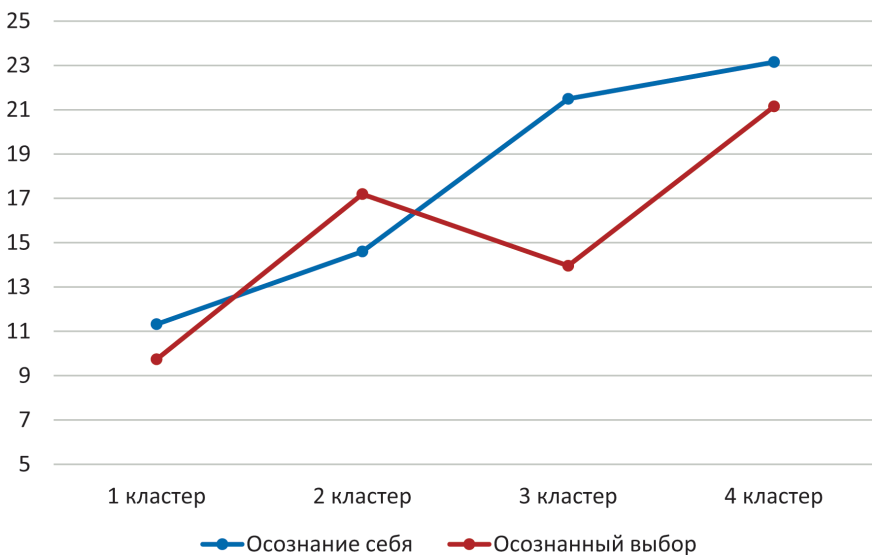


Рис. 1. Средние значения по субшкалам методики «Шкала осознанного выбора и самосознания» в выявленных кластерах

ных действий. Второй кластер (131 чел., 22,3%) — респонденты с низкими значениями по субшкале самосознания, но со средним уровнем осознанности выбора: такие респонденты скорее присваивают себе свои выборы, но не могут увидеть связь между своим выборами и тем, как они относятся к себе. Третий кластер (154 чел., 26,2%) объединяет респондентов с высоким уровнем самосознания и низким уровнем осознанного выбора, т. е. тех, кто осознает свое отношение к себе, но в то же время считает, что совершает выборы скорее под влиянием внешних факторов, а не в результате собственной инициации, и не видит связи между отношением к себе и совершаемыми выборами. Наконец, четвертый кластер (253 чел., 43%) представлен респондентами с высоким уровнем самосознания и высоким уровнем осознанного выбора. Они хорошо осознают себя и считают, что их жизнь является результатом их действий, а выборы расцениваются как свободные, связанные с принятием своей ответственности за них. В целом, полученные результаты позволяют сделать вывод о хорошей дифференцирующей способности адаптируемого опросника.

Проверка диагностической чувствительности опросника была проведена с применением Т-критерия Стьюдента и корреляционного анализа Пирсона. По результатам исследования выявлены достоверные различия средних значений показателей опросника по полу ($T = -2,8$; $p < 0,01$;

d Коэна = 0,23): средние значения по шкале самосознания у мужчин ($M = 20,4 \pm 4,8$) выше, чем у женщин ($M = 19,3 \pm 4,8$). Полученные данные аналогичны результатам адаптации методики на венгерской выборке [24], согласно которым существуют значимые гендерные различия по общей шкале самодетерминации и отдельно по каждой из субшкал: мужчины, по данным этого исследования, также характеризуются более высокими показателями.

В то же время, по результатам выполненной нами адаптации русскоязычной версии шкалы, не были выявлены различия по уровню образования и также не были обнаружены связи между возрастом и субшкалами самосознания и осознанного выбора. В то же время следует отметить, что исследование проводилось на молодых людях (средний возраст — $20,5 \pm 2,39$ лет, мода — 21 год). Вполне вероятно, что участие респондентов, относящихся к разным возрастным когортам, могло бы выявить достоверные различия по субшкалам самодетерминации.

Выводы

Как следует из представленных результатов, русскоязычный перевод методики «Шкала осознанного выбора и самосознания» (PCASS) обнаруживает хорошие психометрические характеристики, что проявляется в параметрах структурной модели, а также в показателях внутренней согласованности шкал (высокий коэффициент надежности альфа Кронбаха). Оригинальная структура методики хорошо воспроизводится, количество и структура полученных факторов полностью с ней совпадают, что свидетельствует в пользу теоретической модели, а также позволяет говорить о методике как о качественном исследовательском инструменте. Адаптированный русскоязычный вариант опросника демонстрирует высокую дифференцирующую способность.

Результатом проведенной работы стала разработка готового для использования русскоязычного опросника, выявляющего индивидуальные различия в осознанном выборе и самосознании и имеющего показатели, которые удовлетворяют современным требованиям психодиагностики. Эмпирические данные свидетельствуют о том, что русифицированная шкала соответствует не только заложенной авторами факторной структуре, но и психометрическим стандартам валидности и надежности.

В целом, методика демонстрирует хорошие психометрические показатели и может быть использована для исследований личностной автономии и самодетерминации как эффективный диагностический инструмент в широком спектре эмпирических исследований и при решении прикладных задач.

Приложение

Шкала осознанного выбора и самосознания

(PCASS), ранее известная как «Шкала самодетерминации» (SDS)

Описание шкалы

Эта шкала оценивает индивидуальные различия (уровень проявления черт характера) в осознанном выборе и самосознании. *Осознанный* выбор отражает субъективное восприятие выбора своего поведения как самостоятельного и независимого, а *самосознанию* соответствует осознанная рефлексия чувств и ощущений как своих собственных.

PCASS $\frac{3}{4}$ это короткая, шкала из 10-ти пунктов, с двумя субшкалами, каждая содержит по 5 пунктов.

Инструкция: Ознакомьтесь с парами утверждений, расположенными ниже, и подумайте, какое из них кажется вам наиболее верным на данном этапе вашей жизни. Отметьте по 5-балльной шкале степень, в которой утверждение А кажется более верным, чем утверждение Б. Шкала расположена под каждой парой утверждений.

Если утверждение А кажется полностью верным, а утверждение Б — совершенно не верным, то подходящим ответом будет 1. Если оба утверждения одинаково верны, то подходящим ответом будет 3. Если утверждение Б кажется полностью верным, а утверждение А — совершенно не верным, то подходящим ответом будет 5.

1.

А. Мне всегда кажется, что я сам выбираю то, что делаю.

Б. Иногда мне кажется, что на самом деле не я выбираю то, что делаю.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

2.

А. Мои эмоции иногда кажутся мне чуждыми.

Б. Мои эмоции всегда свойственны мне.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

3.

А. Я сам выбираю, что я должен делать.

Б. Я делаю то, что должен, но я не чувствую, что это действительно мой выбор.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

4.

А. Я чувствую, что редко бываю самим собой.

Б. Я чувствую, что всегда остаюсь самим собой.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5 Только Б кажется правдой

5. А. Я делаю что-либо, потому что мне это интересно.

Б. Я делаю что-либо, потому что я должен это делать.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

6.

А. Когда я чего-то добиваюсь, мне часто кажется, что на самом деле это сделал

не я.

Б. Когда я чего-то добиваюсь, я всегда чувствую, что это сделал именно я.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

7.

А. Я свободен делать все, что я решу делать.

Б. То, что я делаю, часто не то, что я выбрал бы делать.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

8.

А. Иногда мое тело кажется мне чужим.

Б. Я всегда ощущаю свое тело, как свое собственное.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

9.

А. Я чувствую себя вполне свободным делать все, что хочу.

Б. Я часто делаю то, что не хочу делать.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

10.

А. Иногда я смотрю в зеркало и вижу как будто незнакомца.

Б. Когда я смотрю в зеркало, я вижу самого себя.

Только А кажется правдой 1 2 3 4 5. Только Б кажется правдой.

Информация о подсчете баллов для PCASS.

Для начала пункты 1, 3, 5, 7, 9 необходимо подсчитать реверсивно (обратным образом), чтобы более высокие баллы по каждому пункту указывали на более высокий уровень самоопределения. Для этого вычитите балл, полученный за каждый указанный пункт из 6, и используйте полученный результат в дальнейшей обработке. Затем подсчитайте баллы по субшкалам «Осознание себя» ($M = 19,8 \pm 4,8$) и «Осознанный выбор» ($M = 17,4 \pm 4,6$), усредняя баллы по 5 пунктам в каждой субшкале.

Субшкалы:

Осознание себя: 2, 4, 6, 8, 10.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1. Проблемы развития теории [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. № 3(12). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2010n4-12/343-gordeeva12> (дата обращения: 23.03.2023).
2. Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 2: Вопросы практического применения теории. [Электронный ресурс] //

- Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. № 4(13). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/895> (дата обращения: 23.03.2023).
3. Дерачева О.Е., Дорфман Л.Я., Леонтьев Д.А. Русскоязычная адаптация опросника каузальных ориентаций // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2008. № 3. С. 91—106.
 4. Кривцова С.В. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер // Экзистенциальный анализ. 2009. № 1. С. 141—170.
 5. Леонтьев Д.А. Психология свободы. К постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Том 21. № 1. С. 24—25.
 6. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Фам А.Х. Разработка методики диагностики процессуальной стороны выбора // Психол. диагностика. 2007. № 6. С. 4—25.
 7. Линч М.Ф. Базовые потребности и субъективное благополучие с точки зрения теории самодетерминации // Психология. 2004. № 1. С. 137—142.
 8. Москвичева Н.Л., Зиновьева Е.В., Костромина С.Н., Одинцова М.М., Зайцева Е.А. Феномен самодетерминации: психологические истоки и современное понимание. Часть 1 // Новые психологические исследования. 2022. № 4. С. 90—116. DOI:10.51217/npsyresearch_2022_02_04_05
 9. Падун М.А., Котельникова А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман // Психологический журнал. 2008. Том 29. № 4. С. 9—106.
 10. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: психодиагностические материалы. М.: Изд-во Московского гос. ун-та, 1988. С. 123—130.
 11. Anderson R.A., Worthington L., Anderson W.T., Jennings G. The development of an autonomy scale // Contemporary Family Therapy. 1994. № 16. P. 329—345.
 12. Assor A. The striving to develop an authentic inner-compass as a key component of adolescents' need for Autonomy: Parental antecedents and effects on identity, well-being, and resilience // The striving to develop an authentic inner-compass as a key component of adolescents' need for Autonomy: Parental antecedents and effects on identity, well-being, and resilience / Soenens B., Vansteenkiste M., Van Petegem S. London: Psychology Press, 2017. P. 119—145.
 13. Beck A.T., Epstein N., Harrison R., Emery G. Development of the Sociotropy-Autonomy Scale: A measure of personality factors in psychopathology. Unpublished manuscript, Philadelphia: University of Pennsylvania, 1983. 205 p.
 14. Chirkov V.I., Ryan R.M. Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. Adolescents: Common effects on well-being and academic motivation // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2001. № 32(5). P. 618—635. DOI:10.1177/0022022101032005006
 15. Deci E.L., Ryan M.R. The dynamics of self-determination in personality and development // in the Book Schwarzer R. Self-related Cognitions in Anxiety and Motivation (1st ed.). NY: Psychology Press, 1986. P. 171—194.
 16. Deci E.L., Ryan R.M. The General Causality Orientation Scale: self-determination in personality // J. of Res. in Person. 1985. Vol. 19. P. 109—134.
 17. Deci E.L., Ryan R.M. Facilitating optimal motivation and psychological wellbeing across life's domains // Canadian Psychology. 2008. Vol. 49. P. 14—23.
 18. Gough H., Heilbrun A.L. The Revised Adjective Checklist manual. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1983. 110 p.

19. *Hirschfield R.M.A., Lerman G.L., Schless A.P., Endicott J., Lichtenstaeder S., Clayton P.J.* Modified Life Events sections of the Psychiatric Epidemiology Research Interview (PERI-M). Bethesda, Md.: National Institute of Mental Health, 1977. 345 p.
20. *Hogan R., Hogan J.* Hogan Personality Inventory manual. Minneapolis: National Computer Systems, 1986. 105 p.
21. *Jackson D.N.* Manual of the Personality Research Form. Port Huron, MI: Research Psychologist's Press, 1984. 164 p.
22. *Jackson S.A., Marsh H.W.* Development and Validation of a Scale to Measure Optimal Experience: The Flow State Scale // *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 1996. № 18. P. 17—35.
23. *Marschalko E.E., Kalcza-Janosi K., Kotta I., Bibok B.* Translation, Cultural Adaptation and Validation of the Hungarian Version of Self-Determination Scale // *International Scholarly and Scientific Research & Innovation*. 2021. Vol. 15. № 9. P. 818—821.
24. *Nalipay M.J.N., King R.B., Cai Y.* Autonomy is equally important across East and West: Testing the cross-cultural universality of self-determination theory // *Journal of Adolescence*. 2020. № 78. P. 67—72. DOI:10.1016/j.adolescence.2019.12.009
25. *Osin E., Boniwell I.* Self-determination and well-being [Электронный ресурс] // Poster presented at the 4th International Self-Determination Conference. Chent, Belgiu, 2010. URL: https://www.academia.edu/22572704/Self_determination_and_well_being (дата обращения 08.08.2023).
26. *Ryan R.M., Deci E.L.* Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // *American Psychologist*. 2000. Vol. 55. № 1. P. 68—78.
27. *Ryan R.M., Deci E.L.* Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. NY.: The Guilford Press, 2018. 756 p. DOI:10.1521/978.14625/28806
28. *Maqsood S., Salman F., Sohail M., Bibi A., Aslam S.* Self-Determination, Workplace Stress And Job Satisfaction Among Elementary School Teachers During Covid-19 // *Journal of Positive School Psychology*. 2022. Vol. 6. №. 11. P. 177—188.
29. *Shabani M., Shiralinejad F.* Investigating the Relationship between Perceived Choice and Self-Awareness (SDT) and Students' Experience of Fascination (FLOW) // *Int. J. Adv. Stu. Hum. Soc. Sci.* 2021. Vol. 10. № 4. P. 196—203.
30. *Sheldon K.M.* Creativity and self-determination in personality // *Creativity Research Journal*. 1995. Vol. 8. P. 25—36.
31. *Sheldon K.M., Ryan R.M., Reis H.* What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1996. № 22. P. 1270—1279.

REFERENCES

1. Gordeeva T.O. Teoriya samodeterminatsii: nastoyashchee i budushchee. Chast' 1: Problemy razvitiya teorii [Theory of self-determination: present and future. Part 1: Problems of theory development]. *Psikhologicheskie issledovaniya: elektron. nauch. zhurn*, 2010, vol. 3 (12). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2010n4-12/343-gordeeva12> (Accessed 23.03.2023) (In Russ., abstr. in Engl).
2. Gordeeva T.O. Teoriya samodeterminatsii: nastoyashchee i budushchee. Chast' 2: Voprosy prakticheskogo primeneniya teorii [Theory of self-determination: present

- and future. Part 2: Questions of practical application of the theory]. *Psikhologicheskie issledovaniya: elektron. nauch. zhurn.* 2010. N 4 (13). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/895> (Accessed 04.04.2023). (In Russ., abstr. in Engl).
3. Dergacheva O.E., Dorfman L.Ya., Leont'ev D.A. Russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika kauzal'nykh orientatsii [Russian adaptation of the questionnaire of causal orientations]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya*, 2008, vol. 3, pp. 91—106. (In Russ., abstr. in Engl).
 4. Krivtsova S.V. Shkala ekzistentsii (Existenzskala) A.Lengle i K. Orgler. *Ekzistentsial'nyi analiz*. 2009, № 1, pp. 141—170. (In Russ., abstr. in Engl).
 5. Leont'ev D. A. Psikhologiya svobody. K postanovke problemy samodeterminatsii lichnosti [Psychology of freedom. To the formulation of the problem of self-determination of personality]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2000, vol. 20 (1), pp. 24—25. (In Russ., abstr. in Engl).
 6. Leont'ev D.A., Mandrikova E.Yu., Fam A.Kh. Razrabotka metodiki diagnostiki protsessual'noi storony vybora [Development of a methodology for diagnosing the procedural side of choice]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2007, vol. 6, pp. 4—25. (In Russ., abstr. in Engl).
 7. Linch M.F. Bazovye potrebnosti i sub"ektivnoe blagopoluchie s tochki zreniya teorii samodeterminatsii [Basic Needs And Well-being: A Self-determination Theory View]. *Psikhologiya*, 2004, vol. 1, pp. 137—142. (In Russ., abstr. in Engl).
 8. Moskvicheva N.L., Zinov'eva E.V., Kostromina S.N., Odintsova M.M., Zaitseva E.A. Fenomen samodeterminatsii: psikhologicheskie istoki i sovremennoe ponimanie. Chast' 1. [The phenomenon of self-determination: psychological origins and modern understanding. Part 1.]. *Novye psikhologicheskie issledovaniya*, 2022, vol. 4, pp. 90—116. DOI:10.51217/npsyresearch_2022_02_04_05 (In Russ., abstr. in Engl).
 9. Padun M.A., Kotel'nikova A.V. Modifikatsiya metodiki issledovaniya bazisnykh ubezhdenij lichnosti R. Yanoff-Bul'man [Modification of R. Janoff-Bulman's procedure for personality basic beliefs study]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2008, vol. 29 (4), pp. 98—106. (In Russ.).
 10. Stolin V.V., Pantileev S.R. Oprosnik samootnosheniya [Self Attitude Questionnaire]. *Praktikum po psikhodiagnostike: Psikhodiagnosticheskie materialy*. M.: Moscow State University, 1988, pp. 123—130. (In Russ.).
 11. Anderson R. A., Worthington L., Anderson W. T., Jennings G. The development of an autonomy scale. *Contemporary Family Therapy*, 1994, vol. 16, pp. 329—345.
 12. Assor A. The striving to develop an authentic inner-compass as a key component of adolescents' need for Autonomy: Parental antecedents and effects on identity, well-being, and resilience. (Eds.), *The striving to develop an authentic inner-compass as a key component of adolescents' need for Autonomy: Parental antecedents and effects on identity, well-being, and resilience* / Soenens B., Vansteenkiste M., & Van Petegem S.. London: Psychology Press.2017. pp. 119 — 145
 13. Beck A.T., Epstein N., Harrison R., & Emery G. Development of the Sociotropy-Autonomy Scale: A measure of personality factors in psychopathology. Unpublished manuscript, Philadelphia: University of Pennsylvania, 1983. 205 p.
 14. Chirkov V.I., Ryan R.M. Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. Adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2001, vol. 32(5), pp. 618—635. DOI:10.1177/0022022101032005006

15. Deci E.L., Ryan M.R. The dynamics of self-determination in personality and development /in Schwarzer R. Self-related Cognitions in Anxiety and Motivation (1st ed.). NY: Psychology Press, 1986, pp. 171—194.
16. Deci E.L., Ryan R.M. The General Causality Orientation Scale: self-determination in personality. *J. of Res. in Person*, 1985, vol. 19, pp. 109—134.
17. Deci E.L., Ryan R.M. Facilitating optimal motivation and psychological wellbeing across life's domains. *Canadian Psychology*, 2008, vol. 49, pp. 14—23.
18. Gough H., Heilbrun A. L. The Revised Adjective Checklist manual. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. 1983 110 p.
19. Hirschfield R.M.A., Lerman G.L., Schless A.P., Endicott J., Lichtenstaeder S., Clayton P.J. Modified Life Events sections of the Psychiatric Epidemiology Research Interview (PERI-M) Bethesda, Md.: National Institute of Mental Health. 1977. 345 p.
20. Hogan R. Hogan Personality Inventory manual. Minneapolis: National Computer Systems. 1986. 105 p.
21. Jackson D. N. Manual of the Personality Research Form. Port Huron, MI: Research Psychologist's Press. 1984. 164 p.
22. Jackson S.A., Marsh H.W. Development and Validation of a Scale to Measure Optimal Experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1996, vol. 18, pp. 17—35.
23. Marschalko E.E., Kalcza-Janosi K., Kotta I., Bibok B. Translation, Cultural Adaptation and Validation of the Hungarian Version of Self-Determination Scale. *International Scholarly and Scientific Research & Innovation*, 2021, Vol. 15 (9), pp. 818—821.
24. Nalipay M. J. N., King R. B., Cai Y. Autonomy is equally important across East and West: Testing the cross-cultural universality of self-determination theory. *Journal of Adolescence*, 2020, vol. 78, pp. 67—72. DOI:10.1016/j.adolescence.2019.12.009
25. Osin E., Boniwell I. Self-determination and well-being / *Poster presented at the 4th International Self-Determination Conference*. Chent, Belgiu. 2010. Available at: https://www.academia.edu/22572704/Self_determination_and_well_being (Accessed 08.08.2023).
26. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000, vol. 55 (1), pp.68—78.
27. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York.: The Guilford Press, 2018. 756 p. DOI:10.1521/978.14625/28806
28. Maqsood S., Salman F., Sohail M., Bibi A., Aslam S. (2022). Self-Determination, Workplace Stress And Job Satisfaction Among Elementary School Teachers During Covid-19. *Journal of Positive School Psychology*, 2022, vol. 6 (11), pp. 177—188.
29. Shabani M., Shiralinejad F. Investigating the Relationship between Perceived Choice and Self-Awareness (SDT) and Students' Experience of Fascination (FLOW). *Int. J. Adv. Stu. Hum. Soc. Sci*, 2021, vol. 10 (4), pp. 196—203.
30. Sheldon K.M. Creativity and self-determination in personality. *Creativity Research Journal*. 1995, vol. 8, pp. 25—36.
31. Sheldon K. M., Ryan R. M., Reis H. What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1996, vol. 22, pp. 1270—1279.

Информация об авторах

Костромина Светлана Николаевна, доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии личности, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9508-2587>, e-mail: s.kostromina@spbu.ru

Молодцова Галина Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии образования и педагогики, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8046-1728>, e-mail: g.molodcova@spbu.ru

Зиновьева Елена Викторовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1052-103X>, e-mail: e.zinovieva@spbu.ru

Одинцова Мария Маратовна, старший преподаватель кафедры психологии личности, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3559-5724>, e-mail: m.odintsova@spbu.ru

Филатова Анастасия Филипповна, ассистент кафедры психологии личности, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1464-6107>, e-mail: as.filatova@yandex.ru

Information about the authors

Svetlana N. Kostromina, PhD in Psychology, Head of department, Chair of Psychology of Personality, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9508-2587>, e-mail: s.kostromina@spbu.ru

Galina I. Molodtsova, PhD in Pedagogy, Associate Professor, Chair of Psychology of Education and Pedagogy, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8046-1728>, e-mail: g.molodcova@spbu.ru

Elena V. Zinovyeva, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Psychology of Personality, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1052-103X>, e-mail: e.zinovieva@spbu.ru

Maria M. Odintsova, P.G., Senior Lecturer, Chair of Psychology of Personality, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3559-5724>, e-mail: m.odintsova@spbu.ru

Anastasya F. Filatova, P.G., Assistant, Chair of Psychology of Personality, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1464-6107>, e-mail: as.filatova@yandex.ru

Получена 16.05.2023

Received 16.05.2023

Принята в печать 24.02.2024

Accepted 24.02.2024

РАЗРАБОТКА И АНАЛИЗ ПСИХОМЕТРИЧЕСКИХ СВОЙСТВ НОВОЙ РУССКОЯЗЫЧНОЙ ВЕРСИИ МЕЖДУНАРОДНОГО ОПРОСНИКА НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ДЕТСКОГО ОПЫТА (АСЕ-IQ)

А.А. КИБИТОВ

Научный центр психического здоровья (ФГБНУ НЦПЗ),
г. Москва, Российская Федерация;
Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии
и неврологии имени В.М. Бехтерева
(ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7766-9675>,
e-mail: andreykibitov18@gmail.com

А.В. ТРУСОВА

СанктПетербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), Национальный медицинский исследовательский
центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева
(ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0921-4203>,
e-mail: anna.v.trusova@gmail.com

К.В. ВЫШИНСКИЙ

Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии
и наркологии имени В.П. Сербского (ФГБУ НМИЦ ПН
им. В.П. Сербского МЗ РФ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0321-3047>,
e-mail: konstantin.vyshinsky@gmail.com

Г.Э. МАЗО

Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7910-9129>,
e-mail: galina-mazo@yandex.ru

А.О. КИБИТОВ

Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8771-625X>,
e-mail: druggen@mail.ru

Введение. Неблагоприятный детский опыт (НДО) — это важнейший фактор риска психических и соматических расстройств, требующий учета и оценки в клинической и исследовательской практике. **Целью** исследования стала разработка, адаптация и валидизация новой русскоязычной версии Международного опросника неблагоприятного детского опыта (Adverse Childhood Experiences International Questionnaire, ACE-IQ). **Материалы и методы.** Всего в исследование было включено 123 человека (88 женщин, $M = 25$ лет), из которых около половины выборки ($n = 68$) страдали депрессией, остальные участники не имели психиатрических диагнозов по результатам диагностического интервью. **Результаты.** ACE-IQ показала хорошую надежность и внутреннюю согласованность (альфа Кронбаха = 0,801). Выявлена шести-факторная структура опросника («Сексуальное насилие», «Насилие в семье», «Насилие вне семьи», «Психические расстройства и злоупотребление ПАВ в семье», «Дисфункциональные семейные факторы», «Социальные катаклизмы»). **Выводы.** Была разработана, адаптирована и валидизирована новая русскоязычная версия ACE-IQ, сохраняющая структуру и смысловую эквивалентность оригинальной версии опросника, что позволяет рекомендовать ее к использованию в клинической и исследовательской практике.

Ключевые слова: неблагоприятный детский опыт, детская травма, валидизация, Международный опросник неблагоприятного детского опыта, ACE-IQ.

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ) в рамках научного проекта № 23-15-00347.

Для цитаты: Кибитов А.А., Трусова А.В., Вышинский К.В., Мазо Г.Э., Кибитов А.О. Разработка и анализ психометрических свойств новой русскоязычной версии Международного опросника неблагоприятного детского опыта (ACE-IQ) // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 29—57. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320102>

DEVELOPMENT AND ANALYSIS OF PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF A NEW RUSSIAN VERSION OF THE ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE — INTERNATIONAL QUESTIONNAIRE (ACE-IQ)

ANDREY A. KIBITOV

Mental Health Research Center, Moscow, Russia
Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology,
Saint-Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7766-9675>,
e-mail: andreykibitov18@gmail.com

ANNA V. TRUSOVA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Bekhterev National
Medical Research Center for Psychiatry and Neurology, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0921-4203>,
e-mail: anna.v.trusova@gmail.com

KONSTANTIN V. VYSHINSKY

Serbsky National Medical Research Center for Psychiatry and Addictions,
Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0321-3047>,
e-mail: konstantin.vyshinsky@gmail.com

GALINA E. MAZO

Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology,
Saint-Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7910-9129>,
e-mail: galina-mazo@yandex.ru

ALEXANDER O. KIBITOV

Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology,
Saint-Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8771-625X>,
e-mail: druggen@mail.ru

Background. Adverse childhood experiences (ACE) is one of the most important risk factors for mental and somatic disorders and needs to be considered and evaluated in clinical and research practice. **The aim of this study** was to develop, adapt

and validate the new Russian version of ACE-IQ. **Methods.** A total of 123 people (88 women, $M_e = 25$ years) were included, of which about a half ($n = 68$) of the sample were patients with depression, the rest of the participants had no psychiatric diagnoses based on the results of the diagnostic interview. **Results.** ACE-IQ showed good reliability and internal consistency (Cronbach's $\alpha = 0.801$). A six-factor structure of the questionnaire was identified ("Sexual abuse", "Family violence", "Violence outside the family", "Mental disorders and substance abuse in the family", "Dysfunctional family factors", "Social Cataclysms"). **Conclusions.** We developed, adapted and validated the new Russian-language version of the ACE-IQ, retaining the structure and semantic equivalence of the original version of the questionnaire. Although confirmation of factor structure in other samples is needed, our data allows to recommend the new Russian version of the ACE-IQ for use in clinical and research practice.

Keywords: adverse childhood experiences, childhood trauma, validation, Adverse Childhood Experiences — International Questionnaire, ACE-IQ.

Funding. The reported study was funded by Russian Science Foundation (RSF), project number 23-15-00347.

For citation: Kibitov A.A., Trusova A.V., Vyshinsky K.V., Mazo G.E., Kibitov A.O. Development and Analysis of Psychometric Properties of a New Russian Version of the Adverse Childhood Experience — International Questionnaire (ACE-IQ). *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, no. 1, pp. 29–57. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320102> (In Russ.).

Введение

Неблагоприятный детский опыт (НДО) определяется как эмоционально негативно значимые переживания в детском и подростковом возрасте, потенциально травматические для психики, которые могут иметь долговременные негативные последствия для здоровья и благополучия человека; этот опыт включает в себя различные виды жестокого обращения, насилия, пренебрежения, а также проживание и развитие в небезопасной среде [9]. Известно, что наличие НДО ассоциировано с увеличением риска развития психических расстройств, в том числе депрессии, тревожных расстройств, суицидальности [18]. НДО повышает вероятность развития не только психических, но и соматических расстройств, в частности бронхиальной астмы и других респираторных заболеваний, заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ), сахарного диабета, артериальной гипертензии и ишемической болезни сердца, ожирения и онкологических заболеваний [17]. Люди, имевшие НДО, также чаще страдают зависимостью от табака, алкоголя и других психоактивных веществ (ПАВ), чаще вовлекаются в рискованное сексуальное

поведение и, в целом, имеют более низкое качество жизни по сравнению с людьми без НДО [17].

По данным исследования Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), проведенного в 2012 году с использованием опросников Adverse Childhood Experiences Study Questionnaires на российской популяции молодых взрослых, 84,6% опрошенных сообщили о наличии хотя бы одного вида НДО. У 17,4% опрошенных встречалось 4 и более видов НДО. Наиболее распространенными видами НДО были эмоциональное (57,9%) и физическое пренебрежение (53,3%) [21]. Столь высокая распространенность НДО в России, а также выраженная ассоциация НДО с негативными последствиями для здоровья и благополучия, обуславливают необходимость использования доступного и валидного инструмента скрининга НДО на русском языке. ВОЗ разработала для скрининга НДО у взрослых Международный опросник неблагоприятного детского опыта (Adverse Childhood Experiences — International Questionnaire, ACE—IQ) [22]. Данный опросник широко применяется в клинической и исследовательской практике, однако на сегодняшний день, по нашим данным, на ресурсах ВОЗ представлена только англоязычная и португалоязычная версии ACE-IQ, а официальной русскоязычной версии ACE-IQ ВОЗ, прошедшей корректную оценку психометрических свойств, нет.

Ранее данный опросник переводился на русский язык. В частности, Е.А. Катан с соавт. в 2019 г. в своем исследовании представили адаптированную и валидизированную на выборке наркологических больных русскоязычную версию ACE-IQ [1]. Однако в данной работе в силу низкой факторной нагрузки оригинальная структура опросника была изменена. Авторами были удалены 7 вопросов из 31 и в дальнейшем анализировалась версия шкалы из 24 вопросов. Авторами было предложено в дальнейшем использовать именно эту измененную версию шкалы. Тем не менее отсутствие почти четверти вопросов оригинального ACE-IQ усложняет ее использование в исследовательской практике и не позволяет корректно сопоставить полученные данные с результатами исследований, проводившихся с использованием оригинального ACE-IQ [4].

В этом же году Е.А. Катан был опубликован обзор литературы, посвященный методам оценки НДО. В приложении к данному обзору был приведен бланк русскоязычной версии ACE-IQ, соответствующий структуре оригинального опросника, однако указаний на валидацию именно этой версии в тексте работы нами не было обнаружено [2]. Также в данной версии опросника встречался ряд неточностей и смысловых несоответствий с оригинальной версией опросника.

Во-первых, во всех вопросах оригинальной версии ACE-IQ есть вариант ответа «refused», означающий отказ респондента отвечать на данный вопрос, однако в версии Е.А. Катан данный пункт был переведен

как «не определенно», что, на наш взгляд, не соответствует смыслу данного пункта в оригинальной англоязычной версии.

Во-вторых, в вопросах F6-F7 в версии Катан использованы формулировки «Вы видели или слышали родителя или члена семьи, который кричал, проклинал... / ударял, пинал...», однако в оригинальной версии данные вопросы сформулированы как «Did you see or hear a parent or household member in your home being yelled at., screamed at... / slapped, kicked...» Таким образом, неблагоприятным опытом согласно оригинальному опроснику является ситуация, когда член семьи является объектом эмоционального или физического насилия в доме (т. е. ребенок наблюдает насилие, направленное на члена семьи), а не когда он является субъектом (автором) насилия, как следует из вопросов в формулировке Е.А. Катан.

В-третьих, вопрос A5 («Did someone touch or fondle you in a sexual way when you did not want them to?») в версии Катан сформулирован как «Кто-то трогал или ласкал ваши половые органы, когда вы этого не хотели?». На наш взгляд, этот перевод является неточным, так как в оригинальном вопросе нет указания на половые органы, прикосновения с сексуальными намерениями («in a sexual way») могут быть не только к половым органам, а также не все нежелательные прикосновения к половым органам могут быть с сексуальными намерениями.

В-четвертых, в версии Катан изменен порядок вопросов V5 и V6. В оригинальной версии опросника вопрос V5 посвящен тому, видел ли респондент, как кому-то наносят ножевые или огнестрельные ранения, а вопрос V6 — тому, видел, ли респондент, как кому-то угрожают ножом или пистолетом, однако в версии Катан оригинальный вопрос V5 стоит под номером V6 и наоборот.

Чтобы предложить корректный инструмент оценки НДО, мы провели адаптацию и валидизацию новой русскоязычной версии ACEIQ, разработанной с сохранением структуры и смысловой эквивалентности оригинальной версии опросника.

Материалы и методы

Дизайн и набор участников. Мы провели кросс-секционное валидизационное исследование новой версии ACE-IQ на русском языке. Выборка для исследования включала участников проекта «Разработка системы полигенных шкал риска развития депрессии в российской популяции на основе полногеномного исследования с клинической валидацией», проводимого в рамках работы Российского национального консорциума по психиатрической генетике (РНКПГ, <http://rncpg.org>).

Данные были собраны как среди пациентов с депрессией (имеющих верифицированные диагнозы депрессивного эпизода или рекуррентного депрессивного расстройства), так и среди участников без диагностированной психической патологии. Детальное описание процесса набора для данного проекта указаны в статье Кибитова с соавт., 2020 [3]. Все процедуры исследования проводились в соответствии с Хельсинкской декларацией, все участники дали письменное добровольное информированное согласие на участие в исследовании. Исследование было одобрено Независимым этическим комитетом ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии им. В.М. Бехтерева» Минздрава России.

Международный опросник неблагоприятного детского опыта. Опросник ACE-IQ был разработан Всемирной организацией здравоохранения и является одним из наиболее распространенных способов ретроспективной оценки неблагоприятного детского опыта [22]. Основная часть опросника состоит из 31 вопроса, среди которых 1 вопрос (V2), посвященный уточнению характера буллинга, является описательным и не учитывается при подсчете баллов. 2 вопроса ACE-IQ имеют 5 вариантов ответов («Всегда», «В большинстве случаев», «Иногда», «Редко», «Никогда») и оцениваются от 1 до 5 баллов; 3 вопроса — 2 варианта ответа («Да», «Нет») и оцениваются от 1 до 2 баллов; 2 вопроса — 3 варианта ответа («Да», «Нет», «Не применимо» и «Да», «Нет», «Не знаю \ не уверен») и также оцениваются от 1 до 2 баллов; остальные вопросы — 4 варианта ответа («Много раз», «Несколько раз», «Однажды», «Никогда»), оценивающиеся от 1 до 4 баллов. Также для всех вопросов имеется пункт «Не желаю сообщать», исключаяющий данный вопрос из анализа.

В ACE-IQ оцениваются 13 видов НДО: «Физическое насилие», «Эмоциональное насилие», «Сексуальное насилие», «Насилие по отношению к домочадцам (Домашнее насилие)», «Эмоциональное пренебрежение», «Физическое пренебрежение», «Буллинг», «Насилие в окружении», «Коллективное насилие», «Проживание с людьми, злоупотребляющими психоактивными веществами», «Проживание с людьми, побывавшими в местах лишения свободы», «Проживание с людьми, имевшими психические расстройства», «Лишение (развод или смерть) родителей». Согласно руководству ВОЗ, наличие того или иного вида неблагоприятного детского опыта может оцениваться двумя способами [22]. Первый вариант, названный в руководстве «бинарным» (binary) предполагает менее жесткие критерии, т. е. неблагоприятный детский опыт считается имевшим место, если участник сталкивался с ним хотя бы один раз в своей жизни. Второй вариант, названный в руководстве «частотным», (frequency) предполагает более жесткие критерии, т. е. учитывается только тот неблагоприятный опыт, с которым испытуемый сталкивал-

ся много раз. При этом ряд показателей НДО («Сексуальное насилие», «Коллективное насилие», «Проживание с людьми, злоупотребляющими психоактивными веществами», «Проживание с людьми, побывавшими в местах лишения свободы», «Проживание с людьми, имеющими психические расстройства», «Лишение (развод или смерть) родителей») оцениваются одинаково и при бинарном, и при частотном подходе. Согласно рекомендациям ВОЗ, общий балл НДО при использовании опросника складывается из суммы баллов, отражающих наличие того или иного вида НДО, и может составлять, таким образом, от 0 до 13 баллов. В ходе данной работы мы использовали оба варианта оценки наличия того или иного вида НДО и формирования соответствующих бинарных категориальных переменных.

Также стоит отметить, что в оригинальном бланке ACE-IQ со-держатся разделы, посвященные сбору демографических данных и информации о браке. Так как данные вопросы несут исключительно описательный характер, не учитываются при оценке НДО, а также не связаны тематически с остальными вопросами шкалы, мы провели новый перевод и адаптацию ACE-IQ, исключив данные вопросы из бланка шкалы.

Перевод и адаптация опросника. В настоящем исследовании была проведена собственная процедура перевода и адаптации ACE-IQ согласно рекомендациям по валидации и адаптации психометрических инструментов [13]. В качестве основы была взята англоязычная версия опросника, размещенная на сайте ВОЗ [22]. Данный опросник был переведен на русский язык специалистом в области психического здоровья, свободно владеющим английским языком, затем данная версия была обсуждена четырьмя врачами-психиатрами и протестирована на фокус-группе из пациентов и здоровых добровольцев, была получена обратная связь и внесены изменения в формулировки данной версии ACE-IQ. Далее был осуществлен обратный перевод полученной версии независимым переводчиком, не знакомым с оригинальной версией опросника, после чего был сформирован финальный вариант опросника для проведения оценки его психометрических свойств (см. Приложение 1).

Оценка конвергентной валидности. Согласно нашим данным, в настоящее время отсутствуют валидизированные русскоязычные версии опросников, оценивающие НДО. В связи с этим оценка конвергентной валидности была проведена с использованием Госпитальной шкалы тревоги и депрессии (Hospital Anxiety and Depression Scale, HADS) [5,23]. Оба конструкта, измеряемые данной шкалой — тревога и депрессия — тесно ассоциированы с НДО. Известно, что наличие НДО приводит к повышению частоты возникновения и выраженности де-

прессии и тревоги [16,18]. Таким образом, для оценки конвергентной валидности проводился анализ корреляций между общими баллами по ACE-IQ и HADS.

Статистический анализ. Статистический анализ полученных данных проводился при помощи программного пакета IBM SPSS v.23 (IBM corp., США). Для оценки различия между группами использовались U-критерий Манна—Уитни для количественных переменных, а также точный критерий Фишера и критерий Хи-квадрат Пирсона для качественных переменных. Оценка внутренней согласованности опросника проводилась с использованием показателя альфа Кронбаха. Для оценки корреляций между вопросами, факторами и общими баллами использовался коэффициент корреляции Спирмена. Для оценки корреляций «вопрос—суммарный балл» использовался скорректированный корреляционный анализ: оценивалась корреляция между баллом за вопрос и суммой всех баллов без учета данного вопроса. Анализ факторной структуры был проведен с использованием метода анализа главных компонент с вращением варимакс с нормализацией Кайзера. Для определения количества факторов использовался метод «каменистой осыпи», в модель включались факторы с собственным значением больше 1, а также совокупно объяснявшие как минимум 50% дисперсии [19]. Для оценки соответствия данных условиям, необходимым для анализа факторной структуры, использовались мера адекватности выборки Кайзера—Майера—Олкина и критерий сферичности Бартлетта. Выборка считалась адекватной при значении меры Кайзера—Майера—Олкина более 0,6 и статистической значимости критерия сферичности Бартлетта [10]. Различия считались статистически значимыми при $p < 0,05$.

Результаты

Характеристика выборки. Всего в финальную выборку исследования вошло 123 участника (71,5% женщин ($n = 88$)), медиана возраста (Me [Q1—Q3]) — 25 [21—33] лет. Пациенты с депрессией составили 55,3% ($n = 68$) выборки, из которых подавляющее большинство имели диагноз «Рекуррентное депрессивное расстройство» (92,6% ($n = 63$), 7,4% ($n = 5$) — «Депрессивный эпизод». Частота различных видов НДО (с использованием как бинарного, так и частотного подхода к оценке приведена в табл. 1. Медиана балла НДО, т. е. количество видов НДО, для выборки при бинарном методе оценки — 5 [3—7] б., при частотном — 1 [0—2] б. Общая сумма баллов по всем вопросам составила 41 [36—48] б. Медиана балла по подшкале депрессии HADS составила 7 [4—10] б., по подшкале тревоги — 6 [3—10] б., общего балла — 14 [8—20] б.

Т а б л и ц а 1

Частоты НДО в выборке

Показатели	Бинарный подход	Частотный подход
Физическое насилие	38,2% (n = 47)	6,5% (n=8)
Эмоциональное насилие	72,4% (n = 89)	25,2% (n=31)
Сексуальное насилие	10,6% (n = 13)	
Физическое пренебрежение	26,8% (n = 33)	1,6% (n=2)
Эмоциональное пренебрежение	89,4% (n = 110)	29,3% (n=36)
Насилие по отношению к домочадцам (Домашнее насилие)	66,7% (n = 82)	52,0% (n=64)
Буллинг	57,7% (n = 71)	16,3% (n=20)
Насилие в окружении	61,8% (n = 76)	4,9% (n=6)
Коллективное насилие	8,9% (n = 11)	
Проживание с людьми, злоупотребляющими психоактивными веществами	24,4% (n = 30)	
Проживание с людьми, побывавшими в местах лишения свободы	4,9% (n = 6)	
Проживание с людьми, имевшими психические расстройства	15,4% (n = 19)	
Лишение (развод или смерть) родителей	35,8% (n = 44)	

Различия между мужчинами и женщинами. Мужчины и женщины в данной выборке не различались по возрасту. Однако было обнаружено, что у женщин был более высокий балл по вопросам P2 «Ваши родители или опекуны реально знали, где Вы проводили свободное от учебы и работы время?» (2 (2—2) vs. 1 (1—2), $p = 0,019$); F1 «Вы проживали с кем-то, у кого были проблемы с употреблением алкоголя, наркотиков или других препаратов?» (1 (1—2) vs. 1 (1—1), $p = 0,01$); F4 «Были ли Ваши родители когда-либо разведены или проживали раздельно?» (1 (1—2) vs. 1 (1—1), $p = 0,01$, $p = 0,016$); F6 «Вы видели или слышали, как дома на Вашего родителя или домочадца кричали или проклинали, оскорбляли, унижали?» (3 (1—4) vs. 2 (1—3), $p = 0,008$). Кроме того, у женщин был более низкий балл по вопросу V3 «Как часто вы участвовали в драках?» (1 (1—2) vs. 3 (1—3), $p = 0,003$).

Также было отмечено, что общие баллы НДО были выше у женщин: при использовании бинарного способа подсчета — 6 (4—7) vs. 4 (3—6), $p = 0,010$; при использовании частотного способа — 1 (0—2) vs. 0 (0—1), $p = 0,034$. Кроме того, сумма баллов за все вопросы ACE—IQ у женщин также была выше, но лишь на уровне статистической тенденции: 43,5 (36—49) vs. 39 (36—44), $p = 0,069$.

Женщины чаще сообщали о таких видах НДО как употребление ПАВ родителями или опекунами (30,7% vs. 8,6%, $p = 0,01$), насилие по отношению к члену семьи (бинарный способ: 72,7% vs. 51,4%, $p = 0,034$; частотный способ: 60,2% vs. 31,4%, $p = 0,005$), эмоциональное пренебрежение (только бинарный способ: 93,2% vs. 80,0%, $p = 0,048$). Баллы по HADS значимо не различались между полами.

Различия между пациентами с депрессией и участниками из группы здорового контроля. Пациенты с депрессией и участниками из группы здорового контроля значимо не различались по полу и возрасту. У пациентов с депрессии на уровне статистической тенденции был несколько выше балл по подшкале депрессии HADS (8 [5–11] vs. 5 [3–9], $p = 0,063$), различий в баллах по подшкале тревоги и общему баллу по HADS обнаружено не было.

У пациентов с депрессией был значимо выше балл по вопросу F6 «Вы видели или слышали, как дома на Вашего родителя или домочадца кричали или проклинали, оскорбляли, унижали?» (3 [1,25–4] vs. 2 [1–3] $p = 0,024$), A2 «Родитель, опекун или другой домочадец угрожал отказаться от Вас или на самом деле отказывался от Вас или выгнал из дома?» (1 [1–2] vs. 1 [1–1], $p = 0,007$), A3 «Родитель, опекун или другой домочадец порол, давал пощечину, бил, пинал или избивал Вас?» (1 [1–3] vs. 1 [1–2], $p = 0,014$). Общие баллы по шкале ACE–IQ также были значимо выше у пациентов с депрессией: суммарный балл (43 [37–50] vs. 40 [35–46], $p = 0,003$); балл НДО при использовании бинарного (6 [4–7,75] vs. 4 [2–6], $p = 0,022$) и частотного способа подсчета (1 [0–2] vs. 0 [0–2], $p = 0,023$).

Пациенты с депрессией также чаще сообщали о физическом насилии (бинарный способ: 48,5% vs. 25,5%, $p = 0,01$; частотный способ: 11,8% vs. 0%, $p = 0,008$), эмоциональном насилии (только частотный способ: 33,8% vs. 14,5%, $p = 0,021$), насилии по отношению к члену семьи (бинарный способ: 76,5% vs. 54,5%, $p = 0,013$; частотный способ: 60,3% vs. 41,8%, $p = 0,048$), физическом пренебрежении (только бинарный способ: 35,3% vs. 16,4%, $p = 0,024$).

Анализ факторной структуры. Значение меры адекватности выборки Кайзера–Майера–Олкина составило более 0,6 (0,697), критерий сферичности Бартлетта был значимым ($p < 0,001$), следовательно, были соблюдены необходимые условия для анализа факторной структуры.

В ходе анализа факторной структуры методом анализа главных компонент, на основании собственных значений и графика собственных значений была предположена 6-факторная структура опросника (табл. 2). В совокупности 6 факторов объясняли 52,8% дисперсии. Вопрос V9 («Вас избивали солдаты, полицейские, ополченцы или бандиты?») был исключен из факторного анализа в связи с тем, что все испытуемые ответили на него одинаково («Никогда»).

Таблица 2

Факторная нагрузка вопросов ACE-IQ

Вопросы	Факторная нагрузка					
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6
A.7	0,98					
A.6	0,94					
A.8	0,94					
A.5	0,91					
A.3		0,73				
A.4		0,71				
A.2		0,67				
A.1		0,60		0,40		
F.7		0,52				
F.8		0,48				
F.4		0,38				
P.3		0,34				
V.5			0,80			
V.6			0,72			
V.4		0,35	0,56			
V.3			0,52			
V.1			0,40			
V.10			0,38			
F.1				0,74		
P.4				0,67		
F.6		0,53		0,57		
F.3					0,77	
F.2					0,60	
F.5					0,57	
P.5					0,37	
P.1		0,32			0,36	
V.7						0,77
V.8						0,66
P.2					0,36	-0,36

Примечание: в таблице указаны коэффициенты факторной нагрузки > 0,3.

Из приведенной таблицы следует, что ряд вопросов имели достаточные факторные нагрузки (>0,3) сразу по нескольким факторам. Чтобы добиться большей смысловой однородности при составлении финальной фак-

торной структуры (табл. 3) вопрос F6 был учтен в факторе 2, а вопрос F2 — в факторе 4. Вопрос P2 также был учтен в факторе 5, несмотря на схожую по значению, но отрицательную факторную нагрузку по фактору 6.

Т а б л и ц а 3

Финальная факторная структура

Фактор	Номер вопроса	Формулировка вопроса
Фактор 1 «Сексуальное насилие»	A7	Кто-то пытался установить с Вами оральный, анальный или вагинальный контакт, когда Вы этого не хотели?
	A6	Заставлял ли Вас кто-то прикасаться к его/ее телу с сексуальными намерениями, когда Вы этого не хотели?
	A8	Кто-то смог установить с Вами оральный, анальный или вагинальный контакт, когда Вы этого не хотели?
	A5	Кто-то трогал или ласкал Вас с сексуальными намерениями, когда Вы этого не хотели?
Фактор 2 «Насилие в семье»	A3	Родитель, опекун или другой домочадец порол, давал пощечину, бил, пинал или избивал Вас?
	A4	Родитель, опекун или другой домочадец наносил Вам удары такими предметами, как палка (трость), бутылка, дубинка, нож, кнут и т. д.?
	A2	Родитель, опекун или другой домочадец угрожал отказать от Вас или на самом деле отказывался от Вас или выгонял из дома?
	A1	Родитель, опекун или другой домочадец кричал, ругал, оскорблял или унижал Вас?
	F7	Вы видели или слышали, как дома Вашего родителя или домочадца били, давали пощечину, пинали или избивали?
	F6	Вы видели или слышали, как дома на Вашего родителя или домочадца кричали или проклинали, оскорбляли, унижали?
	F8	Вы видели или слышали, как дома Вашему родителю или домочадцу наносили удары такими предметами, как палка (трость), бутылка, дубинка, нож, кнут и т. д.?
	F4	Были ли Ваши родители когда-либо разведены или проживали раздельно?
	P3	Как часто Ваши родители или опекуны не давали Вам достаточно еды, даже когда они могли легко сделать это?

Фактор 3 «Насилие вне семьи»	V5	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кого-то ранили ножом или в кого-то стреляли?
	V6	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кому-то угрожали ножом или как угрожали выстрелить в кого-то?
	V4	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кого-то избивали?
	V3	Как часто вы участвовали в драках?
	V1	Как часто Вы подвергались травле (издевательствам, запугиванию)?
	V10	Кто-то из Ваших друзей или членов семьи был убит или избит солдатами, полицейскими, ополченцами или бандитами?
Фактор 4 «Психические расстройства и злоупотребление ПАВ в семье»	F1	Вы проживали с кем-то, у кого были проблемы с употреблением алкоголя, наркотиков или других препаратов?
	P4	Как часто Ваши родители или опекуны находились в настолько сильном алкогольном или наркотическом опьянении, что были не в состоянии заботиться о Вас?
	F2	Вы проживали с кем-то, кто страдал депрессиями, другими психическими расстройствами, совершил суицид или имел суицидальные намерения?
Фактор 5 «Дисфункциональные семейные факторы»	F3	Вы проживали с кем-то, кто когда-либо был в СИЗО или в тюрьме?
	F5	Кто-то из Ваших родителей или опекунов умер, когда Вам не было 18 лет?
	P5	Как часто Ваши родители или опекуны не отправляли Вас в школу, даже когда это было возможно?
	P1	Ваши родители или опекуны понимали Ваши проблемы или переживания?
	P2	Ваши родители или опекуны реально знали, где Вы проводили свободное от учебы и работы время?
Фактор 6 «Социальные потрясения»	V7	Вы были вынуждены уехать и жить в другом месте в связи с каким-либо из перечисленных выше событий?
	V8	Ваш дом был разрушен в результате какого-либо из перечисленных выше событий?

Фактор 1 включал вопросы, посвященные сексуальному насилию, фактор 2 — вопросы об эмоциональном и физическом насилии в семье. Кроме того, в фактор 2 вошел вопрос P3 «Как часто Ваши родители или опекуны не давали Вам достаточно еды, даже когда они могли легко сделать это?», что может объясняться существованием практи-

ки лишения еды в качестве «наказания», что позволяет расценивать ее как еще один вид внутрисемейного насилия [8]. Также в этот фактор вошел вопрос F4 «Были ли Ваши родители когда-либо разведены или проживали раздельно?», что может объясняться как тем, что более высокий уровень насилия в семье чаще приводит к разводу родителей, так и известной ассоциацией между разводом родителей и повышением риска насилия и пренебрежения по отношению к ребенку [7]. Фактор 3 состоял из вопросов, посвященных различным видам физического насилия, с которыми ребенок мог сталкиваться вне семьи. К фактору 4 относились вопросы, посвященные наличию у членом семьи психических расстройств и злоупотребления алкоголем и другими психоактивными веществами (ПАВ). В фактор 5 вошли вопросы о таких дисфункциональных семейных аспектах, как смерть одного из родителей или проживание с человеком, бывшим в местах заключения, а также вопросы об отсутствии интереса к жизни ребенка, которое можно расценивать как следствие и неотъемлемую часть дисфункциональных семейных отношений. В фактор 6 вошли 2 вопроса, посвященные лишению дома в результате каких-либо социальных катаклизмов (войны, революции, контртеррористические операции и т. д.). Эти вопросы тематически заметно отличаются от остальных, а также не имеют достаточной нагрузки по другим факторам, что не позволяет переместить их в другие факторы.

Баллы по всем факторам, кроме фактора 6 «Социальные потрясения», значимо коррелировали с суммарным баллом по ACE-IQ ($r = 0,267 - 0,880$, $p < 0,005$). Отсутствие корреляций между фактором 6 и общим баллом может объясняться тем, что на вопрос V7 только 7 человек (5,7%) не выбрали ответ «Никогда», а на вопрос V8 — только 1 человек (0,8%).

Также было обнаружено несколько значимых корреляции между выделенными факторами. Так, фактор 1 «Сексуальное насилие» слабо коррелировал с фактором 2 «Насилие в семье» ($r = 0,188$; $p = 0,038$); фактор 2 коррелировал со всеми факторами, кроме фактора 6 «Социальные потрясения», однако наиболее сильная корреляция была с фактором 3 «Насилие вне семьи» ($r = 0,450$; $p < 0,001$); Фактор 5 «Дисфункциональные семейные факторы» слабо коррелировал с факторами 3 «Насилие вне семьи» ($r = 0,199$; $p = 0,027$) и 4 «Психические расстройства и злоупотребление ПАВ в семье» ($r = 0,188$; $p = 0,037$).

Внутренняя согласованность. Значение альфы Кронбаха для всей шкалы составило 0,801, что свидетельствует о достаточно хорошей внутренней согласованности всего опросника. Средний уровень корреляций между всеми вопросами ACE-IQ составил 0,108, что может объясняться тем, что в опроснике представлены вопросы, оценивающие разные конструи, в том числе и слабо коррелирующие между собой.

Для подтверждения целесообразности сохранения всех вопросов ACE-IQ была проведена оценка внутренней согласованности при исключении каждого из вопросов по одному. Было обнаружено, что удаление каждого из вопросов P2, P3, V7—V10 по отдельности повышает значение альфы Кронбаха, однако это повышение незначительно (0,803 при удалении P2, 0,804 при удалении P3, 0,802 при удалении V7, V8, V9, V10). Следовательно, ни один из вопросов ACE-IQ значимо не ухудшает общей внутренней согласованности. При оценке скорректированных корреляций между баллами за каждый вопрос и общим баллом по всей шкале 22 вопроса из 30 (73,3%) имели значимые корреляции с общим баллом, причем коэффициент корреляции для них были в пределах от 0,2 до 0,7, что свидетельствует о приемлемом уровне связи между данными вопросами и общим конструктом НДО, который измеряет ACE-IQ [18]. Стоит отметить, что корреляции с общим баллом 8 вопросов (P2, P3, P5, F3, F5, V7, V8, V10) не имели статистической значимости. При удалении этих вопросов альфа Кронбаха повышается, но незначительно (с 0,801 до 0,818). В связи с этим данные вопросы значительно не ухудшают внутренней согласованности и могут быть сохранены.

Также была оценена внутренняя согласованность факторов, выделенных на основании эксплораторного факторного анализа (табл. 5). Было обнаружено, что факторы 5 и 6 обладают недостаточно высокими показателями внутренней согласованности (альфа Кронбаха $< 0,5$, средняя корреляция между вопросами $< 0,15$) [19]. По всей видимости, для фактора 5 это может являться следствием того, что вопросы, составляющие данный фактор, хотя и ассоциированы друг с другом по смыслу, все же тематически разнородные. Низкий показатель альфы Кронбаха для фактора 6 может объясняться малым количеством вопросов ($n = 2$) в данном факторе.

Таблица 5

Параметры внутренней согласованности вопросов выделенных факторов

Названия факторов/ Показатели согласованности	Альфа Кронбаха	Средняя корреляция между вопросами
Фактор 1 «Сексуальное насилие»	0,954	0,708
Фактор 2 «Насилие в семье»	0,771	0,270
Фактор 3 «Насилие вне семьи»	0,626	0,239
Фактор 4 «Психические и наркологические расстройства в семье»	0,536	0,284
Фактор 5 «Дисфункциональные семейные факторы»	0,369	0,137
Фактор 6 «Социальные катаклизмы»	0,398	0,369

Конвергентная валидность. Для оценки конвергентной валидности ACE-IQ, в силу отсутствия, по нашим данным, иных валидизированных на русском языке шкал, оценивающих НДО, использовалась шкала HADS. Было обнаружено, что и суммарный балл по ACE-IQ, и баллы НДО с использованием бинарного и частотного методов подсчета значительно коррелировали с общим баллом HADS, а также баллами по подшкалам депрессии и тревоги (табл. 5). При этом небольшая сила корреляционных связей ($r = 0,252-0,395$) может объясняться тем, что данные шкалы оценивают хотя и ассоциированные, но все же разные феномены. Тем не менее наличие значимых корреляций между ACE-IQ и HADS, с учетом известной связи между НДО и депрессией и тревогой, может служить подтверждением конвергентной валидности русской версии ACE-IQ.

Таблица 6

Корреляции баллов по ACE-IQ с баллами HADS

Показатели	HADS — Депрессия		HADS — Тревога		HADS — Общий балл	
	г	р	г	р	г	р
Суммарный балл НДО	0,391	< 0,001	0,305	0,001	0,364	< 0,001
Балл НДО — бинарный	0,377	< 0,001	0,295	0,001	0,361	< 0,001
Балл НДО — частотный	0,320	< 0,001	0,252	0,006	0,328	< 0,001

Обсуждение

Нами была проведена адаптация и валидизация русскоязычной версии шкалы ACE-IQ, разработанной с сохранением структуры и смысловой эквивалентности оригинальной версии опросника.

Полученные данные показали, что русскоязычная версия ACE-IQ обладает хорошей надежностью и внутренней согласованностью (альфа Кронбаха — 0,801), что сопоставимо с соответствующими показателями версий ACE-IQ на других языках [6; 11; 14], а также первой адаптированной версии ACE-IQ на русском языке [1].

В ходе анализа факторной структуры с помощью метода главных компонент была выделена шестифакторная структура опросника. В других работах, посвященных валидизации и анализу психометрических свойств других версий ACE-IQ, количество выделенных факторов варьирует от 4 до 8 [1; 11; 12]. В отличие от предыдущей русскоязычной версии опросника ACE-IQ [1], в ходе проведенного анализа и оценки психометрических свойств все вопросы ACE-IQ имели достаточную факторную нагрузку.

Нами были выделены 6 факторов, отражающих разные виды НДО: фактор 1 «Сексуальное насилие», фактор 2 «Насилие в семье», фактор 3 «Насилие вне семьи», фактор 4 «Психические расстройства и злоупотребление ПАВ в семье», фактор 5 «Дисфункциональные семейные факторы», фактор 6 «Социальные катаклизмы». Стоит отметить, что в факторах 5 и 6 не была продемонстрирована достаточная внутренняя согласованность вопросов, что, по всей видимости, может объясняться тематической разнородностью (хотя и смысловой согласованностью) вопросов в факторе 5 и небольшим количеством вопросов в факторе 6. Для проверки данной факторной структуры необходимо проведение конфирматорного факторного анализа на других выборках.

Также вследствие дефицита других валидизированных русскоязычных версий опросников, посвященных НДО, был проведен анализ конвергентной валидности новой русскоязычной версии ACE-IQ с опросником HADS. Было показано, что как суммарный балл, так и баллы НДО, выделенные на основании и бинарного, и частотного методов подсчета, значимо коррелировали с баллами по подшкалам тревоги и депрессии HADS. В связи с многочисленными подтверждениями влияния НДО на риск развития и выраженность тревоги и депрессии [15; 16; 18], обнаружение значимой корреляции между баллами ACE-IQ и HADS может служить доказательством конвергентной валидности опросника. Большая выраженность НДО у пациентов с депрессией по сравнению со здоровыми испытуемыми также была продемонстрирована и на нашей выборке.

Данное исследование имеет ряд ограничений. Во-первых, авторами статьи не был проведен конфирматорный факторный анализ в силу небольшого размера выборки и невозможности выделения из нее отдельной подвыборки. Представляется целесообразным проведение конфирматорного факторного анализа и подтверждение полученной в исследовании факторной структуры на других выборках.

Во-вторых, в полученной шестифакторной структуре ряд вопросов имел достаточную факторную нагрузку сразу по нескольким факторам, в силу чего формирование окончательной факторной структуры опросника проходило не только исходя из значений факторных нагрузок, но и с учетом смысловой однородности полученных факторов. В-третьих, из-за отсутствия, по нашим данным, валидизированных русскоязычных инструментов оценки НДО анализ конвергентной валидности проводился при помощи HADS — опросника, оценивающего иные, хотя и ассоциированные с НДО феномены. В-четвертых, в силу кросс-секционного дизайна исследования нами не была проведена оценка ретестовой надежности опросника.

К преимуществам данного исследования можно отнести использование рекомендованных мировых стандартов перевода и адаптации психометрических инструментов, оценку валидности ACE-IQ на выборке, состоящей как из пациентов с депрессией, так и из здоровых испытуемых.

Выводы

Нами была разработана и адаптирована новая русскоязычная версия Международного опросника неблагоприятного детского опыта ACE-IQ. Проведенный анализ продемонстрировал хорошую внутреннюю согласованность, надежность и валидность данного опросника. Несмотря на то, что выделенная факторная структура требует подтверждения на других выборках, сохранение исходной структуры оригинального опросника, позволяющей сравнивать результаты ее применения с аналогичными результатами оригинальной версии шкалы, а также надежность и валидность новой русскоязычной версии ACE-IQ позволяют широко использовать ее как в клинической, так и в исследовательской практике.

Приложение 1

Новая русскоязычная версия Международного опросника неблагоприятного детского опыта (ACE-IQ)

2	ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ ИЛИ ОПЕКУНАМИ	
	Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...	
2.1 [P1]	Ваши родители или опекуны понимали Ваши проблемы или переживания?	Всегда
		В большинстве случаев
		Иногда
		Редко
		Никогда
		Не желаю сообщать
2.2 [P2]	Ваши родители или опекуны реально знали, где Вы проводили свободное от учебы и работы время?	Всегда
		В большинстве случаев
		Иногда
		Редко
		Никогда
		Не желаю сообщать
3		
3.1 [P3]	Как часто Ваши родители или опекуны не давали Вам достаточно еды, даже когда они могли легко сделать это?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать

3.2 [P4]	Как часто Ваши родители или опекуны находились в настолько сильном алкогольном или наркотическом опьянении, что были не в состоянии заботиться о Вас?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
3.3 [P5]	Как часто Ваши родители или опекуны не отправляли Вас в школу, даже когда это было возможно?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
4	СЕМЕЙНОЕ ОКРУЖЕНИЕ	
	Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...	
4.1 [F1]	Вы проживали с кем-то, у кого были проблемы с употреблением алкоголя, наркотиков или других препаратов?	Да
		Нет
		Не желаю сообщать
4.2 [F2]	Вы проживали с кем-то, кто страдал депрессиями, другими психическими расстройствами, совершил суицид или имел суицидальные намерения?	Да
		Нет
		Не желаю сообщать
4.3 [F3]	Вы проживали с кем-то, кто когда-либо был в СИЗО или в тюрьме?	Да
		Нет
		Не желаю сообщать
4.4 [F4]	Были ли Ваши родители когда-либо разведены или проживали раздельно?	Да
		Нет
		Не применимо
		Не желаю сообщать
4.5 [F5]	Кто-то из Ваших родителей или опекунов умер, когда Вам не было 18 лет?	Да
		Нет
		Не знаю / не уверен
		Не желаю сообщать
Следующие вопросы посвящены определенным ситуациям, которые Вы могли видеть или слышать В ВАШЕМ ДОМЕ. Эти ситуации могли иметь отношение к тем, с кем Вы жили вместе, а не только к Вам		
Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...		
4.6 [F6]	Вы видели или слышали, как дома на Вашего родителя или домочадца кричали или проклинали, оскорбляли, унижали?	Много раз
		Несколько раз

		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
4.7 [F7]	Вы видели или слышали, как дома Вашего родителя или домочадца били, давали пощечину, пинали или избивали?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
4.8 [F8]	Вы видели или слышали, как дома Вашему родителю или домочадцу наносили удары такими предметами, как палка (трость), бутылка, дубинка, нож, кнут и т. д.?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
Следующие вопросы посвящены определенной ситуации, в которых лично ВЫ могли оказаться		
Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...		
5		
5.1 [A1]	Родитель, опекун или другой домочадец кричал, ругал, оскорблял или унижал Вас?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.2 [A2]	Родитель, опекун или другой домочадец угрожал отказаться от Вас или на самом деле отказывался от Вас или выгонял из дома?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.3 [A3]	Родитель, опекун или другой домочадец порол, давал пощечину, бил, пинал или избивал Вас?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.4 [A4]	Родитель, опекун или другой домочадец наносил Вам удары такими предметами, как палка (трость), бутылка, дубинка, нож, кнут и т. д.?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать

5.5 [A5]	Кто-то трогал или ласкал Вас с сексуальными намерениями, когда Вы этого не хотели?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.6 [A6]	Заставлял ли Вас кто-то прикасаться к его/ее телу с сексуальными намерениями, когда Вы этого не хотели?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.7 [A7]	Кто-то пытался установить с Вами оральный, анальный или вагинальный контакт, когда Вы этого не хотели?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
5.8. [A8]	Кто-то смог установить с Вами оральный, анальный или вагинальный контакт, когда Вы этого не хотели?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
6	НАСИЛИЕ СО СТОРОНЫ СВЕРСТНИКОВ	
	<p>Следующие вопросы посвящены ТРАВЛЕ (ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАМ), происходившим, когда Вы росли. Под травлей понимают ситуации, когда ребенок или подросток или группа детей и подростков говорят или делают неприятные вещи по отношению к другому ребенку или подростку. Травлей также считаются ситуации, когда ребенка или подростка много дразнят или нарочно исключают из какой-либо деятельности. Травлей не является ситуация, когда два равных по силе и влиянию ребенка или подростка ругаются или дерутся друг с другом, а также когда насмешки делаются в дружелюбной и шутливой обстановке</p>	
	Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...	
6.1 [V1]	Как часто Вы подвергались травле (издевательствам, запугиванию)?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда (переход к в. V3)
		Не желаю сообщать
6.2 [V2]	В какой форме Вы подвергались травле чаще всего	Меня били, толкали, пинали или запирали в помещении

		Меня высмеивали из-за моей расы, национальности или цвета кожи Меня высмеивали из-за моей религии Меня высмеивали, используя шутки, комментарии или жесты с сексуальным подтекстом Меня игнорировали или намеренно исключали из какой-либо деятельности Меня высмеивали из-за того, как выглядело мое тело или лицо Я подвергался другому виду травли Не желаю сообщать
Следующий вопрос посвящен ДРАКАМ. Драка происходит, когда два ребенка или подростка, приблизительно равные друг другу по силе и влиянию, наносят удары друг другу		
Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...		
6.3 [V3]	Как часто вы участвовали в драках?	Много раз Несколько раз Однажды Никогда Не желаю сообщать
7	НАСИЛИЕ В ОКРУЖЕНИИ	
Следующие вопросы посвящены тому, что ВЫ, будучи ребенком, могли лично видеть или слышать в Вашем районе или по соседству (не в Вашем доме и не в кино, не по телевизору, не по радио)		
Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...		
7.1 [V4]	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кого-то избивали?	Много раз Несколько раз Однажды Никогда Не желаю сообщать
7.2 [V5]	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кого-то ранили ножом или в кого-то стреляли?	Много раз Несколько раз Однажды Никогда

		Не желаю сообщать
7.3 [V6]	Вы видели или слышали в реальной жизни, как кому-то угрожали ножом или как угрожали выстрелить в кого-то?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
8	ВОЕННЫЕ ДЕЙСТВИЯ / КОЛЛЕКТИВНОЕ НАСИЛИЕ	
	Следующие вопросы посвящены тому, переживали ли ВЫ в детстве некоторые события, связанные с коллективным насилием, в том числе, с войнами, терроризмом, политическими или этническими конфликтами, геноцидом, репрессиями, похищениями, пытками и действиями организованной преступности, бандитизмом, криминальными войнами	
	Когда Вы росли, в возрасте до 18 лет...	
8.1 [V7]	Вы были вынуждены уехать и жить в другом месте в связи с каким-либо из перечисленных выше событий?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
8.2 [V8]	Ваш дом был разрушен в результате какого-либо из перечисленных выше событий?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
8.3 [V9]	Вас избивали солдаты, полицейские, ополченцы или бандиты?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать
8.4 [V10]	Кто-то из Ваших друзей или членов семьи был убит или избит солдатами, полицейскими, ополченцами или бандитами?	Много раз
		Несколько раз
		Однажды
		Никогда
		Не желаю сообщать

Примечание. Разделы 0 «Демографическая информация» и 1 «Брак» несут исключительно описательный характер, не учитываются при оценке НДО, а также не связаны тематически с остальными вопросами шкалы, в связи с чем были исключены из бланка опросника. Для удобства сравнительного анализа первичных данных была сохранена оригинальная нумерация разделов и вопросов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Катан Е.А., Карпец В.В., Котлярова С.В., Данильчук В.В., Косенко И.А. Валидизация русскоязычной версии международного опросника неблагоприятного детского опыта на выборке наркологических больных // Вопросы Наркологии. 2019. № 1. С. 66—85. DOI:10.47877/0234-0623_2019_1_66
2. Катан Е.А. Использование международного опросника неблагоприятного детского опыта для выявления психотравмирующих факторов в детском и подростковом возрасте // Медицинская психология в России. 2019. Том 11. № 2. С. 8. DOI:10.24412/2219-8245-2019-28
3. Кибитов А.О., Мазо Г.Э., Ракитько А.С., Касьянов Е.Д., Рукавишников Г.В., Ильинский В.В., Голимбет В.Е., Шмуклер А.Б., Незнанов Н.Г. Полигенные шкалы риска развития депрессии на основе GWAS склинической валидацией: методология и дизайн-исследования в российской популяции // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2020. Том 120. № 11. С. 131—140. DOI:10.17116/jnevro2020120111131
4. Кибитов А.А., Касьянов Е.Д., Николишин А.Е., Рукавишников Г.В., Малышко Л.В., Попович У.О., Голимбет В.Е., Незнанов Н.Г., Шмуклер А.Б., Кибитов А.О., Мазо Г.Э. Связь семейной отягощенности расстройствами настроения с неблагоприятным детским опытом и суицидальностью у пациентов с депрессией // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2022. Том 122. № 6 (2). С. 56—63. DOI:10.17116/jnevro202212206256
5. Морозова М.А., Потанин С.С., Бениашвили А.Г., Бурминский Д.С., Лепилкина Т.А., Рупчев Г.Е., Кибитов А.А. Валидация русскоязычной версии Госпитальной шкалы тревоги и депрессии в общей популяции // Профилактическая медицина. 2023. Том 26. № 4. С. 7—14. DOI:10.17116/profmed2023260417
6. Al-Shawi A., Lafta R. Effect of adverse childhood experiences on physical health in adulthood: Results of a study conducted in Baghdad city // J. Fam. Community Med. 2015. Vol. 22. № 2. P. 78. DOI:10.4103/2230-8229.155374
7. van Berkel S.R., Prevoo M.J.L., Linting M., et al. What About the Children? Co-Occurrence of Child Maltreatment and Parental Separation // Child Maltreat. 2022. № 29 (1). P. 107755952211300. DOI:10.1177/10775595221130074
8. Block S.D., Poplin A.B., Wang E.S., et al. Variation in Acceptable Child Discipline Practices by Child Age: Perceptions of Community Norms by Medical and Legal Professionals // Behav. Sci. Law. 2016. Vol. 34. № 1. P. 95—112. DOI:10.1002/bsl.2237
9. Boullier M., Blair M. Adverse childhood experiences // Paediatr. Child Health (Oxford). 2018. Vol. 28, № 3. P. 132—137. DOI:10.1016/j.paed.2017.12.008
10. Chan L.L., Idris N. Validity and Reliability of The Instrument Using Exploratory Factor Analysis and Cronbach's alpha // Int. J. Acad. Res. Bus. Soc. Sci. 2017. Vol. 7. № 10. P. 400—410. DOI:10.6007/IJARBS/v7-i10/3387
11. Christoforou R., Ferreira N. Psychometric Assessment of Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) with Adults Engaging in NonSuicidal Self-Injury // Mediterr. J. Clin. Psychol. 2020. Vol. 8. № 3. P. 1—23. DOI:10.6092/2282-1619/mjcp-2601

12. Dobson K., Pusch D., Poole J., McKay M. The Assessment of Adverse Childhood Experiences: Factor Structure and Convergent Validity of Multiple Measures // *Am J Prev Med Public Heal.* 2021. Vol. 7. № 3. P. 181—196.
13. Guillemin F., Bombardier C., Beaton D. Cross-cultural adaptation of health-related quality of life measures: Literature review and proposed guidelines // *J. Clin. Epidemiol.* 1993. Vol. 46. № 12. P. 1417—1432. DOI:10.1016/0895-4356(93)90142-N
14. Ho GWK, Chan ACY, Chien W-T, et al. Examining patterns of adversity in Chinese young adults using the Adverse Childhood Experiences—International Questionnaire (ACE-IQ) // *Child Abuse Negl.* 2019. Vol. 88. P. 179—188. DOI:10.1016/j.chiabu.2018.11.009
15. Hughes K., Bellis M.A., Hardcastle K.A., et al. The effect of multiple adverse childhood experiences on health: a systematic review and meta-analysis // *Lancet Public Heal.* 2017. Vol. 2. № 8. P. e356–e366. DOI:10.1016/S2468-2667(17)30118-4
16. Kuzminskaite E., Vinkers C.H., Milaneschi Y., et al. Childhood trauma and its impact on depressive and anxiety symptomatology in adulthood: A 6-year longitudinal study // *J. Affect. Disord.* 2022. Vol. 312. P. 322—330. DOI:10.1016/j.jad.2022.06.057
17. Petruccelli K., Davis J., Berman T. Adverse childhood experiences and associated health outcomes: A systematic review and meta-analysis // *Child Abuse Negl.* 2019. Vol. 97. P. 104—127. DOI:10.1007/s00787-021-01745-2
18. Sahle B.W., Reavley N.J., Li W., et al. The association between adverse childhood experiences and common mental disorders and suicidality: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses // *Eur. Child Adolesc. Psychiatry.* 2022. Vol. 31. № 10. P. 1489–1499. DOI:10.1007/s00787-021-01745-2
19. Streiner D.L. Figuring Out Factors: The Use and Misuse of Factor Analysis // *Can. J. Psychiatry.* 1994. Vol. 39. № 3. P. 135—140. DOI:10.1177/070674379403900303
20. Streiner D.L., Norman G.R., Cairney J. Health measurement scales: a practical guide to their development and use (5th edition) // *Aust. N. Z. J. Public Health.* 2016. Vol. 40. № 3. P. 294—295. DOI:10.1111/1753-6405.12484
21. World Health Organization. Regional Office for Europe. Survey on the prevalence of adverse childhood experiences among young people in the Russian Federation: report [Электронный ресурс]. 2014. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/344734> (дата обращения: 20.04.2023).
22. WHO Violence Prevention Team. Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) [Электронный ресурс]. 2020. URL: [https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-\(ace-iq\)](https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-(ace-iq)) (дата обращения: 20.04.2023).
23. Zigmond A.S., Snaith R.P. The Hospital Anxiety and Depression Scale // *Acta Psychiatr. Scand.* 1983. Vol. 67. № 6. P. 361—370. DOI:10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x

REFERENCES

1. Katan E.A., Karpets V.V., Kotlyarova S.V., et al. A Validation Study of the Russian Version of the Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) in a Sample of Drug Users. *Voprosy Narkologii = Questions of Narcology*, 2019, № 1, pp. 66—85. DOI:10.47877/0234-0623_2019_1_66 (In Russ., abstr. in Engl).

2. Katan E.A. Using the international questionnaire of adverse childhood experiences to identify psychotraumatic factors in childhood and adolescence. *Med. psihol. Ross*, 2019, vol. 11, № 2, pp. 8. DOI:10.24412/2219-8245-2019-28 (In Russ., abstr. in Engl).
3. Kibitov A.O., Mazo G.E., Rakitko A.S., et al GWAS-based polygenic risk scores for depression with clinical validation: methods and study design in the Russian population. *Zhurnal Nevrologii i Psikhiiatrii imeni S.S. Korsakova*, 2020, vol. 120, № 11, pp. 131—140. DOI:10.17116/jnevro2020120111131 (In Russ., abstr. in Engl).
4. Kibitov AA, Kasyanov ED, Nikolishin AE, et al. Family history of mood disorders may weaken the link between adverse childhood experience and suicidality in patients with depression. *Zhurnal Nevrol. i psikhiiatrii im. S.S. Korsakova*, 2022, vol. 122, № 6, pp. 56—63. DOI:10.17116/jnevro202212206256 (In Russ., abstr. in Engl).
5. Morozova M.A., Potanin S.S., Beniashvili A.G., et al. Validation of the Hospital Anxiety and Depression Scale Russian-language version in the general population. *Profilakticheskaya Meditsina*, 2023, vol. 26, № 4, pp. 7—14. DOI:10.17116/profmed2023260417 (In Russ., abstr. in Engl).
6. Al-Shawi A., Lafta R. Effect of adverse childhood experiences on physical health in adulthood: Results of a study conducted in Baghdad city. *J. Fam. Community Med*, 2015, vol. 22, № 2, pp. 78. DOI:10.4103/2230-8229.155374
7. van Berkel S.R., Prevoo M.J.L., Linting M., et al. What About the Children? Co-Occurrence of Child Maltreatment and Parental Separation. *Child Maltreat*, 2022, № 29 (1), pp. 107755952211300. DOI:10.1177/10775595221130074
8. Block S.D., Poplin A.B., Wang E.S., et al. Variation in Acceptable Child Discipline Practices by Child Age: Perceptions of Community Norms by Medical and Legal Professionals. *Behav. Sci. Law*, 2016, vol. 34, № 1, pp. 95—112. DOI:10.1002/bsl.2237
9. Boullier M., Blair M. Adverse childhood experiences. *Paediatr. Child Health (Oxford)*, 2018, vol. 28, № 3, pp. 132—137. DOI:10.1016/j.paed.2017.12.008
10. Chan L.L., Idris N. Validity and Reliability of The Instrument Using Exploratory Factor Analysis and Cronbach's alpha. *Int. J. Acad. Res. Bus. Soc. Sci*, 2017, vol. 7, № 10, pp. 400—410. DOI:10.6007/IJARBSS/v7-i10/3387
11. Christoforou R., Ferreira N. Psychometric Assessment of Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) with Adults Engaging in Non-Suicidal Self-Injury. *Mediterr. J. Clin. Psychol*, 2020, vol. 8, № 3, pp. 1—23. DOI:10.6092/2282-1619/mjcp-2601
12. Dobson K., Pusch D., Poole J., McKay M. The Assessment of Adverse Childhood Experiences: Factor Structure and Convergent Validity of Multiple Measures. *Am J Prev Med Public Heal*, 2021, vol. 7, № 3, pp. 181—196.
13. Guillemin F., Bombardier C., Beaton D. Cross-cultural adaptation of health-related quality of life measures: Literature review and proposed guidelines // *J. Clin. Epidemiol*. 1993. Vol. 46, № 12. P. 1417—1432. DOI:10.1016/0895-4356(93)90142-N
14. Ho GWK, Chan ACY, Chien W-T, et al. Examining patterns of adversity in Chinese young adults using the Adverse Childhood Experiences—Adversity International Questionnaire (ACE-IQ). *Child Abuse Negl*, 2019, vol. 88, pp. 179—188. DOI:10.1016/j.chiabu.2018.11.009
15. Hughes K., Bellis M.A., Hardcastle K.A., et al. The effect of multiple adverse childhood experiences on health: a systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Heal*, 2017, vol. 2, № 8, pp. e356-e366. DOI:10.1016/S2468-2667(17)30118-4

16. Kuzminskaite E., Vinkers C.H., Milaneschi Y., et al. Childhood trauma and its impact on depressive and anxiety symptomatology in adulthood: A 6-year longitudinal study. *J. Affect. Disord*, 2022, vol. 312, pp. 322—330. DOI:10.1016/j.jad.2022.06.057
17. Petruccelli K., Davis J., Berman T. Adverse childhood experiences and associated health outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Child Abuse Negl*, 2019, vol. 97, pp. 104127. DOI:10.1007/s00787-021-01745-2
18. Sahle B.W., Reavley N.J., Li W., et al. The association between adverse childhood experiences and common mental disorders and suicidality: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *Eur. Child Adolesc. Psychiatry*, 2022, vol. 31, № 10, pp. 1489—1499. DOI:10.1007/s00787-021-01745-2
19. Streiner D.L. Figuring Out Factors: The Use and Misuse of Factor Analysis. *Can. J. Psychiatry*, 1994, vol. 39, № 3, pp. 135—140. DOI:10.1177/070674379403900303
20. Streiner D.L., Norman G.R., Cairney J. Health measurement scales: a practical guide to their development and use (5th edition). *Aust. N. Z. J. Public Health*, 2016, vol. 40, № 3, pp. 294—295. DOI:10.1111/1753-6405.12484
21. World Health Organization. Regional Office for Europe. Survey on the prevalence of adverse childhood experiences among young people in the Russian Federation: report [Electronic resource]. 2014. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/344734> (accessed 20.04.2023).
22. WHO Violence Prevention Team. Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) [Electronic resource]. 2020. URL: [https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-\(ace-icq\)](https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-(ace-icq)). (accessed 20.04.2023).
23. Zigmond A.S., Snaith R.P. The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatr. Scand*, 1983, vol. 67, № 6, pp. 361—370. DOI:10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x

Информация об авторах

Кибитов Андрей Александрович, аспирант лаборатории психофармакологии, Научный центр психического здоровья (ФГБНУ НЦПЗ), г. Москва, Российская Федерация; младший научный сотрудник отдела по реализации грантовых соглашений, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7766-9675>, e-mail: andreykibitov18@gmail.com

Трусова Анна Владимировна, кандидат психологических наук, доцент кафедры медицинской психологии и психофизиологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ); старший научный сотрудник, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0921-4203>, e-mail: anna.v.trusova@gmail.com

Вышинский Константин Витальевич, кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник отдела организации профилактической помощи в наркологии, Национальный научный центр наркологии — филиал Национального медицинского исследовательского центра психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского МЗ РФ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0321-3047>, e-mail: konstantin.vyshinsky@gmail.com

Мазо Галина Элевна, доктор медицинских наук, заместитель директора по инновационному научному развитию, руководитель отделения трансляционной психиатрии, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ), ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7910-9129>, e-mail: galina-mazo@yandex.ru

Кибитов Александр Олегович, доктор медицинских наук, главный научный сотрудник отделения геномики психических расстройств, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева (ФГБУ НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева МЗ РФ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8771-625X>, e-mail: druggen@mail.ru

Information about the authors

Andrey A. Kibitov, PhD student, Laboratory of Psychopharmacology, Mental Health Research Center, Moscow, Russia; Junior Researcher, Department for the Implementation of Grant Agreements, Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology, Saint-Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7766-9675>, e-mail: andreykibitov18@gmail.com

Anna V. Trusova, PhD, Associate Professor, Department of Medical Psychology and Psychophysiology, Saint Petersburg State University, Senior Research Fellow, V.M. Bekhterev National Research Medical Center for Psychiatry and Neurology, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0921-4203>, e-mail: anna.v.trusova@gmail.com

Konstantin V. Vyshinsky, PhD, Senior researcher, Department of Organization of Preventive Care in Narcology, National Scientific Center for Narcology — branch of Serbsky National Medical Research Center for Psychiatry and Addictions, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0321-3047>, e-mail: konstantin.vyshinsky@gmail.com

Galina E. Mazo, PhD, Deputy Director for Innovative Scientific Development, Head of the Translational Psychiatry Department, Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology, Saint-Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7910-9129>, e-mail: galina-mazo@yandex.ru

Alexander A. Kibitov, PhD, Senior researcher, Genomics of Mental Disorders Department, Bekhterev National Medical Research Center for Psychiatry and Neurology, Saint-Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8771-625X>, e-mail: druggen@mail.ru

Получена 17.08.2023

Received 17.08.2023

Принята в печать 27.01.2024

Accepted 27.01.2024

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОБЗОРЫ
THEORETICAL REVIEWS

ИЗМЕНЕНИЯ ЧУВСТВА ЮМОРА ПРИ АФФЕКТИВНЫХ РАССТРОЙСТВАХ: «ДЕФИЦИТ», «ПАТОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА», «МАСКА»

С.А. ГОВОРОВ

Научный центр психического здоровья (ФГБНУ НЦПЗ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1799-9944>,
e-mail: stsgovorov@hotmail.com

Е.М. ИВАНОВА

Российский национальный исследовательский медицинский
университет имени Н.И. Пирогова (РНИМУ им. Н.И. Пирогова
Минздрава России), Научный центр психического здоровья
(ФГБНУ НЦПЗ) г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3616-9444>,
e-mail: ivalenka13@gmail.com

Актуальность. В настоящей статье приводится анализ изменений чувства юмора при аффективных расстройствах. Необходимость исследования обусловлена появлением новых работ и недостаточной систематизированностью научных данных по этой проблеме при том, что активно развиваются методы психореабилитации с использованием юмора и смеха. **Цель** настоящей работы — обобщение и систематизация исследований особенностей чувства юмора при аффективных расстройствах. **Результаты.** Сформулированы три теоретические модели изменения чувства юмора при аффективных расстройствах: «дефицит», «патологическая защита», «маска». Модель «дефицит» характеризует особенности чувства юмора при депрессивном синдроме, где на первый план выступают снижение аффективной реакции на шутку

и выраженности смеховой активности, меньшая склонность вовлекаться в юмористическое взаимодействие с окружающими и обращаться к юмору как копинг-стратегии. При маниакальном и гипоманиакальном состояниях юмор функционирует как «патологическая защита», блокируя переживание негативных эмоций и стимулируя позитивные. При «улыбающейся» депрессии значение улыбки и смеха может быть охарактеризовано как «маска», т. е. основной их целью становится снижение значимости или полное сокрытие своих внутренних переживаний от окружающих. При этом при аффективных расстройствах компенсаторно развивается повышенный интерес к юмору депрессивной тематики. **Выводы.** Картина изменений чувства юмора при аффективных расстройствах неоднородна. Понимание специфики этих изменений может быть использовано в усовершенствовании современных программ психосоциальной терапии, использующих юмористические техники, а также как дополнительный инструмент дифференциальной диагностики.

Ключевые слова: аффективные расстройства, депрессия, мания, улыбающаяся депрессия, юмор, депрессивный юмор, мемы, эмоциональная регуляция.

Для цитаты: Говоров С.А., Иванова Е.М. Изменения чувства юмора при аффективных расстройствах: «дефицит», «патологическая защита», «маска» // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 58—78. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320103>

CHANGES IN THE SENSE OF HUMOR IN PATIENTS WITH AFFECTIVE DISORDERS: “DEFICIT”, “PATHOLOGICAL DEFENSE”, “MASK”

STANISLAV A. GOVOROV

Mental Health Research Center, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1799-9944>,
e-mail: stsgovorov@hotmail.com

ELENA M. IVANOVA

Pirogov Russian National Research Medical University, Moscow Russia
Mental Health Research Center, Moscow Russia
ORCID: <https://orcid.org/> <https://orcid.org/0000-0002-3616-94444>,
e-mail: ivalenka13@gmail.com

Relevance. The present article provides an analysis of changes in the sense of humor in patients with affective disorders. The necessity of this research is due to the emergence of new findings and the insufficient systematization of the scientific data in

this field, despite the fact that methods of psychosocial rehabilitation using humor and laughter are being actively developed. The present research is **aimed** at summarizing and systematizing existing data on the characteristics of the sense of humor in patients with affective disorders. **Results.** Three theoretical approaches to understanding the specifics of humor's changes in patients with affective disorders are proposed: "deficit", "pathological defense" and "mask". The "deficit" model describes humor's characteristics accompanying depressive syndrome. The ones in the foreground are: a decreased affective response to humor, a reduced tendency to engage in humorous interaction with others and to use humor as a coping strategy. In manic and hypomanic states, humor functions as a "pathological defense", blocking negative emotions and stimulating positive ones. In "smiling" depression, the meaning of smiling and laughter can be characterized as a "mask": their main goal here is to reduce the significance or to hide completely a patient's inner feelings from others. Also, affective disorders are accompanied by an increased interest in depressive humor. Presumably, it functions as a compensation for a decrease in the use of humor in general as an emotion regulation strategy. **Conclusions.** Changes in the sense of humor in patients with affective disorders are heterogeneous. Understanding their specifics may be used to improve modern psychosocial therapy programs focused on humor interventions and techniques. It may also be used as an additional diagnostic tool.

Keywords: affective disorders, depression, mania, smiling depression, humor, depressive humor, memes, emotion regulation.

For citation: Govorov S.A., Ivanova E.M. Changes in the Sense of Humor in Patients with Affective Disorders: "Deficit", "Pathological Defense", "Mask". *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, № 1, pp. 58—78. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320103> (In Russ.).

Введение

Аффективные расстройства остаются одной из важнейших медико-социальных проблем современности. Исследователи отмечают, что значительный процент лиц, страдающих от депрессии и нуждающихся в лечении, не имеют к нему доступа, особенно в странах с низким и средним уровнями дохода, где до 75% больных депрессией не получают необходимого медицинского сопровождения [43]. Эти данные обуславливают необходимость в разработке новых и усовершенствовании существующих методов психосоциальной терапии, способных охватить широкие слои населения. В последние несколько десятилетий все более популярным становится использование смеха и юмористических техник в терапии психических расстройств, включая аффективные нарушения [14; 21]. Однако, несмотря на значительное количество примеров успешного практического применения юмора в этом направлении, клинические изменения

чувства юмора при психопатологии, а также влияние юмористических интервенций на психическое здоровье все еще недостаточно изучены.

Цель исследования — обобщение и систематизация современных отечественных и зарубежных исследований особенностей изменения чувства юмора при аффективных расстройствах.

В соответствии с целью настоящего исследования был проведен тематический поиск литературы с использованием следующих баз данных: eLibrary.Ru, Google Scholar, PubMed — по следующим ключевым словам: «юмор» + «аффективные расстройства», «юмор» + «психопатология», «юмор» + «депрессия», «юмор» + «эмоциональная регуляция», «улыбающаяся депрессия», «депрессивный юмор», «humor» + «affective disorders», «humor» + «psychopathology», «humor» + «depression», «humor» + «emotional regulation», «smiling depression», «depressive humor». В первую очередь отбирались публикации психологических исследований последних 20 лет, касающиеся специфики изменения чувства юмора при аффективных расстройствах, а также использования юмора как инструмента эмоциональной регуляции при депрессии.

Изменения чувства юмора при аффективных расстройствах

Одним из важнейших диагностических критериев депрессии является ангедония, поэтому вполне естественно ожидать у депрессивных пациентов снижение способности получать удовольствие и от юмористического взаимодействия. Однако, как отмечает G. Forabosco, полная ангедония встречается довольно редко, при этом юмор представляет собой довольно специфический способ получения удовольствия [28]. Как следствие, полной утраты чувства юмора при аффективных расстройствах не происходит, а патологические изменения носят парциальный, а не тотальный характер, что подтверждается клиническими данными.

Исследования восприятия юмора [6; 27] указывают на то, что пациенты с депрессивными расстройствами, с одной стороны, остаются чувствительны к юмору и сохраняют «узнавание» юмористических стимулов, с другой стороны, они демонстрируют снижение интенсивности аффективной реакции на шутку (оцениваемой по выраженности смеха и улыбок). I. Falkenberg et al. объясняют это нарушением основы чувства юмора на уровне темперамента — конституциональной predisпозиции к юмористическому взаимодействию, определяемому сочетанием таких индивидуальных характеристик, как жизнерадостность, серьезность и плохое настроение [38; 48]. Для пациентов в маниакальной фазе, наоборот, характерно чрезвычайно повышенное настроение, сопровождающееся смехом и шутками [37]. R.A. Haig отмечает, что неумеренность

в юморе и смеховой реакции в данном случае представляет собой один из способов самостимуляции, не позволяющих выйти из этого патологического эмоционального состояния [34]. Таким образом, изменения аффективной реакции на юмор при мании и депрессии носят разнонаправленный характер.

Согласно исследованиям [8; 47], когнитивное понимание шуток при аффективных расстройствах также нарушается, что говорит о неразрывной связи интеллектуальной сферы с аффективной. Причем важно отметить, что в норме в случае неполного понимания шутки его когнитивный и эмоциональный компоненты взаимно компенсируют друг друга, в то время как при психических расстройствах взаимодействие этих компонентов носит скорее декомпенсирующий характер [8].

Тематические и структурные предпочтения анекдотов у этих пациентов также вписываются в общую клиническую картину аффективных расстройств: пациенты в маниакальном состоянии отдают предпочтение шуткам на тему алкоголизма, наркомании, секса (что может быть объяснено расторможенностью влечений); депрессивные пациенты демонстрируют сниженный интерес к неприличным анекдотам (по всей видимости, связанный со снижением сексуального интереса в целом) [6]. У пациентов с аффективными расстройствами также выявляется предпочтение шуток, основанных на совмещении стилей и планов, которые строятся на несоответствии между содержанием и стилем речи, что может соотноситься со сменой противоположных эмоциональных состояний [7].

В различных исследованиях описывается специфический вид юмора — «цинично-пессимистический» [7], «депрессивный» [15; 19], «суицидально-депрессивный» [5], которому больные с депрессивным синдромом отдают особое предпочтение. Интересно отметить, что пациенты в маниакальном состоянии также оценивают этот юмор как более смешной [6], что согласуется с клиническими представлениями о том, что мания представляет собой обратную сторону депрессии.

Исследование способности к генерированию юмора [18] (использовалась авторская методика «Остроумное завершение») у пациентов с диагнозом «дистимия» показало, что она коррелирует с такими личностными характеристиками, как экстраверсия, доминирование, поиск впечатлений, любознательность, соперничество, эмоциональная устойчивость, расслабленность, пластичность. Особый интерес представляют данные о том, что способность к генерированию юмора у пациентов с дистимией растет по мере снижения понимания эмоций — как своих, так и чужих (оценивались с помощью Опросника эмоционального интеллекта «Эмин»), а также прямо связано с такой личностной характеристикой, как обособленность. Учитывая коммуникативную направленность юмора, эти результаты выглядят противоречиво. Авторы

предлагают следующее объяснение: депрессия характеризуется сверхсерьезным отношением к жизненным трудностям и проблемам. При меньшей же фиксации на негативных эмоциях, а также по мере роста обособленности, пациенты способны дистанцироваться от этих трудностей, тем самым получая доступ к юмористическому взгляду на жизнь. Для пациентов с циклотимией в гипоманиакальной фазе также характерна обратная связь способности к генерированию юмора с пониманием эмоций, как своих, так и чужих.

При депрессивном синдроме, как и при других психических расстройствах, отмечается повышенный уровень гелотофобии (патологический страх насмешек). Вероятно, гелотофобия при депрессии развивается вторично — становится следствием стигматизации психических расстройств в обществе. При этом уровень гелотофилии (склонности выглядеть смешным) и катагеластиицизма (склонности к высмеиванию окружающих) при депрессии, наоборот, снижается [10]. Это указывает на то, что больные депрессией менее склонны вовлекаться в юмористические социальные взаимодействия, что, вероятно, может быть связано все с той же чрезмерной фиксацией на своих и чужих эмоциональных состояниях и сверхсерьезным отношением к жизненным трудностям.

Юмор как стратегия эмоциональной регуляции

Многие отечественные и зарубежные исследования [12; 50] указывают на то, что юмор является важным механизмом эмоциональной регуляции. Это становится особенно актуальным в случае аффективных расстройств. Отмечается, что депрессивные пациенты даже в стадии ремиссии выстраивают существенно меньшую ментальную дистанцию по отношению к неблагоприятным обстоятельствам в сравнении с условно здоровой группой [49], что отражается в снижении эмоционального компонента понимания юмора [8]; также специалисты указывают на обратную связь выраженности депрессии и использования юмора как копинг-стратегии [27; 38].

Способность юмора влиять на эмоциональные состояния и являться важным элементом совладающего поведения при депрессии обеспечивается следующими его характеристиками: 1) юмор служит сильным источником положительных эмоций и тем самым способен, как минимум, частично нивелировать затяжные негативные аффекты, лежащие в основе депрессивных состояний [30]; 2) юмор способствует развитию креативного мышления, что может оказывать благотворное влияние на когнитивные симптомы депрессии [9]; 3) не менее важной особенностью юмора является его «надситуативный» характер, способность вы-

страивать дистанцию между человеком и неблагоприятными жизненными обстоятельствами [3; 46].

В недавнем исследовании стратегий эмоциональной регуляции [23] пациентам в ремиссии после депрессивного эпизода были предложены фотографии различных трагических событий (ДТП, военные сцены, болезни и т. д.) с инструкцией оценить уровень негативных, позитивных эмоций, а также эмоциональной дистанции, которую они чувствуют по отношению к изображенному на экране. На втором этапе испытуемые оценивали те же фотографии, предварительно написав один из комментариев, соответствующих трем стратегиям эмоциональной регуляции: юмористическая переоценка (придумать шутку, необязательно объективно смешную), позитивная переоценка (реконструировать ситуацию как неопасную или имеющую положительные следствия) и спонтанная эмоциональная регуляция (просто описать происходящее). Дополнительно оценивалась сложность формулирования того или иного комментария («Как много усилий Вы приложили, придумывая комментарий?»).

Результаты показали, что юмористическая переоценка и позитивная переоценка одинаково эффективны в отношении снижения негативных, повышения позитивных эмоций и увеличения ментальной дистанции с неблагоприятными событиями. Авторы объясняют это тем, что обе стратегии основаны на схожих принципах: когнитивное реструктурирование и выплеск положительных эмоций. Эффективность спонтанной эмоциональной регуляции оказалась меньшей. Что касается сложности, то юмор оказался самой трудно реализуемой стратегией. Это может быть объяснено спецификой стимульного материала (участникам предлагалось шутить о событиях, над которыми традиционно не принято смеяться). Важно, что неспособность респондента придумать шутку не приводила к явной фрустрации (результаты в этом случае были сопоставимы со спонтанной эмоциональной регуляцией) [23].

Иные результаты были получены в другом исследовании, построенном схожим образом, но проведенном на выборке условно здоровых студентов [46]. Юмористическая переоценка неблагоприятных событий (использовались изображения болезней, ранений, авиакатастроф и т. д.) оказалась эффективнее позитивной переоценки, как в повышении уровня позитивных эмоций, так и в снижении негативных. Подобные расхождения результатов с клиническим исследованием [23], вероятно, могут объясняться тем, что аффективные и когнитивные нарушения чувства юмора при клиническом уровне депрессии, отмеченные выше, вносят свои коррективы в эффективность стратегий эмоциональной регуляции. Что касается сложности применения юмора, то и здесь данные указывают на то, что эта стратегия более трудна, чем позитивная переоценка. Сопоставление результатов двух вышеприведенных исследова-

ний может служить объяснением, почему по мере утяжеления депрессивной симптоматики использование юмора как копинг-механизма снижается [27; 38]: если в группе условной нормы трудность обращения к юмору как инструменту эмоциональной регуляции компенсируется его большей эффективностью, то в группе клинической депрессии подобной компенсации, по всей видимости, не происходит.

При депрессии не только снижается способность использовать со-владающий эффект юмора, но и само содержание юмористической переоценки приобретает определенную специфику. В исследовании [45], проведенном на условно здоровой выборке, респондентам предлагалось придумать несколько юмористических комментариев на предъявляемые описания типичных стрессовых ситуаций (например, «Поздно вечером в офисе работаете Вы один. Вы сидите за столом, и вдруг свет на этаже гаснет»). Качественная оценка ответов показала, что респондентам с признаками депрессии (оценивались психометрически) свойственно выстраивание шуток на базе сравнительного подхода («могло быть и хуже») и сохранение фиксации на негативных событиях, в то время как респонденты без таковых больше внимания уделяют позитивным ситуационным факторам (например, окружение, достижения предшествующего дня и т. д.). Это согласуется с данными о том, что для депрессии характерно смещение внимания в сторону негативных стимулов, что, в свою очередь, поддерживает сниженное настроение и может усугубить депрессивное состояние в целом [24]. Однако приписывать аналогичный усугубляющий депрессию эффект негативным смещениям, реализуемым в юмористическом контексте, представляется недостаточно обоснованным вследствие способности юмора в целом оказывать положительное влияние на депрессивную симптоматику.

При маниакальном и гипоманиакальном состояниях, наоборот, характерно смещение внимания в сторону позитивных стимулов [33; 40]. По всей видимости, отчасти оно реализуется через усиление юмора и смеховой реакции: с помощью шуток человек, с одной стороны, выстраивает чрезмерную дистанцию по отношению к негативным стимулам и переживаниям, блокируя их, с другой — стимулирует позитивные. Данное предположение требует эмпирического подтверждения.

Юмор депрессивной тематики

Фиксация внимания на негативных стимулах как характерная черта юмора лиц с депрессией находит отражение в особой популярности юмора депрессивной тематики среди этой группы населения [15; 19; 20; 31; 36]. Исследование, проведенное с помощью мониторинга движения

глаз, показало, что участники с признаками депрессии (оценивались психометрически) быстрее ориентировались и лучше удерживали внимание при просмотре депрессивных юмористических мемов (затрагивающих такие темы, как одиночество, суицид, гиперсомния и т. д.) в сравнении с мемами нейтральными (юмористические мемы общей тематики, не связанные с депрессией) [20].

В другом исследовании [19] респондентам предъявлялись юмористические мемы, половина из которых затрагивали тему депрессии, с инструкцией оценить, насколько они позитивны; забавны; релевантны личному опыту и переживаниям («relatability»); можно ли ими поделиться с окружающими; могут ли они улучшить настроение человека с депрессией. Результаты показали, что депрессия (оценивалась психометрически) взаимосвязана с более высокими оценками депрессивных мемов по всем параметрам за исключением одного — позитивность. Из этого авторы делают вывод о том, что подобные мемы действительно могут оказывать благотворное влияние на психическое состояние интернет-пользователей в депрессивном состоянии, становясь средством выражения негативных переживаний и создавая чувство общности с людьми, испытывающими аналогичные трудности. Отсутствие корреляции с оценкой позитивности указывает на отсутствие искажения в узнавании негативного стимула. Важно, что обнаруженные взаимосвязи были опосредованы снижением способности применять адаптивные стратегии эмоциональной регуляции, что может указывать на то, что депрессивные мемы начинают функционировать как копинг-механизм в тот момент, когда альтернативные способы регуляции «дают сбой». Отечественные исследователи [15] также указывают на то, что просмотр подобных мемов может обладать совладающим потенциалом, однако подчеркивают его краткосрочность и непродуктивность.

Интересно отметить, что при ответе на последний вопрос о том, насколько мемы могут улучшить настроение человека с депрессией, респонденты с признаками депрессии опирались на саморефлексию («Как я себя буду чувствовать? Другие вероятно будут чувствовать себя так же»), в то время как респонденты из контрольной группы задавались вопросом «Как будет чувствовать себя мой друг с депрессией?». Второй тип рассуждений приводил к более низкой оценке депрессивных мемов. Это может говорить о том, что функционирование депрессивного юмора в различных коммуникативных ситуациях варьирует. В случае симметричной коммуникации, где оба участника переживали депрессивное состояние на личном опыте, на первый план выступает его поддерживающий и улучшающий настроение потенциал. В других ситуациях (один или оба участника не имеют личного опыта депрессивного состояния) может проявляться стигматизирующий потенциал подобных шуток [42];

44]. Возникает вопрос: деля репост или направляя депрессивный мем в личных сообщениях, интернет-пользователь смеется вместе с человеком, страдающим от депрессии, или над ним? На наш взгляд, изучение функционирования мемов в различных коммуникативных ситуациях представляет значительный интерес для данной области исследований.

Выводы о способности мемов, затрагивающих тему депрессии и других психических расстройств, оказывать благотворное влияние на интернет-пользователей со сниженным настроением и тревогой звучат и в других исследованиях [26; 31; 36], в связи с чем специалисты все чаще задаются вопросом о том, каким образом они могут быть вписаны в устоявшийся в психологии стилевой подход, разделяющий юмор на позитивный (самоподдерживающий и аффилиативный стили) и негативный (самоуничижительный и агрессивный стили) [35; 41].

К. Gardner et al. [31], полемизируя о том, всегда ли депрессивный юмор функционирует в рамках самоуничижительного стиля, предлагают выделить особую категории шуток, которые отражают не столько самоуничижение, сколько самоиронию и принятие себя.

Альтернативный подход предлагают А. Branicka et al. [23], отмечая, что именно «негативный» юмор может оказывать более благотворное влияние на лиц с депрессивной симптоматикой в сравнении с юмором «позитивным», тем самым ставя под сомнение его понимание как нежелательного. Причем это касается как юмора депрессивного, так и агрессивного. Авторы предполагают, что враждебные шутки могут смягчать аутоагрессивные импульсы депрессивных пациентов, перенаправляя негативные переживания вовне в относительно безопасной форме. На необходимость основательного пересмотра устоявшейся в психологии юмора дихотомической стилевой модели указывают и другие работы, в которых отмечается, что именно негативный, а также черный юмор могут становиться важной копинг-стратегией в ситуациях острого или хронического стресса [11; 16; 29], поскольку позволяют представить объект страха как нечто тривиальное, с чем можно играть и шутить [2].

Осмысление депрессивного юмора в рамках стилевого подхода возможно и в другом направлении, допускающем, что депрессивная шутка может быть использована и как инструмент поддержки в отношении себя и других, и как инструмент высмеивания человека в депрессии или самостигматизации — подобные функциональные различия могут определяться как особенностями индивидуального восприятия и коммуникативной ситуации, так и спецификой юмористического нарратива. В частности, обращают на себя внимание политематичность ряда шуток о депрессии и смысловые смещения в кульминации: «Депрессия — это когда просмотр порнофильма заканчивается размышлением о тяжелой судьбе героини» (совмещение сексуальной и депрессивной тематик);

«И весенняя депрессия превращается... Превращается депрессия... В элегантный весенний запой» (алкогольная и депрессивная темы); «Тлен и безысходность: купила таблетки для поднятия настроения, а меня от них тошнит» (усиление негативных переживаний в кульминации); «Депрессия — психическое расстройство, характеризующееся систематическим удалением своего профиля из соцсетей. На один день»¹ (ослабление негативных переживаний в кульминации).

Можно предположить, что дополнительные темы позволяют находить точки пересечения с разными людьми. Совместный смех повышает эмоциональную близость и групповую сплоченность при том, что в реальности участники коммуникации могут смеяться над разными аспектами шутки. Политематический депрессивный юмор может служить инструментом безопасного обсуждения депрессии с различными собеседниками без риска быть отвергнутыми по причине стигматизации этой темы — напротив, подобные шутки позволяют испытать совместное удовольствие от юмора и чувство принятия. Влияние политематичности и смысловых смещений в кульминации на стилевую принадлежность депрессивного юмора требует эмпирического подтверждения.

Таким образом, несмотря на то, что вопрос теоретической концептуализации депрессивного юмора продолжает оставаться нерешенным, опираясь на данные современных исследований, можно утверждать, что его оценка как явления исключительно негативного необоснованна.

Улыбающаяся депрессия

Особый интерес в изучении юмора в контексте аффективных расстройств представляет так называемая «улыбающаяся депрессия» [1; 4; 13; 22]. На настоящий момент специалисты рассматривают ее как разновидность атипичной депрессии, в рамках которой сниженное настроение сопровождается юмором и улыбкой. Интерес к этому явлению во многом вызван широким резонансом вокруг суицидов известных личностей (комедианты Робин Уильямс, Ричард Джени, солист музыкальной группы Linkin Park Честер Беннингтон), при жизни снискавших себе репутацию людей веселых и жизнерадостных. Причем обращает на себя внимание обилие статей, затрагивающих тему улыбающейся депрессии в популярной прессе [см., например: 17], на фоне относительно небольшого количества научных исследований, посвященных этому вопросу.

¹ В качестве иллюстрации были использованы анекдоты с портала Рунета «Анекдотов Стрит».

В работах последних лет [13; 22] улыбка в рамках этой формы атипичной депрессии объясняется как «маска», способ держать лицо на публике и скрывать тяжелые внутренние переживания. Однако В.М. Блейхер и И.В. Крук в своем определении улыбающейся депрессии указывают на «...скорбную улыбку в сочетании с горькой иронией по отношению к своему состоянию» [1, с. 182]. Опираясь на определение, можно предположить, что значение улыбки здесь может быть более комплексным: с одной стороны, сообщение окружающим о своих внутренних переживаниях (на что указывает характеристика «скорбная» в ее описании), с другой — все та же «маска», т. е. занижение степени выраженности этих переживаний, попытка представить проблему как менее серьезную, чем она есть на самом деле.

Среди факторов риска улыбающейся депрессии специалисты [22] выделяют характерные для многих социумов культурно обусловленные запреты на переживание грусти, высокий уровень стигматизации депрессии, а также активное развитие социальных сетей, в которых пользователи склонны выставлять картинку скорее идеального, нежели реального себя. Отмечается, что атипичные проявления депрессии при данном состоянии значительно усложняют диагностику и своевременное оказание помощи, что может приводить к утяжелению симптоматики вплоть до появления суицидальных мыслей.

Исследований, посвященных изучению изменений юмора, сопутствующих улыбающейся депрессии, на настоящий момент обнаружить не удалось. По всей видимости, снижения смеховой реакции и улыбки, характерного для депрессивных состояний, здесь не наблюдается, однако остается под вопросом, насколько юмор продолжает сохранять свою способность регулировать эмоциональные состояния и функционировать как копинг-стратегия. Обращает на себя внимание парадоксальность самой концепции «улыбающейся депрессии»: данные исследований указывают на то, что даже искусственно вызванная улыбка (участникам эксперимента предлагалось держать между зубами палочку для еды, параллельно поднимая уголки губ вверх) может улучшать настроение лиц в субдепрессивном состоянии [39], а манипуляции лицевой мускулатурой, способные вызвать положительные изменения психоэмоционального состояния, рассматриваются как перспективное направление терапии депрессии [25].

Исходя из понимания улыбки в рамках улыбающейся депрессии как «маски», можно предположить, что ключевым критерием дифференциальной диагностики данного состояния и мании, а также гипомании, является доступность сознанию негативных переживаний. Если в случае улыбающейся депрессии улыбка служит для пациента способом их сокрытия от окружающих или, по крайней мере, занижения их значимо-

сти, то в случае мании шутки и смех функционируют скорее как компоненты маниакальных защит [32], направленных на самостимуляцию и сокрытие депрессивных переживаний от самого себя.

Ограничения и перспективы исследования

Основное ограничение настоящего теоретического исследования состоит в недостатке клинических исследований, посвященных изменениям юмора при аффективных расстройствах. Вследствие этого часть выдвинутых предположений базируется на данных, полученных психометрически на выборках лиц, не имеющих психиатрического диагноза, и требует клинического подтверждения. Наиболее перспективными представляются исследования юмора депрессивной тематики, так как единое мнение относительно его влияния на депрессивную симптоматику на сегодняшний день продолжает отсутствовать.

Выводы

1. Приведенный обзор исследований позволяет сформулировать три теоретических подхода к пониманию изменения чувства юмора при аффективных расстройствах: «дефицит», «патологическая защита» и «маска».

2. Модель «дефицита» характеризует изменения чувства юмора, сопровождающие депрессивный синдром, среди которых на первый план выступают снижение аффективной реакции на шутку и выраженности смеховой активности, меньшая склонность вовлекаться в юмористическое взаимодействие с окружающими и обращаться к юмору как копинг-стратегии. При этом компенсаторно развивается повышенный интерес к юмору депрессивной тематики, который обуславливается смещением внимания в сторону негативных стимулов.

3. Модель «патологической защиты» отражает изменения чувства юмора при маниакальных состояниях. Повышение смеховой реакции и неумеренность в шутках здесь представляют собой компоненты маниакальных защит, препятствующих переживанию негативных эмоций. Предпочтение цинично-пессимистического юмора, отмечаемое при мании, по всей видимости, отражает то, что депрессивные переживания продолжают оставаться доступными, пусть и в искаженном, редуцированном виде.

4. Значение улыбки в рамках улыбающейся депрессии может быть охарактеризовано как «маска», т. е. основной ее целью становится занижение значимости или полное сокрытие своих внутренних переживаний от окружающих.

Заключение

Понимание изменений юмора при аффективных расстройствах, а также его влияния на психопатологическую симптоматику может внести важный вклад в усовершенствование существующих и разработку новых программ психосоциальной терапии населения, базирующихся на юмористических интервенциях. Однако важно отметить, что юмор является неотъемлемым компонентом межличностной коммуникации, и представить себе психотерапевтическое взаимодействие, в котором бы полностью отсутствовали шутки, ироничные замечания или, как минимум, улыбка, довольно трудно. Поэтому знания о специфике чувства юмора при психопатологии могут быть полезны не только для психологов, фокусирующихся на лечебном воздействии шуток и смеха, но и для любого специалиста-практика в области психического здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Блейхер В.М., Крук И.В.* Толковый словарь психиатрических терминов. Воронеж: Модэк, 1995. 640 с.
2. *Бороденко М.В.* Два лица Юнуса-смеха: учеб. пособие. Ростов н/Д: РИО АО «Цветная печать», 1995. 86 с.
3. *Дедов Н.П.* Диагностирующая и регулирующая роль юмора в экстремальных условиях: дис. канд. психол. наук: 19.00.01. М., 2000. 224 с.
4. *Домбровская И.С.* Юмор в контексте психологической практики // Консультативная психология и психотерапия. 2011. Том 19. № 1. С. 95—108.
5. *Жданова Д.Е., Кадыров Р.В.* Суицидально-депрессивный юмор как механизм психологической защиты у подростков // Вопросы устойчивого развития общества. 2022. № 7. С. 406—414.
6. *Иванова Е.М., Ениколопов С.Н.* Психопатология и чувство юмора // Современная терапия психических расстройств. 2009. № 1. С. 19—24.
7. *Иванова Е.М., Ениколопов С.Н., Митина О.В.* Нарушения чувства юмора при шизофрении и аффективных расстройствах // Вопросы психологии. 2008. № 1. С. 45—57.
8. *Иванова Е.М., Образцова В.С., Грабовая Е.В., Шербакова О.В.* Особенности понимания юмора при психических заболеваниях: качественный анализ // Вопросы психологии. 2018. № 6. С. 77—87.
9. *Коровкин С.Ю., Никифорова О.С.* Когнитивные и аффективные механизмы юмористической фасилитации решения творческих задач [Электронный ресурс] // Экспериментальная психология. 2014. Том 7. № 4. С. 37—51. URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2014_n4/exppsy_2014_n4_72899.pdf (дата обращения: 03.10.2023).
10. *Любавская А.А., Олейчик И.В., Иванова Е.М.* Особенности гелотофобии, гелотофилии и катагеластизма у пациентов с депрессивным синдромом // Клиническая и специальная психология. 2018. Том 7. № 3. С. 119—134.

11. Мусийчук М.В. Когнитивно-аффективные основания черного юмора как эффективная профилактика кризисных состояний // Академический журнал Западной Сибири. 2014. Том 10. № 1(50). С. 30—37.
12. Мусийчук М.В., Мусийчук С.В. Юмор как эффективная стратегия совладания на самоизоляции в период пандемии коронавируса // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Том 8. № 5. С. 35.
13. Сосунова Н.А. Депрессия: найти и обезвредить [Электронный ресурс] // Здравоохранение Югры: опыт и инновации. 2015. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/depressiya-naйти-i-obezvredit> (дата обращения: 03.10.2023).
14. Умярова Р.С. Смехотерапия // Консультативная психология и психотерапия. 2008. Том 16. № 1. С. 137—143.
15. Файнтух Е.Д., Холмогорова А.Б. Коммуникация на тему депрессии в Интернете — фактор психопатологии или ресурс для психотерапии? // Современная терапия психических расстройств. 2021. № 1. С. 44—54.
16. Цветков А.В. Черный юмор против терроризма. М.: Спутник+, 2007. 43 с.
17. Что такое «улыбающаяся депрессия» и как мы можем помочь близкому человеку с ней справиться [Электронный ресурс] // Психология, AdMe. 2020. URL: <https://adme.media/svoboda-psihtologiya/chto-takoe-ulybayuschayasya-depressiya-i-kak-my-mozhem-pomoch-blizkomu-cheloveku-snej-spravitnya-222265> (дата обращения: 03.10.2023).
18. Шпортун О.Н., Матохнюк Л.А. Смысловая специфика и психологические закономерности функционирования юмора при различных видах психической патологии // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2020. Том 11. № 4. С. 687—707. DOI:10.34883/PI.2020.11.4.003
19. Akram U., Drabble J., Cau G. et al. Exploratory study on the role of emotion regulation in perceived valence, humour, and beneficial use of depressive internet memes in depression // Scientific Reports. 2020. Vol. 10. Art. 899.
20. Akram, U., Ellis, J.G., Cau, G. et al. Eye tracking and attentional bias for depressive internet memes in depression // Exp Brain Res. 2021. Vol. 239. P. 575—581. DOI:10.1007/s00221-020-06001-8
21. Ayisire O.E., Babalola F., Aladum B. et al. (, 2022) A Comprehensive Review on the Effects of Humor in Patients With Depression // Cureus. 2022. Vol. 14. № 9. P. e29263. DOI:10.7759/cureus.29263
22. Bhattacharya S. et al. «Smiling depression» (an emerging threat): Let's Talk // Indian Journal of Community Health. 2019. Vol. 31. № 4. P. 433—436.
23. Braniecka A., Hanć M., Wolkowicz I. et al. Is it worth turning a trigger into a joke? Humor as an emotion regulation strategy in remitted depression // Brain Behav. 2019. Vol. 9. №. 2. P. e01213. DOI:10.1002/brb3.1213
24. Clasen P.C., Wells T.T., Ellis A.J., Beevers C.G. Attentional biases and the persistence of sad mood in major depressive disorder // Journal of Abnormal Psychology. 2013. Vol. 122. № 1. P. 74—85. DOI:10.1037/a0029211
25. Demchenko I., Desai N., Iwasa S.N. et al. Manipulating facial musculature with functional electrical stimulation as an intervention for major depressive disorder: a focused search of literature for a proposal // J. Neuroeng. Rehabil. 2023. Vol. 20. № 1. P. 64. DOI:10.1186/s12984-023-01187-8

26. *Drury C.* The function of internet memes in helping EMS providers cope with stress and burnout [Электронный ресурс] // Undergraduate. Honors Theses. 2019. 41 p. URL: <https://dc.etsu.edu/honors/499> (дата обращения: 03.10.2023).
27. *Falkenberg I., Jarmuzek J., Bartels M., Wild B.* Do depressed patients lose their sense of humor? // *Psychopathology*. 2011. Vol. 4. № 2. P. 98—105.
28. *Forabosco G.* The ill side of humor: Pathological conditions and sense of humor // *The Sense of Humor: Explorations of a Personality Characteristic* / edited by W. Ruch. Berlin. Boston: De Gruyter Mouton, 1998. P. 271—292. DOI:10.1515/9783110804607-013
29. *Francis L.E., Monahan K., Berger C.* A laughing matter? The uses of humor in medical interactions // *Motivation and Emotion*. 1999. Vol. 23. № 2. P. 155—174. DOI:10.1023/A:1021381129517
30. *Fredrickson B.L., Mancuso R.A., Branigan C., Tugade M.M.* The unDOIng effect of positive emotions // *Motivation and Emotion*. 2000. Vol. 24. № 4. P. 237—258. DOI:10.1023/A:1010796329158
31. *Gardner K., Jabs N.—M., Drabble J., Akram U.* Humour Styles Influence the Perception of Depression-Related Internet Memes in Depression // *Humor: International Journal of Humor Research*. 2021. Vol. 34. № 4. P. 497—517. DOI:10.1515/HUMOR-2021-0045
32. *Grotstein J.S.* Humor and its relationship to the unconscious // *Humor and Psyche* / Ed. J.W. Barron. Routledge, 2013. P. 69—86.
33. *Gruber J. et al.* Associations between hypomania proneness and attentional bias to happy, but not angry or fearful, faces in emerging adults // *Cognition and Emotion*. 2021. Vol. 35. № 1. P. 207—213.
34. *Haig R.A.* The anatomy of humor: Biopsychosocial and therapeutic perspectives. Springfield, IL: Thomas, 1988. 202 p.
35. *Jiang F., Lu S., Jiang T., Jia H.* Does the Relation Between Humor Styles and Subjective Well—Being Vary Across Culture and Age? A Meta-Analysis // *Front Psychol*. 2020. Vol. 11. P. 2213. DOI:10.3389/fpsyg.2020.02213
36. *Kariko A.A.T., Anasih N.* 2019 Laughing at one’s self: A study of self-reflective internet memes // *J. Phys.: Conf. Ser.* 2019. Vol. 1175. P.012250. DOI:10.1088/1742-6596/1175/1/012250
37. *Kendler K.S.* The genealogy of the clinical syndrome of mania: signs and symptoms described in psychiatric texts from 1880 to 1900 // *Psychological Medicine*. 2018. Vol. 48. P. 1573—1591.
38. *Lau C., Chiesi F., Saklofske D.* The temperamental basis of humor and using humor under stress in depression: a moderated mediation model // *HUMOR*. 2022. Vol. 35. P. 239—251. DOI:10.1515/humor-2021-0115
39. *Lin W., Hu J., Gong Y.* Is it helpful for individuals with minor depression to keep smiling? An event-related potentials analysis // *Social Behavior and Personality: An international journal*. 2015. Vol. 43. № 3. P. 383—396.
40. *Liu Y.H. et al.* A study on attentional bias and response inhibition of facial expressions in manic patients: evidence from eye movement // *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*. 2019. Vol. 23. № 3. P. 164—170.
41. *Martin R.A., Puhlik-Doris P., Larsen G., Gray J., Weir K.* Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the

- Humor Styles Questionnaire // Journal of Research in Personality. 2003. Vol. 37. P. 48—75. DOI:10.1016/S0092-6566(02)00534-2
42. Masoomi M. et al. Stigma as a barrier to suicide prevention efforts in Iran // Frontiers in public health. 2023. Vol. 10. P. 1026451.
43. Moitra M., Santomauro D., Collins P.Y., Vos T., Whiteford H., Saxena S., Ferrari A.J. The global gap in treatment coverage for major depressive disorder in 84 countries from 2000—2019: A systematic review and Bayesian meta-regression analysis // PLoS Med. 2022. Vol. 19. № 2. P. e1003901. DOI:10.1371/journal.pmed.1003901
44. Ofuebe J., Nweke P. et al. Social media use on the mental health of the undergraduate students with depression: sociological implication // Journal of Youth Studies. 2022. Vol. 4. P. 768—783.
45. Perchtold-Stefan C., Weiss E., Rominger C. et al. Humorous cognitive reappraisal: More benign humour and less «dark» humour is affiliated with more adaptive cognitive reappraisal strategies // PLOS ONE. 2019. Vol. 14. P. e0211618. DOI:10.1371/journal.pone.0211618
46. Samson A.C., Glassco A.L., Lee I.A., Gross J.J. Humorous coping and serious reappraisal: Short-term and longer-term effects // Europe's Journal of Psychology. 2014. Vol. 10. № 3. P. 571—581. DOI:10.5964/ejop.v10i3.730
47. Uekermann J., Channon S., Lehmkaemper C. et al. Executive function, mentalizing and humor in major depression // J. Int. Neuropsychol. Soc. 2008. Vol. 14. № 1. P. 55—62. DOI:10.1017/S1355617708080016
48. Wagner L., Ruch W. Trait cheerfulness, seriousness, and bad mood outperform personality traits of the five-factor model in explaining variance in humor behaviors and well-being among adolescents // Curr. Psychol. 2023. Vol. 42. P. 16344—16355. DOI:10.1007/s12144-020-00629-z
49. Watkins E., Teasdale J.D., Williams R.M. Decentering and distraction reduce overgeneral autobiographical memory in depression // Psychological Medicine. 2000. Vol. 30. P. 911—920.
50. Xiaofei W., Tingting G., Chao Z. et al. From «Aha!» to «Haha!» Using Humor to Cope with Negative Stimuli // Cerebral Cortex. 2021. Vol. 31. № 4. P. 2238—2250. DOI:10.1093/cercor/bhaa357

REFERENCES

1. Bleyher V.M., Kruk I.V. Tolkovyj slovar' psichiatricheskikh terminov [Dictionary of psychiatric terms]. Voronezh: Modjek, 1995. 640 p. (In Russ.).
2. Borodenko M.V. Dva litsa Yanusa-smekha [Two faces of Janus-laughter]: Tutorial. Rostov-on-Don: Tsvetnaya pechat', 1995. 86 p. (In Russ.).
3. Dedov N.P. Diagnostiruyushchaya i reguliruyushchaya rol' yumora v ehkstremal'nykh usloviyakh. Diss. kand. psikhol. nauk [The diagnostic and regulating role of humor in extreme conditions. PhD (Psychology) Dissertation]. Moscow, 2000. 224 p. (In Russ.).
4. Dombrovskaya I.S. Yumor v kontekste psikhologicheskoi praktiki [Humor in the context of psychological practice]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2011, vol. 19, № 1, pp. 95—108. URL: https://psyjournals.ru/en/journals/cpp/archive/2011_n1/36742 (Accessed 01.07.2023). (In Russ.).

5. Zhdanova D.E., Kadyrov R.V. Suicidal'no-depressivnyj yumor kak mehanizm psihologicheskoy zashchity u podrostkov [Suicide and depressive humor as a psychological defense mechanism among adolescents]. *Voprosy ustojchivogo razvitiya obshchestv = Issues of sustainable development of society (Russia)*, 2022, № 7, pp. 406—414. (In Russ.).
6. Ivanova E.M., Enikolopov S.N. Psikhopatologiya i chuvstvo yumora [Psychopathology and sense of humor]. *Sovremennaya terapiya psikhicheskikh rasstroystv = Current Therapy of Mental Disorders*, 2009, № 1, pp. 19—24. URL: <https://ctmd.psypharma.ru/index.php/ctmd/article/view/202> (Accessed 01.07.2023). (In Russ.).
7. Ivanova E.M., Enikolopov S.N., Mitina O.V. Narusheniya chuvstva yumora pri shizofrenii i affektivnykh rasstroystvakh [Analysis of dysfunctions of the sense of humor in schizophrenia and affective disorders]. *Voprosy psihologii = Questions of psychology (Russia)*, 2008, № 1, pp. 45—57. (In Russ.).
8. Ivanova E.M., Obraztsova V.S., Grabovaya E.V., Scherbakova O.V. Osobennosti ponimaniya yumora pri psihicheskikh zabolevaniyah: kachestvennyi analiz [Peculiarities of understanding humor in mental patients: A qualitative analysis]. *Voprosy psihologii = Questions of psychology (Russia)*, 2018, № 6, pp. 77—87. (In Russ.).
9. Korovkin S.Y., Nikiforova O.S. Kognitivnye i affektivnye mekhanizmy yumoristicheskoi fasilitatsii resheniya tvorcheskikh zadach [Cognitive and affective mechanisms of creative problems solving facilitation by humor]. *Ehksperimental'naya psihologiya = Experimental Psychology (Russia)*, 2014, vol. 7, № 4, pp. 37—51. URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2014_n4/exppsy_2014_n4_72899.pdf (Accessed 01.07.2023). (In Russ.).
10. Lyubavskaya A.A., Oleychik I.V., Ivanova E.M. Osobennosti gelotofobii, gelotofilii i katagelastitsizma u patientsov s depressivnym sindromom [Gelotophobia, gelotophiles and katagelasticians in patients with depression]. *Klinicheskaya i spetsialnaya psihologiya = Clinical psychology and special education (Russia)*, 2018, vol. 7, № 3, pp. 119—134. (In Russ.).
11. Musiychuk M.V. Kognitivno—affektivnye osnovaniya chernogo yumora kak effektivnaya profilaktika krizisnykh sostoyaniy [Cognitive-affective basis of black humor as an effective prevention of crisis situations]. *Akademicheskii zhurnal Zapadnoy Sibiri = Academic journal of West Siberia*, 2014, vol. 10, № 1 (50), pp. 30—37. (In Russ.).
12. Musiychuk M.V., Musiychuk S.V. Yumor kak effektivnaya strategiya sovladaniya na samoizolyatsii v period pandemii koronavirusa [Humor as an effective copying strategy for self-isolation during the coronavirus pandemic]. *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya = World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2020, vol. 8, № 5, p. 35. EDN VJNDXW. (In Russ.).
13. Sosunova N.A. Depressiya: nayti i obezvredit [Depression: finding and neutralizing]. *Zdravoohraneniye Ugray: opyt i innovatsii = Healthcare of Ugra: experience and innovations*, 2015, № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/depressiya-nayti-i-obezvredit> (Accessed 03.10.2023). (In Russ.).
14. Umjarova R.S. Smehoterapiya [Therapy though laughter]. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya = Consultative psychology and psychotherapy (Russia)*, 2008, vol. 16, № 1, pp. 137—143. (In Russ.).
15. Fajntuh E.D., Holmogorova A.B. Kommunikacija na temu depressii v Internetе — faktor psihopatologii ili resurs dlja psihoterapii? [Communication About Depression

- on the Internet – factor of Psychopathology or Resource for Psychotherapy?]. *Sovremennaja terapija psichicheskikh rasstrojstv = Modern therapy of mental disorders (Russia)*, 2021, №1, pp. 44–54. (In Russ.).
16. Tsvetkov A.V. Chernyi yumor protiv terrorizma [Dark humor against terrorism]. Moscow: Sputnik+, 2007. 43 p. (In Russ.).
 17. Cto takoe «ulybauschayasya depressiya» i kak my mozhem pomoch blizkomu cheloveku s ney spravitsya [What is “smiling depression” and how can we help a loved one cope with it] [Elektronnyi resurs]. *Psihologiya = Psychology, AdMe*, 2020. Available at: <https://adme.media/svoboda-psihologiya/chto-takoe-ulybayuschayasya-depressiya-i-kak-my-mozhem-pomoch-blizkomu-cheloveku-snej-spravitsya-2222265> (Accessed 03.10.2023). (In Russ.).
 18. Shportun O.N., Matohnyuk L.A. Smyslovaya specifika i psihologicheskie zakonomernosti funkcionirovaniya yumora pri razlichnyh vidah psichicheskoy patologii [Semantic specificity and psychological patterns of functioning of humor in different types of mental pathology]. *Psihiatriya, psihoterapiya i klinicheskaya psihologiya = Psychiatry, psychotherapy and clinical psychology (Russia)*, 2020, vol. 11, № 4, pp. 687–707. DOI:10.34883/PI.2020.11.4.003. (In Russ.).
 19. Akram U., Drabble J., Cau G., et al. Exploratory study on the role of emotion regulation in perceived valence, humour, and beneficial use of depressive internet memes in depression. *Scientific Reports*, 2020, vol. 10, art. 899.
 20. Akram U., Ellis J.G., Cau G., et al. Eye tracking and attentional bias for depressive internet memes in depression. *Exp. Brain. Res.*, 2021, vol. 239, pp. 575–581. DOI:10.1007/s00221-020-06001-8
 21. Ayisire O.E., Babalola F., Aladum B., et al. A Comprehensive Review on the Effects of Humor in Patients With Depression. *Cureus*, 2022, vol. 14, № 9, p. e29263. DOI:10.7759/cureus.29263
 22. Bhattacharya S., et al. «Smiling depression» (an emerging threat): Let’s Talk. *Indian Journal of Community Health*, 2019, vol. 31, № 4, pp. 433–436.
 23. Braniecka A., Hanć M., Wołkowicz I., et al. Is it worth turning a trigger into a joke? Humor as an emotion regulation strategy in remitted depression. *Brain Behav*, 2019, vol. 9, № 2, p. e01213. DOI:10.1002/brb3.1213
 24. Clasen P.C., Wells T.T., Ellis A.J., Beevers C.G. Attentional biases and the persistence of sad mood in major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 2013, vol. 122, № 1, pp. 74–85. DOI:10.1037/a0029211
 25. Demchenko I., Desai N., Iwasa S.N., et al. Manipulating facial musculature with functional electrical stimulation as an intervention for major depressive disorder: a focused search of literature for a proposal. *J. Neuroeng. Rehabil.*, 2023, vol. 20, № 1, p. 64. DOI:10.1186/s12984-023-01187-8
 26. Drury C. The function of internet memes in helping EMS providers cope with stress and burnout. *Undergraduate Honors Theses*, 2019, 41 p. URL: <https://dc.etsu.edu/honors/499> (Accessed 03.10.2023).
 27. Falkenberg I., Jarmuzek J., Bartels M., Wild B. Do depressed patients lose their sense of humor? *Psychopathology*, 2011, vol. 44, № 2, pp. 98–105.
 28. Forabosco G. The ill side of humor: Pathological conditions and sense of humor. In Ruch W. (ed.). *The Sense of Humor: Explorations of a Personality Characteristic*. Berlin, Boston: De Gruyter Mouton, 1998, pp. 271–292. DOI:10.1515/9783110804607-013

29. Francis L.E., Monahan K., Berger C. A laughing matter? The uses of humor in medical interactions. *Motivation and Emotion*, 1999, vol. 23, № 2, pp. 155—174. DOI:10.1023/A:1021381129517
30. Fredrickson B.L., Mancuso R.A., Branigan C., Tugade M.M. The unDOInG effect of positive emotions. *Motivation and Emotion*, 2000, vol. 24, № 4, pp. 237—258. DOI:10.1023/A:1010796329158
31. Gardner K., Jabs N.-M., Drabble J., Akram U. Humour Styles Influence the Perception of Depression-Related Internet Memes in Depression. *Humor: International Journal of Humor Research*, 2021. DOI:10.1515/HUMOR-2021-0045
32. Grotstein J.S. Humor and its relationship to the unconscious. *Humor and Psyche*, 2013, pp. 69—86.
33. Gruber J., et al. Associations between hypomania proneness and attentional bias to happy, but not angry or fearful, faces in emerging adults. *Cognition and Emotion*, 2021, vol. 35, № 1, pp. 207—213.
34. Haig R.A. The anatomy of humor: Biopsychosocial and therapeutic perspectives. Springfield, IL: Thomas, 1988. 202 p.
35. Jiang F., Lu S., Jiang T., Jia H. Does the Relation Between Humor Styles and Subjective Well-Being Vary Across Culture and Age? A Meta-Analysis. *Front Psychol.*, 2020, vol. 11, p. 2213. DOI:10.3389/fpsyg.2020.02213
36. Kariko A.A.T., Anasih N. Laughing at one's self: A study of self-reflective internet memes. *J. Phys.: Conf. Ser.*, 2019, vol. 1175, p.012250. DOI:10.1088/1742—6596/1175/1/012250
37. Kendler K.S. The genealogy of the clinical syndrome of mania: signs and symptoms described in psychiatric texts from 1880 to 1900. *Psychological Medicine*, 2018, vol. 48, pp. 1573—1591.
38. Lau C., Chiesi F., Saklofske D. The temperamental basis of humor and using humor under stress in depression: a moderated mediation model. *HUMOR*, 2022. vol. 35. pp. 239—251. DOI:10.1515/humor—2021—0115
39. Lin W., Hu J., Gong Y. Is it helpful for individuals with minor depression to keep smiling? An event-related potentials analysis. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 2015, vol. 43, № 3, pp. 383—396.
40. Liu Y.H., et al. A study on attentional bias and response inhibition of facial expressions in manic patients: evidence from eye movement. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 2019, vol. 23, № 3, pp. 164—170.
41. Martin R.A., Puhlik-Doris P., Larsen G., Gray J., Weir K. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 2003, vol. 37, pp. 48—75. DOI:10.1016/S0092—6566(02)00534—2
42. Masoomi M., et al. Stigma as a barrier to suicide prevention efforts in Iran. *Frontiers in public health*, 2023, vol. 10, p. 1026451.
43. Moitra M., Santomauro D., Collins P.Y., Vos T., Whiteford H., Saxena S., Ferrari A.J. The global gap in treatment coverage for major depressive disorder in 84 countries from 2000—2019: A systematic review and Bayesian meta-regression analysis. *PLoS Med*, 2022, vol. 19, № 2, p. e1003901. DOI:10.1371/journal.pmed.1003901
44. Ofuebe J., Nweke P., et al. Social media use on the mental health of the undergraduate students with depression: sociological implication. *Journal of Youth Studies*, 2022, vol. 4, pp. 768—783.

45. Perchtold-Stefan C., Weiss E., Rominger C., et al. Humorous cognitive reappraisal: More benign humour and less «dark» humour is affiliated with more adaptive cognitive reappraisal strategies. *PLOS ONE*, 2019, vol. 14, p. e0211618. DOI:10.1371/journal.pone.0211618
46. Samson A.C., Glassco A.L., Lee I.A., Gross J.J. Humorous coping and serious reappraisal: Short—term and longer-term effects. *Europe's Journal of Psychology*, 2014, vol. 10, № 3, pp. 571—581. DOI:10.5964/ejop.v10i3.730
47. Uekermann J., Channon S., Lehmkämpfer C., et al. Executive function, mentalizing and humor in major depression. *J. Int. Neuropsychol. Soc.*, 2008, vol. 14, № 1, pp. 55—62. DOI:10.1017/S1355617708080016
48. Wagner L., Ruch W. Trait cheerfulness, seriousness, and bad mood outperform personality traits of the five-factor model in explaining variance in humor behaviors and well-being among adolescents. *Curr. Psychol.*, 2023, vol. 42, pp. 16344—16355. DOI:10.1007/s12144-020-00629-z
49. Watkins E., Teasdale J.D., Williams R.M. Decentering and distraction reduce overgeneral autobiographical memory in depression. *Psychological Medicine*, 2000, vol. 30, pp. 911—920.
50. Xiaofei W., Tingting G., Chao Z., et al. From «Aha!» to «Haha!» Using Humor to Cope with Negative Stimuli. *Cerebral Cortex*, 2021, vol. 31, № 4, pp. 2238—2250. DOI:10.1093/cercor/bhaa357

Информация об авторах

Говоров Станислав Александрович, аспирант отдела медицинской психологии, Научный центр психического здоровья (ФГБНУ НЦПЗ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1799-9944>, e—mail: stsgovorov@hotmail.com

Иванова Елена Михайловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии, Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова (РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России); старший научный сотрудник, Научный центр психического здоровья (ФГБНУ НЦПЗ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3616-9444>, e-mail: ivalenka13@gmail.com

Information about the authors

Stanislav A. Govorov, PhD student, Department of Medical Psychology, Mental Health Research Center Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1799-9944>, e-mail: stsgovorov@hotmail.com

Elena M. Ivanova, PhD in Clinical Psychology, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Pirogov Russian National Research Medical University; Senior Researcher, Mental Health Research Center, Moscow Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3616-9444>, e-mail: ivalenka13@gmail.com

Получена 22.10.2023

Received 22.10.2023

Принята в печать 02.03.2024

Accepted 02.03.2024

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
EMPIRICAL STUDIES

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В ПРЕДПЕНСИОННОМ И ПЕНСИОННОМ ВОЗРАСТЕ: ЭФФЕКТЫ АКАДЕМИЧЕСКОГО ХОРОВОГО ПЕНИЯ

Т.А. МЕШКОВА

Московский государственный психолого-педагогический университет
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6018-5006>,
e-mail: meshkovata@mgppu.ru

Е.Г. БАКЛАНОВА

Государственный музыкально-педагогический институт имени
М.М. Ипполитова-Иванова (ФГБОУ ВО «ГМПИ имени
М.М. Ипполитова-Иванова»), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8043-2594>,
e-mail: el.baklanowa13@yandex.ru

Целью данного исследования являлось изучение уровня психологического благополучия лиц предпенсионного и пенсионного возраста, регулярно занимающихся академическим хоровым пением, и выявление дополнительных факторов, которые могут определять психологическое благополучие в связи с занятиями хоровым пением. **Материалы и методы.** Был проведен анализ высказываний участников двух академических хоров ветеранов г. Москвы о влиянии хорового пения на их физическое и психическое самочувствие. Было выполнено количественное сравнение хористов (46 человек 57—91 года; $M = 73,6 \pm 7,8$) с контрольной группой лиц того же возраста, но не занимающихся пением (56 человек 52—82 лет; $M = 67,1 \pm 6,8$), по показателям психологического и жизненного

благополучия. Использовались: 1) русскоязычная версия опросника психологического благополучия К. Рифф; 2) анкета, касающаяся социально-демографических сведений и удовлетворенности основными жизненными обстоятельствами; 3) анкета, касающаяся особенностей музыкальной и вокально-хоровой деятельности и их влияния на самочувствие хористов. **Результаты и выводы.** Развернутые высказывания хористов свидетельствуют о позитивном влиянии хорового пения на их физическое и психологическое самочувствие. Уровень психологического благополучия участников в значительной степени определяется благополучием важных жизненных обстоятельств. Занятия академическим хоровым пением обладают значимым эффектом в плане повышения психологического благополучия у участников только при условии высокого уровня благополучия основных жизненных обстоятельств. Длительность занятий в хоровом коллективе негативно коррелирует с уровнем психологического благополучия участников.

Ключевые слова: психологическое благополучие, жизненное благополучие, пенсионный возраст, пожилой возраст, старческий возраст, активное долголетие, хоровое пение, академический хор.

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в сборе данных руководителя Академического хора ветеранов войны и труда при Центре культуры и искусства «Меридиан», заслуженного работника культуры Российской Федерации Е.Ю. Ульянову, а также всех респондентов, принявших участие в анкетировании.

Для цитаты: Мешкова Т.А., Бакланова Е.Г. Психологическое благополучие в предпенсионном и пенсионном возрасте: эффекты академического хорового пения // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 79–102. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320104>

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE OLDER PEOPLE: THE EFFECTS OF ACADEMIC CHORAL SINGING

TATIANA A. MESHKOVA

Moscow State University of Psychology & Education

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6018-5006>,

e-mail: meshkovata@mgppu.ru

ELENA G. BAKLANOVA

Ippolitov-Ivanov State Musical and Pedagogical Institute, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8043-2594>,

e-mail: el.baklanowa13@yandex.ru

Aim. The purpose of this study was to investigate the level of psychological well-being of elderly and senile people who regularly engage in academic choral singing, and

to identify factors related to this. **Methods.** A qualitative analysis was carried out to analyze the statements of the participants of two Moscow academic choirs of elderly people about the influence of choral singing on their physical and mental well-being. A quantitative comparison was made between the two groups of participants — choir members (46 people 57-91 years old; $M=73,6\pm 7,8$), and a control group of people of the same age, but not involved in singing (56 people 52-82 years old; $M=67,1\pm 6,8$) — in terms of psychological and life well-being were conducted. The following measures were used: 1) the Russian version of the C. Ryff psychological well-being questionnaire, 2) a questionnaire regarding the socio-demographic information and the satisfaction with basic life circumstances, 3) a questionnaire (only for choristers) regarding the characteristics of musical and vocal-choral activity and their impact on the well-being of respondents. **Results.** The detailed statements of the choristers testify to the positive impact of choral singing on their physical and psychological well-being. The level of psychological well-being of elderly and senile people is largely determined by the well-being of important life circumstances. Engagement of elderly people in the academic choral singing has a significant effect in terms of increasing the psychological well-being of participants only if the level of well-being of the main life circumstances is high. The duration of engagement in the choir singing negatively correlates with the level of psychological well-being of the participants.

Keywords: psychological well-being, life well-being, elderly people, senile people, old age, active ageing, choral singing, academic choir.

Acknowledgements. The authors are grateful for assistance in data collection chorus artistic director E.Yu. Ul'yanova and all respondents.

For citation: Meshkova T.A., Baklanova E.G. Psychological Well-Being in the Older People: the Effects of Academic Choral Singing. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, no. 1, pp. 79—102. DOI:1 <https://doi.org/0.17759/cpp.20243230104> (In Russ.).

Введение

Понятие психологического благополучия сформировалось в рамках позитивной психологии. В частности, К. Рифф определила шесть основных компонентов, которые входят в структуру психологического благополучия: 1) обладание высокой автономией, способностью быть независимым; 2) управление окружающей средой (успешное овладение различными видами деятельности, способность добиваться желаемого, преодолевать трудности); 3) личностный рост (стремление развиваться, ощущение собственного прогресса и т. п.); 4) позитивные отношения с окружающими (умение сопереживать, способность быть открытым для общения и т. п.); 5) наличие цели в жизни (чувство осмысленности существования, ощущение ценности происходящего и т.п.); 6) самоприятие (позитивная самооценка себя и своей жизни в целом) [6].

Исследования психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте, проведенные в России и СНГ [2; 20], показали, что главными факторами, повышающими психологическое благополучие, являются профессиональная занятость и сохранение социальных коммуникаций. Работающие и социально активные пенсионеры отличаются более высоким уровнем психологического благополучия, лучшей социальной адаптацией и более низким уровнем депрессивности.

При прекращении трудовой деятельности важно найти другой вид активности, который мог бы компенсировать утрату социальных и психологических преимуществ, связанных с возможностью трудиться. Неслучайно во всем мире благополучное старение связывается с возможностью сохранения вовлеченности в активную деятельность. Получили распространение университеты «третьего возраста», различные кружки, клубы, объединения пожилых людей в соответствии с их интересами.

Понятие «активное долголетие» кладется в основу при разработке современных концепций и планировании исследований, касающихся социальной политики в отношении людей пожилого и старческого возраста. Согласно современным представлениям, к ключевым компонентам активного долголетия в России можно отнести здоровье, занятость (трудовая деятельность), социальные связи, досуг и увлечения, непрерывное образование и саморазвитие [5].

Большое значение придается различным видам досуговой деятельности. Можно ожидать, что любые виды коллективного досуга, особенно связанного с творческой активностью, будут весьма эффективны в плане компенсации таких негативных эффектов старости, как ощущение одиночества и невостребованности. Среди различных видов творческой деятельности пожилых людей во всем мире особое место занимает хоровое пение.

Исследования, проведенные за рубежом [10—13; 16—18; 22], свидетельствуют о благотворном влиянии хорового пения на здоровье и психологическое состояние представителей старшего поколения. Подобных исследований в нашей стране не проводилось, однако имеются данные о положительном влиянии на людей пожилого возраста совместного литературного творчества [7]. Также известно, что занятия академическим хоровым пением благотворно влияют на психоэмоциональное состояние и стрессоустойчивость студентов [4]. Имеются исследования, указывающие на благотворное влияние хорового пения на показатели когнитивного функционирования пожилых людей, включая память, речевую деятельность, исполнительные функции [14; 22].

Вполне очевидно, что социально-демографические переменные, такие как возраст, уровень образования, семейное положение, тесно связаны с физическим и психологическим качеством жизни. Однако

исследование, проведенное в Финляндии с применением метода «Случай-контроль» [16], показывает, что после того как эти переменные были учтены и уравнены, хористы демонстрировали значительно более высокие оценки качества жизни в физической, но не психологической, сфере по сравнению с контрольной группой.

Рандомизированные контролируемые исследования, в которых формируются две группы — экспериментальная, участвующая в программе вокально-хоровых занятий, и контрольная, которая остается в пределах своей повседневной активности, показывают, что пожилые люди заинтересованно включаются в хоровую программу, а после ее окончания стараются сохранить возможность продолжения занятий. Непосредственно после воздействия фиксируется значительное снижение уровней тревоги и депрессии и повышение показателей физического и ментального здоровья, причем некоторые эффекты сохраняются и спустя 3 месяца [13; 15].

Можно констатировать, что регулярные занятия хоровым пением способны улучшать физическое и психическое самочувствие людей преклонного возраста и значительно снижают у них показатели тревоги и депрессии.

Целью данного исследования является изучение уровня психологического благополучия лиц предпенсионного и пенсионного возраста, регулярно занимающихся академическим хоровым пением, и выявление дополнительных факторов, которые могут определять психологическое благополучие в связи с занятиями хоровым пением.

Мы предполагаем, что: 1) уровень психологического благополучия лиц пенсионного возраста должен быть положительно связан с занятиями хоровым пением и будет выше у участников хоровых коллективов, чем в контрольной группе; 2) будут иметь место эффекты взаимодействия занятий хоровым пением с другими факторами, определяющими жизненное благополучие¹ лиц пенсионного возраста.

Методы

Выборка и процедура исследования

Выборка. Исследование проведено в ноябре—декабре 2019 года в двух московских любительских академических хоровых коллективах, участниками которых являются пенсионеры.

¹ Под жизненным благополучием понимается совокупность важных жизненных обстоятельств, определяющих уровень здоровья, материальное благополучие, удовлетворенность трудом, семейной жизнью, и т. п.

1. Академический хор ветеранов войны и труда при Центре культуры и искусства «Меридиан» под руководством Е.Ю. Ульяновой — заслуженного работника культуры Российской Федерации. Хор был создан в 1987 году. В 2003 году хору было присвоено звание «Народный коллектив». С 2016 года хор носит звание «Московский городской творческий коллектив». Е.Ю. Ульянова руководит хором с момента создания.

2. Академический хор ветеранов при Московском государственном психолого-педагогическом университете (бывший Академический хор ветеранов МЭЛЗ²) под руководством Е.Г. Баклановой — заслуженной артистки Российской Федерации. Е.Г. Бакланова возглавила этот коллектив в 1978 году и вывела его в ряд ведущих любительских хоровых коллективов г. Москвы.

Статус хоров, их репертуар, время их создания, квалификация и опыт работы обоих руководителей весьма сходны, что позволяет рассматривать их участников как единую выборку.

Время, в течение которого хористы занимаются в своем хоровом коллективе, составляет от 0,5 года до 36 лет, в среднем $12,0 \pm 7,6$ лет.

Контрольная группа формировалась в основном из лиц пенсионного возраста, не занимающихся музыкой или пением, из числа ближайшего окружения авторов исследования.

Процедура исследования. Перед началом исследования с участниками была проведена беседа о целях, задачах и процедуре исследования. Все респонденты были предупреждены об абсолютной анонимности и добровольности и возможности отказаться от дальнейшего участия в любой момент.

Хористы, давшие согласие на участие в исследовании, перед началом очередной репетиции получили бланки анкет и имели возможность на месте ознакомиться и задать любые вопросы, после чего анкеты были отданы им для заполнения в домашней обстановке.

Участники контрольной группы заполняли те же опросники, кроме анкеты, связанной с музыкальной и хоровой деятельностью. 33 респондента получили бумажные бланки, остальные — те же бланки в виде Word-файлов через электронную почту.

Методики исследования

Для оценки психологического благополучия использовался опросник К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко [8]. Опросник содержит 84 высказывания, относящиеся к шести шкалам: «Автономия», «Управление средой», «Личностный рост», «Позитивные отношения с окружающими», «Наличие цели в жизни» и «Самопринятие». Каждое вы-

² Московский электроламповый завод.

сказывание требовало от респондента выбора из 6 вариантов ответа от «абсолютно не согласен» до «абсолютно согласен». Ответам приписывались баллы от 1 до 6. Подсчитывались суммарные баллы по каждой шкале и суммарный балл психологического благополучия с учетом обратных вопросов.

Также респондентов просили заполнить Анкету № 1, содержащую вопросы, касающиеся социально-демографических сведений, особенностей образа жизни, удовлетворенности трудовой деятельностью, личной жизнью, материальным положением, здоровьем, наличием друзей, детей, внуков, увлечений и др. Оценки ответов ранжировались по 2—3-балльной шкале. Например, оценкам состояния здоровья приписывались такие баллы: хорошее — 2 балла, удовлетворительное — 1 балл, плохое — 0 баллов.

Хористы дополнительно заполняли Анкету № 2, касающуюся особенностей их занятий в хоре и своих впечатлений от занятий хоровым пением в виде развернутых высказываний.

Статистическая обработка данных

Наблюдения с пропущенными данными удалялись. Для статистического анализа использовались параметрические и непараметрические методы: описательные статистики, корреляционный анализ Спирмена, t-критерий Стьюдента, критерий Манна—Уитни и двухфакторный дисперсионный анализ. Расчеты проводились в статистических программах Statsoft Statistica v10.0 и IBM SPSS Statistics, v.23.

Результаты

Социально-демографические характеристики целевой и контрольной групп

Возрастные характеристики и распределение участников по полу, возрастным группам, трудовой занятости и уровням образования представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 1

Возрастные характеристики выборки

	N	Возраст				
		M±SD	Min	Max	Sk	Ku
Хористы	46	73,6 ± 7,8	57	91	0,093	-0,546
Контроль	56	67,1 ± 6,8	52	82	-0,251	-0,316
Всего	102	70,0 ± 7,9	52	91	0,109	-0,118

Примечание: M — среднее, SD — стандартное отклонение, Min — минимум, Max — максимум Sk — асимметрия, Ku — эксцесс.

Таблица 2

Распределение участников по полу, возрасту³, трудовой занятости и уровням образования

	Возраст				Занятость		Образование		
	52—74 лет		75 и более лет		Работаю	На пенсии	Сред.	С/ спец.	Высш.
	Муж.	Жен.	Муж.	Жен.					
Хористы	3	25	5	13	4	42	2	7	35
Контроль	6	45	3	2	24	31	4	1	50
Всего	9	70	8	15	28	73	6	8	85

В обеих группах значительно больше женщин. Сравнение проводилось с помощью одновыборочного критерия согласия Хи-квадрат (для хористов: $\chi^2 = 19,56$, $df = 1$, $p = 0,0001$; для контрольной группы: $\chi^2 = 25,79$, $df = 1$, $p = 0,0001$).

Возрастные различия между участниками из хоровых коллективов и контрольной группы статистически достоверны по t-критерию Стьюдента ($t = 4,50$; $df = 100$; $p = 0,000$). Хористы в среднем старше представителей контрольной группы.

Сравнение относительных долей участников в зависимости от возрастной категории и занятости по критерию хи-квадрат Пирсона показало ряд значимых различий. В группе хористов на 4 работающих приходится 42 пенсионера, тогда как в контрольной группе соотношение работающих и пенсионеров составляет 24:31. ($\chi^2 = 15,26$; $df = 1$; $p = 0,0001$). Среди хористов больше участников старческого возраста ($\chi^2 = 13,19$; $df = 1$; $p = 0,0003$). Процент лиц с высшим образованием (79,5%) среди хористов несколько ниже, чем в контрольной группе (90,9%), но различия не достоверны.

Таким образом, целевая и контрольная группы относительно уравнены по уровню образования и гендерным характеристикам, но не уравнены по возрасту и трудовой занятости.

Характеристика высказываний хористов о влиянии занятий хоровым пением на их самочувствие

В Анкете № 2 содержалось пять открытых вопросов, на которые хористы отвечали в свободной форме. Ниже приведены примеры выска-

³ В связи с тем, что в группу участников до 75 лет входят представители двух возрастных категории (до 60 лет — средний возраст, 60—74 — пожилой возраст), было принято решение рассматривать их как единую группу лиц среднего и пожилого возраста в противоположность группе участников старческого возраста.

зываний, которые содержали существенную информацию и отражали личностное отношение участников к занятиям.

Что дают Вам репетиции? Опишите свои впечатления, чувства.

Дают заряд бодрости, улучшения настроения и общего самочувствия, положительные эмоции при исполнении музыки и проживании образа. Ощущение поддержки, плеча друга рядом. Удовольствие от работы с талантливым дирижером. Поддерживают жизненный тонус, дают знания в вокальном искусстве. Отдых души от повседневности, общение с людьми. Организуют, дисциплинируют, поднимают жизненный тонус. Прогоняют дурные мысли и чувства. Дыхательная гимнастика. Каждое занятие приводишь себя в порядок (одежда, макияж); ощущение подъема в настроении от встречи с хористами, руководителями. Я чувствую, что я в коллективе и у меня есть свое место и своя партия, и досуг, и концерты, и общение.

Что дают Вам выступления в концертах?

Понятно, что много волнения, но если все проходит удачно, то чувство подъема, вдохновения, приятное возбуждение. Чувство большого удовлетворения, радости от того, что мы тоже дарим людям радость. Сцена лечит, позволяет поделиться со зрителем своими эмоциями и чувствами, получить взамен их благодарную энергию и словесные комплименты. Мощный эмоциональный заряд. Могу разволноваться до бессонницы (!!!). Нравится, но с каждым годом все тяжелее и проблемнее [женщина, возраст 79 лет, поет в хоре около 20 лет]. Доносим до зрителей положительные эмоции — взаимные!!! Повышение самооценки. Особые впечатления, когда идет обмен энергией с залом. Нет соперничества, а стремление делать хорошо наше общее дело.

Как занятия пением влияют на Ваше самочувствие?

Пение не дает нам унывать. Уверенность в том, что я буду долго и счастливо жить. Обязуют стараться не заболеть, мобилизуют на выздоровление при заболевании. Помогают держать себя в нужном тоне, не раскисать, мобилизоваться. Помогают бороться с бронхиальной астмой. Отлично (и память, и мышление, и дикция, и дыхание...). Чувствуешь себя молодой и здоровой. Помогают забывать обо всех болезнях, сосредоточиваешься на музыке. Уходят плохие мысли, выравниваются дыхание и сердцебиение. Заряжаюсь энергией и творчеством.

Как занятия пением влияют на Ваши умственные способности (память, мышление и т.п.)?

Думаю, что поддерживаются в активном состоянии память, внимание, мышление и мн. др. Приходится учить много текстов, таким образом, мы тренируем память. Всегда добросовестно готовлюсь, память и мышление улучшаются. Концентрация внимания. Заучивание партий и текстов мобилизуют мозг. Надеюсь, помогают избежать слабоумия.

Улучшают как зрительную, так и слуховую память. Я был раньше преподавателем и сохраняю эти качества.

Влияют ли занятия пением на Вашу способность противостоять жизненным испытаниям?

Меньше тревоги по разным поводам, больше стрессоустойчивость. Помогают переносить неприятности. Помогают философски встречать их. Помогают держаться на плаву. Чувствуется, что жизненные силы есть и красивая жизнь продолжается. Уверенность в жизни, поддержка близких и друзей — как следствие. Все неприятности я выбрасываю по дороге на хор в мусорные урны! Чувствую, что не выброшена из жизни, а движусь вместе с ней и с хором.

Как видим, все высказывания хористов исключительно позитивны, лишь изредка упоминается ощущение усталости от участия в концертах.

Сравнительные характеристики психологического благополучия лиц предпенсионного и пенсионного возраста, занимающихся и не занимающихся хоровым пением

Поскольку целевая и контрольная группы отличались по возрасту и трудовой занятости, было проверено, не влияют ли данные факторы на уровень психологического благополучия. Для этого по t-критерию Стьюдента и по критерию Манна—Уитни во всей выборке было проведено сравнение групп работающих и неработающих участников по показателям психологического благополучия и подсчитаны коэффициенты ранговой корреляции с применением бутстреппинга между параметрами психологического благополучия и возрастом участников. Правомерность применения t-критерия Стьюдента обосновывается тем, что для всех показателей психологического благополучия значения асимметрии и эксцесса, а также критерии Колмогорова—Смирнова и Шапиро—Уилка удовлетворяли критериям нормальности.

Ни один из параметров не показал значимых различий между сравниваемыми группами, и не было получено значимых коэффициентов корреляции между показателями психологического благополучия и возрастом. Таким образом, факт наличия трудовой занятости и возраст оказались заметно не связанными с уровнем психологического благополучия. Соответственно, можно сравнивать целевую и контрольную группы, не уравнивая эти параметры, поскольку они не влияют значительно на показатели психологического благополучия.

На следующем этапе по всей группе участников с применением непараметрического критерия Краскела—Уоллиса был получен ряд статистически значимых различий в показателях психологического благополучия в зависимости от уровня удовлетворенности различными жизненными обстоятельствами, которые могут влиять на психологическое благополучие. Статистически значимые результаты приведены в табл. 3.

Таблица 3

**Статистически значимые значения критерия Краскела—Уоллиса
 для показателей психологического благополучия при разных уровнях
 удовлетворенности жизненными обстоятельствами**

Жизненные обстоятельства	Показатели психологического благополучия						
	Психологи- ческое благополучие	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели жизни	Самопринятие
Удовлетворенность трудом	19,08***	6,87*		26,45***		12,89**	22,56***
Удовлетворенность личной жизнью	24,17***	17,24***	,13,43**	33,09***		11,06**	15,09***
Здоровье	13,56**	9,99**		11,19**	5,72^		
Количество друзей	11,14**	29,10***	9,70**	7,28*		5,34^	
Количество детей	9,90*	12,28*		12,95**		8,10*	13,91**
Количество внуков	6,41^			12,33**		8,62*	6,64^
Качество питания	8,66*	5,27^		8,01*	11,41**	11,37**	7,58*
Качество сна	6,82*	9,66**		7,64*			
Физическая актив- ность	6,45*	7,88*			11,72**	8,06*	7,48*
Материальное бла- гополучие	5,47^			5,28^	6,10*		5,56^
Отсутствие тревоги	7,94*		5,19^	9,48**		6,11*	

Примечание: «^» — $p < 0,1$; «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.

Можно видеть, что уровень показателей психологического благополучия в той или иной степени оказывается связан с уровнем удовлетворенности многими жизненными обстоятельствами.

Далее было проведено сравнение показателей психологического благополучия по методике К. Рифф между целевой и контрольной группами. Поскольку для всех показателей психологического благополучия значения асимметрии и эксцесса, а также критерии Колмогорова—Смирнова и Шапиро—Уилка удовлетворяли критериям нормальности, было принято решение воспользоваться параметрическим критерием t Стьюдента (табл. 4).

Формально ни один результат не достигает уровня значимости $p = 0,05$, хотя все же можно считать, что средний показатель по шкале «Личностный рост» выше у хористов, и имеется тенденция к несколько более высоким оценкам у хористов такого показателя, как самопринятие ($p < 0,1$).

Таблица 4

Сравнение оценок психологического благополучия в целевой и контрольной группах

	Хористы	Контроль	t-критерий	p
	M ± SD	M ± SD		
Психологическое благополучие	337,8 ± 40,51	327,9 ± 36,58	1,30	0,198
Позитивные отношения	57,4 ± 8,51	58,0 ± 7,07	-0,34	0,733
Автономия	55,8 ± 7,86	57,6 ± 5,59	-1,27	0,206
Управление средой	58,2 ± 8,69	56,9 ± 8,04	0,75	0,456
Личностный рост	57,9 ± 8,51	54,3 ± 8,18	1,98	0,051
Цели в жизни	58,3 ± 7,71	55,8 ± 7,34	1,54	0,126
Самопринятие	55,5 ± 7,56	52,6 ± 8,04	1,73	0,086

Можно предположить, что с психологическим благополучием связаны многие жизненные обстоятельства, из которых пение в хоре — не самый главный фактор. Для того чтобы это проверить, были образованы три группы с разным суммарным уровнем благополучия жизненных обстоятельств.

Были просуммированы баллы, полученные респондентами по их ответам на Анкету № 1 по тем показателям, которые заметно связаны с уровнем психологического благополучия. В соответствии с границами 30-го и 70-го процентилей распределения суммарных баллов благополучия жизненных обстоятельств (см. Приложение) все респонденты были разделены на 3 группы: 26 человек с высоким уровнем (более 16 баллов), 27 человек с низким уровнем (менее 13 баллов) и 38 человек — со средним уровнем (13—16 баллов) психологического благополучия.

Затем с помощью двухфакторного дисперсионного анализа было проанализировано влияние фактора участия/неучастия в вокально-хоровой деятельности на все показатели психологического благополучия, включая показатели по шкалам, при разных уровнях жизненного благополучия — низком, среднем и высоком. Наблюдения с пропущенными данными удалялись.

Результаты двухфакторного дисперсионного анализа продемонстрировали высоко значимое влияние уровня благополучия важных жизненных обстоятельств на суммарный показатель психологического благополучия ($F = 24,04$; $df = 2$; $p = 0,000$), а также на все показатели по отдельным шкалам (при значениях F от 5,6 до 20,8 и значениях p от 0,006 до 0,00000; $df = 2$). Для суммарного показателя психологического благополучия выявлено наличие статистически достоверного взаимодействия факторов ($F = 4,56$; $df = 2$; $p = 0,015$), которое указывает на то, что пение в хоре дает преимущества только тогда, когда остальные жизненные обстоятельства находятся на высоком уровне (табл. 5, рис. 1). Только в этом случае хорошо заметны различия между группами.

Таблица 5

**Эффекты влияния факторов пения в хоре, уровня благополучия
 жизненных обстоятельств и их взаимодействия на уровень
 психологического благополучия (по опроснику К. Рифф)**

Уровень благополучия жизненных обстоятельств	Психологическое благополучие					
	Хористы			Контроль		
	N	M	SD	N	M	SD
Высокий	7	397,8	37,3	12	354,5	32,5
Средний	10	342,0	23,2	8	355,4	23,8
Низкий	6	308,0	21,0	10	309,8	28,3
Результаты двухфакторного дисперсионного анализа (ANOVA)						
Факторы	df	SS	MS	F	p	
(A) Пение в хоре (поет/не поет)	1	1102	1102	1,41	0,241	
(B) Уровень благополучия жизненных обстоятельств (низкий/средний/высокий)	2	37618	18809	24,04	0,000	
Взаимодействие факторов (A) × (B)	2	7137	3568	4,56	0,015	

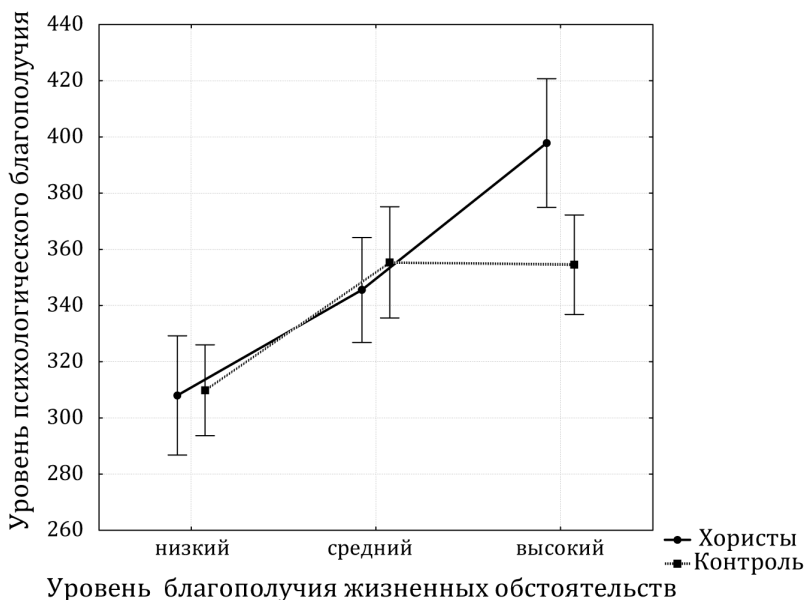


Рис. 1. Уровень психологического благополучия, по К. Рифф, в целевой и контрольной группах в зависимости от уровня благополучия других жизненных обстоятельств: Вертикальные столбцы равны 0,95 доверительных интервалов

Что касается отдельных шкал, то здесь не было получено значимых эффектов взаимодействия, но наблюдались четкие тенденции по таким шкалам, как «Управление средой» ($p = 0,058$), «Личностный рост» ($p = 0,065$), «Цели в жизни» ($p = 0,073$) и «Самопринятие» ($p = 0,060$). Все указанные показатели были выше в группе хористов.

Особенности психологического и жизненного благополучия лиц пенсионного возраста, занимающихся хоровым пением

Рассмотрим отдельно группу хористов.

В табл. 6 представлены результаты анализа связи показателей психологического и жизненного благополучия у хористов с различными количественными характеристиками ответов на вопросы анкет № 1 и № 2, не вошедшими в общий показатель благополучия жизненных обстоятельств.

Таблица 6

Корреляции рангов и критерий Краскела—Уоллиса для показателей психологического и жизненного благополучия хористов в зависимости от возраста и других характеристик ответов на вопросы анкет

Анкетные данные	Показатели психологического благополучия							Благополучие жизненных обстоятельств
	Психологическое благополучие	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели жизни	Самопринятие	
Корреляции рангов								
Возраст	-,183	-,269	-,231	-,071	-,435**	-,267	,075	-,065
Количество увлечений	,430**	,397**	,357*	,312*	,377*	,507**	,181	,101
Длительность участия в хоровом коллективе	-,513**	-,512**	-,231	-,269	-,619**	-,505**	-,386*	-,444**
Критерии Краскела—Уоллиса								
Занятия музыкой в детстве	0,17	0,21	1,15	0,48	0,38	1,48	1,99	1,29
Отношение к музыке в семье	7,19**	1,62	9,80**	3,45^	5,50*	8,69**	3,30^	1,29

Примечание: «^» — $p < 0,1$; «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$.

Получены довольно высокие положительные корреляции психологического благополучия с количеством увлечений. Также заметна положительная связь между позитивным отношением к музыке в семье и многими показателями психологического благополучия. Факт занятий музыкой в детстве никак не связан с показателями психологического благополучия.

Имеется ряд значимых отрицательных корреляций между длительностью участия в хоровом коллективе и показателями психологического и жизненного благополучия.

Обсуждение результатов

Анализ высказываний участников вокально-хоровых коллективов

Развернутые высказывания хористов, касающиеся их впечатлений от занятий и выступлений, исключительно позитивны. Лишь изредка упоминается ощущение усталости.

Полученные результаты согласуются со многими зарубежными исследованиями [10—11; 18]. Проведенный в одном из них [21] тематический анализ высказываний хористов позволил выявить восемь различных аспектов, касающихся, в том числе, социальной сферы (чувство идентичности, чувство «команды»); здоровья (дыхательные упражнения, фитнес-тренировка); эмоциональной сферы (ощущение счастья, противодействие депрессии); когнитивной и личностной сферы (улучшаются концентрация внимания и память, появляются уверенность в себе, ощущение смысла и цели в жизни). Имелись и негативные эффекты (ощущение физической усталости). Можно отметить, что высказывания российских и зарубежных хористов тематически весьма похожи.

Во всех работах авторы отмечают наличие положительных эффектов хорового пения, как на людей здоровых, так и на тех, что страдает достаточно тяжелыми, в том числе психическими заболеваниями [12—13; 25—26]. В большинстве упомянутых работ авторы указывают на то, что хоровое пение может внести важный вклад в укрепление общественного психического здоровья.

Как можно объяснить столь позитивное воздействие хорового пения на физическое и психическое самочувствие человека?

Исчерпывающая характеристика специфики вокально-хорового искусства была дана известным хоровым дирижером и педагогом В.Л. Живовым [3].

Во-первых, это то, что он называет «человеческий фактор», — установление творческого и делового контакта с хористами. Во-вторых, «синтетический характер» хорового исполнительства: сочетание красивой музыки и выразительного текста обладает значительной силой воздействия

на слушателя, не говоря уже о самих исполнителях. Третья особенность — это сам инструмент — живой певческий голос. Качество исполнения во многом зависит от мастерства руководителя хора, хормейстеров и мотивации самих участников. При должном мастерстве руководителя хора можно добиться состояния «коллективной звучности», когда хор звучит как единый организм. Такое слитное звучание не может не отражаться на психологическом состоянии участников хора. К четвертой особенности хорового исполнительства В.Л. Живов относит его коллективный характер, формирующий ощущение социальной значимости каждого исполнителя. Для хористов-любителей пенсионного возраста, которые в обычной жизни могут испытывать чувство невостребованности, это очень важный момент. В качестве пятой особенности выступает наличие дирижера, являющегося творческим посредником между автором и певцами. Для хористов-любителей пожилого возраста очень важно, чтобы они с любовью и уважением относились к руководителю своего коллектива. Возможно, это будет удовлетворять их потребность иметь в своем ближайшем окружении надежного, сильного человека, на которого можно опереться, которому можно доверять. Можно проиллюстрировать эту мысль цитатой из Летописи хора ветеранов ЦКИ «Меридиан»: «Появляется Елена Юрьевна, и все неизменно встречают ее бурным восторгом, выражением искренней, безграничной любви к своему строгому, требовательному, талантливому педагогу, доброй, любящей нашей маме и дочери в одном лице» [1].

Таким образом, все перечисленные особенности хорового исполнительства могут положительно влиять на такие психологические характеристики участников, как преобладающий эмоциональный фон, удовлетворенность своей деятельностью в хоре, чувство причастности к коллективу, ощущение социальной поддержки со стороны товарищей по коллективу и руководителя хора, чувство гордости за свой коллектив и многое другое.

К тому же сама вокализация, сопровождающаяся активным дыханием, эмоциональной включенностью в музыку, сопереживанием, также оказывает благотворное влияние на физическое и психологическое состояние хористов. «Да, наш хор для нас — настоящий лечебно-оздоровительный профилакторий!» «Мы туда ходим лечиться душой, заряжаться положительными эмоциями, самоутверждаться в интересном деле» — так пишут о своем хоре участники в Летописи [1].

Среди зарубежных публикаций можно встретить ряд исследований, в которых было показано непосредственное и благотворное влияние процесса вокального исполнительства на многие психофизиологические характеристики: происходят изменения в уровне нейротрансмиттеров и гормонов, включая активацию окситоцина, повышение уровня эндорфинов, активируется работа иммунной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем [19; 24].

К сожалению, в нашей стране нет специальных исследований по проблеме воздействия хорового пения на людей пенсионного возраста. Однако для участников студенческих хоровых коллективов было показано, что пение в хоре является одним из эффективных ресурсов формирования стрессоустойчивости, снижения уровня реактивной и личностной тревожности [4].

Таким образом, проведенные, как в нашей стране, так и за рубежом, исследования, хотя и весьма немногочисленные, свидетельствуют о благотворном влиянии регулярных занятий вокально-хоровой деятельностью на людей разных возрастов, разных национальностей, разного состояния здоровья.

Сравнение лиц предпенсионного и пенсионного возраста, занимающихся и не занимающихся хоровым пением

Проведенное нами количественное сравнение пожилых людей, занимающихся и не занимающихся хоровым пением, позволяет сделать вывод, что при низком и среднем уровне благополучия объективных жизненных обстоятельств (трудовая деятельность, личная жизнь, здоровье, наличие друзей, детей, внуков, качество питания, физическая активность, отсутствие тревожащих обстоятельств и т. п.) занятия хоровым пением не создают преимуществ для ощущения психологического благополучия (в концепции К. Рифф), включая такие параметры, как управление средой, цели в жизни, личностный рост и самопринятие. Однако показатель суммарного благополучия значимо возрастает у тех респондентов, которые в целом удовлетворены перечисленными выше жизненными обстоятельствами, но при этом еще и поют в хоре, в отличие от тех, кто также доволен своими жизненными обстоятельствами, но в хоре не поет. Подобная же тенденция характерна и для некоторых субшкал.

Полученные нами результаты можно сопоставить лишь с похожим зарубежным исследованием [23], в котором также применялся опросник психологического благополучия, — К. Рифф. Авторы также отмечают наличие значимых различий между хористами и контрольной группой по показателям суммарного благополучия, личностного роста и самопринятия, однако дополнительно указывают на достоверные различия по шкале «позитивные отношения», но в то же время не упоминают о значимых различиях по шкале «цели в жизни», в отличие от наших данных. Однако в упомянутом исследовании не принимались во внимание другие факторы, которые могут влиять на психологическое благополучие. Других подобных исследований с использованием опросника К. Рифф обнаружить не удалось. Чаще используются другие методы оценки психологического или жизненного благополучия.

Например, в исследовании, проведенном в Финляндии [17], участники заполняли краткий опросник ВОЗ для оценки качества жизни

(WHOQOL-Bref). Опросник касается качества жизни в четырех сферах (физическая, психологическая, социальные отношения и окружающая среда) и содержит два общих вопроса об общем качестве жизни и удовлетворенности здоровьем. В результате было показано, что пение в хоре в предпенсионном и пенсионном возрасте может способствовать благополучию при условии учета социально-демографических переменных и уровня увлечения хобби. Значительная связь психологического благополучия с количеством увлечений была показана и в нашем исследовании.

В недавней публикации той же исследовательской группы отмечается благотворное влияние занятий хоровым пением на некоторые показатели исполнительных функций: для участников хора характерна более высокая вербальная гибкость [22].

Нами была выявлена отрицательная связь психологического благополучия с длительностью занятий вокально-хоровой деятельностью, однако это нельзя объяснить только тем, что длительно занимающиеся в хоре просто старше по возрасту. Хотя это действительно так, но наши данные свидетельствуют о том, что возраст почти не коррелирует с показателями психологического благополучия. Были получены также отрицательные коэффициенты корреляции и с показателем благополучия жизненных обстоятельств, который отражает удовлетворенность своим трудом, личной и семейной жизнью, наличием друзей и т. д.

Можно предположить, что, с одной стороны, длительные занятия хоровым пением являются своеобразной компенсацией для тех людей, у кого неудачно сложилась жизнь. Это позволяет им легче переносить невзгоды. Однако возможно и иное объяснение. Учитывая, что наибольшие различия получились по параметру «личностный рост», можно также предположить, что длительные занятия в одном и том же коллективе приводят к угасанию интереса, отсутствию творческого роста, однообразию впечатлений, что субъективно вызывает падение ощущений личностного роста и наличия целей в жизни. Также падают ощущения самопринятия.

Очевидно, указанные результаты следует учитывать при организации работы с хоровыми коллективами ветеранов, а, возможно, и не только ветеранов. Чтобы участники не теряли ощущения личностного роста и существования жизненных целей, необходимо продумать какие-то меры, связанные с обновлением репертуара, оживить концертную деятельность, предусмотреть выездные мероприятия, привлекать хористов с большим стажем занятий в коллективе к выполнению общественных поручений, организации досуговых мероприятий и т. п.

Нами также была выявлена положительная связь показателей психологического благополучия с отношением к музыке в семье. Это говорит о важной роли воспитания позитивного отношения к музыке для всей дальнейшей жизни человека. При этом факт самих занятий му-

зыкай в детстве особой роли не играет. В одном из зарубежных исследований [9] было продемонстрировано, что совместное прослушивание музыки в семьях и группах сверстников способствует сплочению и положительно влияет на эмоциональное благополучие в дальнейшем, причем указанные эффекты были характерны для представителей четырех различных культур. Можно предположить, учитывая наши результаты, что влияние семейных музыкальных традиций может иметь долгосрочный эффект.

Выводы

1. Занятия академическим хоровым пением в предпенсионном и пенсионном возрасте положительно сказываются на здоровье и общем самочувствии участников хоровых коллективов.
2. Психологическое благополучие в предпенсионном и пенсионном возрасте в значительной мере определяется совокупностью важных жизненных обстоятельств.
3. Занятия академическим хоровым пением обладают значимым эффектом в плане повышения психологического благополучия участников только при условии высокого уровня благополучия основных жизненных обстоятельств.
4. Длительность занятий в хоровом коллективе негативно коррелирует с уровнем психологического благополучия участников.

Преимущества и ограничения данного исследования

В настоящем исследовании впервые в России оценивалась связь занятий академическим хоровым пением с психологическим благополучием лиц предпенсионного и пенсионного возраста. Был проведен качественный и количественный анализ и сопоставление хористов с контрольной группой. Важным преимуществом данной работы является также учет влияния других жизненных обстоятельств на психологическое благополучие в предпенсионном и пенсионном возрасте.

Основным ограничением работы является невозможность уравнивать некоторые социально-демографические характеристики целевой и контрольной групп, в частности, трудовую занятость и возраст, однако, как показали результаты, эти параметры в исследуемой выборке оказались практически не связанными с уровнем психологического благополучия.

Указанные обстоятельства позволяют считать полученные результаты лишь предварительными. В дальнейшем необходимо увеличить число участников, чтобы сформировать репрезентативные выборки, уравненные по параметрам трудовой занятости и возраста.

Распределение респондентов по уровню благополучия
жизненных обстоятельств



ЛИТЕРАТУРА

1. Волшебная сила хора: летопись Народного коллектива Академического хора ветеранов войны и труда Центра культуры и искусства «Меридиан» / Под ред. И.Н. Белоруковой и др. М., 2014. 471 с.
2. Дубовик Ю.Б. Психологическое благополучие в пожилом и старческом возрасте: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2012. 29 с.
3. Живов В.Л. Хоровое исполнительство: Теория. Методика. Практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 272 с.
4. Зеличенко Е.В. Формирование стрессоустойчивости учащихся в процессе занятий вокально-хоровой деятельностью (на материале обучения в педагогических вузах): автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2012. 24 с.
5. Калачикова О.Н., Короленько А.В., Нацун Л.Н. Теоретико-методологические основы исследования активного долголетия // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2023. № 1. С. 20—45. DOI:10.14515/monitoring.2023.1.2209
6. Фесенко П.П. Имеет ли понятие психологического благополучия социально-культурную специфику? // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Том 2. № 4. С. 132—138.

7. Швалова С.А. Особенности коллективного творчества пожилых на занятиях по литературе // Социальные явления. 2018. № 2(9). URL: <http://journal.socialphenomena.org/index.php/soph/article/view/153> (дата обращения: 11.08.2023).
8. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методик исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95—129.
9. Boer D., Abubakar A. Music listening in families and peer groups: benefits for young people's social cohesion and emotional well-being across four cultures // *Frontiers in Psychology*. 2014. Vol. 5. Article 392. DOI:10.3389/fpsyg.2014.00392
10. Clift S., Hancox G., Morrison I. et al. Choral singing and psychological wellbeing: Quantitative and qualitative findings from English choirs in a cross-national survey // *Journal of Applied Arts & Health*. 2010. Vol. 1. № 1. P. 19—34. DOI:10.1386/jaah.1.1.19/1
11. Clift S., Nicols J., Raisbeck M. et al. Group singing, wellbeing and health: A systematic mapping of research evidence [Электронный ресурс] // *UNESCO Journal*. 2010. Vol. 2. № 1. URL: <https://repository.canterbury.ac.uk/item/86084/group-singing-wellbeing-and-health-a-systematic-mapping-of-research-evidence> (дата обращения: 01.07.2023).
12. Corvo E., Skingley A., Clift S. Community singing, wellbeing and older people: implementing and evaluating an English singing for health intervention in Rome // *Perspectives in Public Health*. 2020. Vol. 140. № 5. P. 263—269. DOI:10.1177/1757913920925834
13. Coulton S., Clift S., Skingley A. et al. Effectiveness and cost-effectiveness of randomised singing on mental health-related quality of life of older people: Randomised controlled trial // *The British Journal of Psychiatry*. 2015. Vol. 207. № 3. P. 250—255. DOI:10.1192/bjp.bp.113.129908
14. Fu M.C., Belza B., Nguyen H. et al. Impact of group-singing on older adult health in senior living communities: A pilot study // *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2018. Vol. 76. P. 138—146. DOI:10.1016/j.archger.2018.02.012
15. Galinha I.C., Garcia-Martín M.Á., Lima M.L. Sing4Health: Randomised controlled trial of the effects of a singing group program on the subjective and social well-being of older adults // *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2022. Vol. 14. № 1. P. 176—195. DOI:10.1111/aphw.12297
16. Johnson J.K., Louhivuori J., Siljander E. Comparison of well-being of older adult choir singers and the general population in Finland: A case-control study // *Musicae Scientiae*. 2017. Vol. 21. № 2. P. 178—194. DOI:10.1177/1029864916644486
17. Johnson J., Louhivuori J., Stewart A. et al. // Quality of life (QOL) of older adult community choral singers in Finland // *International Psychogeriatrics*. 2013. Vol. 25. № 7. P. 1055—1064. DOI:10.1017/S1041610213000422
18. Joseph D., Southcott J. Singing and companionship in the Hawthorn University of the Third-Age Choir, Australia // *International Journal of Lifelong Education*. 2015. Vol. 34. № 3. P. 334—347. DOI:10.1080/02601370.2014.991951
19. Kang J., Scholp A., Jiang J.J. A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing // *Journal of Voice*. 2018. Vol. 32. № 4. P. 390—395. DOI:10.1016/j.jvoice.2017.07.008
20. Kovalenko O.H., Spivak L.M. Psychological well-being of elderly people: the social factors // *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*. 2018. Vol. 8. № 1. P. 163—176. DOI:10.21277/sw.v1i8.323

21. Livesey L., Morrison I., Clift S. et al. Benefits of choral singing for social and mental wellbeing: qualitative findings from a cross-national survey of choir members // *Journal of Public Mental Health*. 2012. Vol. 11. № 1. P. 10—26. DOI:10.1108/17465721211207275
22. Pentikäinen E., Pitkämäki A., Siponkoski S.T. et al. Beneficial effects of choir singing on cognition and well-being of older adults: Evidence from a cross-sectional study // *PLoS One*. 2021. Vol. 16. № 2. e0245666. DOI:10.1371/journal.pone.0245666
23. Pérez-Aldeguer S., Leganés E-N. Differences in psychological well-being between choristers and non-choristers in older adults // *International Journal of Community Music*. 2014. Vol. 7. № 3. P. 397—407. DOI:10.1386/ijcm.7.3.397_1
24. Sanal A. M., Gorsev S. Psychological and physiological effects of singing in a choir // *Psychology of Music*. 2014. Vol. 42. № 3. P. 420—429. DOI:10.1177/0305735613477181
25. Skingley A., Martin A., Clift S. The Contribution of Community Singing Groups to the Well-Being of Older People // *Journal of Applied Gerontology*. 2015. Vol. 35. № 12. P. 1302—1324. DOI:10.1177/0733464815577141
26. Williams E., Dingle G., Clift S.M. A systematic review of mental health and wellbeing outcomes of group singing for adults with a mental health condition // *The European Journal of Public Health*. 2018. Vol. 28. № 6. P. 1035—1042. DOI:10.1093/eurpub/cky115.

REFERENCES

1. Volshebnaya sila hora: letopis' Narodnogo kollektiva Akademicheskogo hora veteranov vojny i truda Centra kul'tury i iskusstva "Meridian" [The magical power of the choir: the chronicle of the People's Collective of the Academic Choir of War and Labor Veterans of the Center for Culture and Art "Meridian"]. Belorukova I.N. (eds.). Moscow, 2014. 471 p. (In Russ.).
2. Dubovik Yu.B. Issledovanie psihologicheskogo blagopoluchiya v pozhilom i starcheskom vozraste [Study of psychological well-being in elderly people (in groups aged 55—75 and 75—90)]. *Psihologicheskie issledovaniya: elektron. nauch. zhurn. = Psychological Studies*, 2011, vol. 4, no. 15. DOI:10.54359/ps.v4i15.870 (in Russ.).
3. Zhivov V.L. Horovoe ispolnitel'stvo: Teoriya. Metodika. Praktika : Uchebnoe posobie dlya studentov vysshih uchebnyh zavedenij [Choral Performance: Theory. Methodology. Practice: Textbook for students of higher educational institutions]. M.: Humanit. ed. center VLADOS, 2003. 272 p. (in Russ.).
4. Zelichenok E.V. Formirovanie stressoustojchivosti uchashchihsya v processe zanyatij vokal'no-horovoj deyatel'nost'yu (na materiale obshcheniya v pedagogicheskikh vuzah) [Stress resistance training of students in the process of choral singing (on the material of teaching in pedagogical universities) Ph. D. (Pedagogy) Thesis]. Moscow, 2012. 24 p. (in Russ.).
5. Kalachikova O.N., Korolenko A.V., Nacun L.N. Teoretiko-metodologicheskie osnovy issledovaniya aktivnogo dolgoletiya [Theoretical and methodological foundations for the study of active ageing]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i social'nye peremeny = Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal*, 2023, no. 1, pp. 20—45. DOI:10.14515/monitoring.2023.1.2209 (in Russ.).
6. Fesenko P.P. Imeet li ponyatie psihologicheskogo blagopoluchiya social'no-kul'turnuyu specifiku? [Is the Concept of Psychological Well-Being Culturally and

- Socially Specific?]. *Psihologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2005, vol. 2. no. 4. pp. 132—138. (in Russ.).
7. Shvalova S.A. Osobennosti kollektivnogo tvorchestva pozhilyh na zanyatiyah po literature [Features of the collective creativity of the elderly in the classroom in literature]. *Social'nye yavleniya = Social Phenomena*, 2018, no. 2 (9). Available at: <http://journal.socialphenomena.org/index.php/soph/article/view/153> (Accessed 11.08.2023). (in Russ.).
 8. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti (obzor osnovnyh koncepcij i metodik issledovaniya) [Psychological well-being of the individual (review of the main concepts and research methods)]. *Psihologicheskaya diagnostika = Psychological diagnostics*, 2005, no. 3. pp. 95—129. (in Russ.).
 9. Boer D., Abubakar A. Music listening in families and peer groups: benefits for young people's social cohesion and emotional well-being across four cultures. *Frontiers in Psychology*, 2014, vol. 5. Article 392. DOI:10.3389/fpsyg.2014.00392
 10. Clift S., Hancox G., Morrison I. et al. Choral singing and psychological wellbeing: Quantitative and qualitative findings from English choirs in a cross-national survey. *Journal of Applied Arts & Health*, 2010, vol. 1, no. 1, pp. 19—34. DOI:10.1386/jaah.1.1.19/1
 11. Clift S., Nicols J., Raisbeck M. et al. Group singing, wellbeing and health: A systematic mapping of research evidence. *UNESCO Journal*, 2010, vol. 2, no. 1. URL: <https://repository.canterbury.ac.uk/item/86084/group-singing-wellbeing-and-health-a-systematic-mapping-of-research-evidence> (accessed 01.07.2023).
 12. Corvo E., Skingley A., Clift S. Community singing, wellbeing and older people: implementing and evaluating an English singing for health intervention in Rome. *Perspectives in Public Health*, 2020, vol. 140, no. 5, pp. 263—269. DOI:10.1177/1757913920925834
 13. Coulton S., Clift S., Skingley A. et al. Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: Randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 2015, vol. 207, no. 3, pp. 250—255. DOI:10.1192/bjp.bp.113.129908
 14. Fu M.C., Belza B., Nguyen H. et al. Impact of group-singing on older adult health in senior living communities: A pilot study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 2018, vol. 76, pp. 138—146. DOI:10.1016/j.archger.2018.02.012
 15. Galinha I.C., García-Martín M.Á., Lima M.L. Sing4Health: Randomised controlled trial of the effects of a singing group program on the subjective and social well-being of older adults. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2022, vol. 14, no. 1, pp. 176—195. DOI:10.1111/aphw.12297
 16. Johnson J.K., Louhivuori J., Siljander E. Comparison of well-being of older adult choir singers and the general population in Finland: A case-control study. *Musicae Scientiae*, 2017. vol. 21, no. 2, pp. 178—194. DOI:10.1177/1029864916644486
 17. Johnson J., Louhivuori J., Stewart A. et al. // Quality of life (QOL) of older adult community choral singers in Finland. *International Psychogeriatrics*, 2013, vol. 25, no. 7, pp. 1055—1064. DOI:10.1017/S1041610213000422
 18. Joseph D., Southcott J. Singing and companionship in the Hawthorn University of the Third-Age Choir, Australia. *International Journal of Lifelong Education*, 2015, vol. 34, no. 3, pp. 334—347. DOI:10.1080/02601370.2014.991951

19. Kang J., Scholp A., Jiang J.J. A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing. *Journal of Voice*, 2018, vol. 32, no. 4, pp. 390—395. DOI:10.1016/j.jvoice.2017.07.008
20. Kovalenko O.H. Spivak L.M. Psychological well-being of elderly people: the social factors. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2018, vol. 8, no. 1, pp. 163—176. DOI:10.21277/sw.v1i8.323
21. Livesey L., Morrison I., Clift S. et al. Benefits of choral singing for social and mental wellbeing: qualitative findings from a cross national survey of choir members. *Journal of Public Mental Health*, 2012, vol. 11, no. 1, pp. 10—26. DOI:10.1108/17465721211207275
22. Pentikäinen E., Pitkämäki A., Siponkoski S.T. et al. Beneficial effects of choir singing on cognition and well-being of older adults: Evidence from a cross-sectional study. *PLoS One*, 2021, vol. 16, no. 2, e0245666. DOI:10.1371/journal.pone.0245666
23. Pérez-Aldeguer S., Leganés E-N. Differences in psychological well-being between choristers and non-choristers in older adults. *International Journal of Community Music*, 2014, vol. 7, no. 3, pp. 397—407. DOI:10.1386/ijcm.7.3.397_1
24. Sanal A. M., Gorsev S. Psychological and physiological effects of singing in a choir. *Psychology of Music*, 2014, vol. 42, no. 3, pp. 420—429. DOI:10.1177/0305735613477181
25. Skingley A., Martin A., Clift S. The Contribution of Community Singing Groups to the Well-Being of Older People. *Journal of Applied Gerontology*, 2015, vol. 35, no. 12, pp. 1302—1324. DOI:10.1177/0733464815577141
26. Williams E., Dingle G., Clift S.M. A systematic review of mental health and wellbeing outcomes of group singing for adults with a mental health condition. *The European Journal of Public Health*, 2018, vol. 28, no. 6, pp. 1035—1042. DOI:10.1093/eurpub/cky115

Информация об авторах

Мешкова Татьяна Александровна, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, заведующая кафедрой дифференциальной психологии и психофизиологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6018-5006>, e-mail: meshkovata@mgppu.ru

Бакланова Елена Глебовна, заслуженная артистка РФ, Государственный музыкально-педагогический институт имени М.М. Ипполитова-Иванова (ФГБОУ ВО «ГМПИ имени М.М. Ипполитова-Иванова»), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8043-2594>, e-mail: el.baklanowa13@yandex.ru

Information about the authors

Tatiana A. Meshkova, PhD in Psychology, Head of the Department of Differential Psychology and Psychophysiology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6018-5006>, e-mail: meshkovata@mgppu.ru

Elena G. Baklanova, Honored Artist of the Russian Federation, Ippolitov-Ivanov State Musical and Pedagogical Institute, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8043-2594>, e-mail: el.baklanowa13@yandex.ru

Получена 12.08.2023

Received 12.08.2023

Принята в печать 22.01.2024

Accepted 22.01.2024

ОДИНОЧЕСТВО И ОРИЕНТИРОВАННОСТЬ НА СОЦИУМ: МОДЕРИРУЮЩАЯ РОЛЬ ВОЗРАСТА, ПОЛА И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

О.Ю. СТРИЖИЦКАЯ

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>,
e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

И.Р. МУРТАЗИНА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ),
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>,
e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

М.Д. ПЕТРАШ

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4542-7289>,
e-mail: m.pettrash@spbu.ru

Актуальность. Одиночество является одним из наиболее распространенных состояний, связываемых с негативными последствиями для психического и физического здоровья человека. Работа посвящена изучению связи переживания одиночества и социотропности, а также их модераторов, таких как возраст, пол, компоненты психологического благополучия. Цель исследования — проверить, будет ли социотропность выступать предиктором одиночества и будет ли сила эффекта модерироваться возрастными-половыми характеристиками и уровнями компонентов психологического благополучия. Материалы

и методы. В исследовании приняли участие 252 взрослых человека в возрасте 19–73 лет, 59% — женщины. В исследовании были использованы методы: Дифференциальный опросник переживания одиночества (К.Н. Осин, Д.А. Леонтьев), Методика «Социотропность—самодостаточность» (О.Ю. Стрижницкая и соавт.), Шкала Психологического благополучия К. Рифф (адаптация Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной). Математическая обработка выполнена на базе программного обеспечения IBM SPSS 20.0 с использованием пакета обработки PROCESS (Hayes, 2018). Результаты исследования подтвердили связь социотропности и одиночества, а также выявили, что возраст, выраженность автономности, компетентности и личностного роста выступают модераторами силы этой связи. Было показано, что в старшей возрастной группе, а также при высоких показателях компонентов психологического благополучия сила связи социотропности и одиночества ослабевает и теряет статистическую значимость. Выводы. Можно сделать вывод о том, что компоненты психологического благополучия выступают ресурсом, снижающим уязвимость человека к негативному влиянию одиночества.

Ключевые слова: переживание одиночества, социотропность, психологическое благополучие, автономность, компетентность, личностный рост.

Финансирование. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект № 23-28-00841 «Особенности переживания одиночества и способы совладания с ним в период взрослости».

Для цитаты: Стрижницкая О.Ю., Муртазина И.Р., Петраш М.Д. Одиночество и ориентированность на социум: модулирующая роль возраста, пола и психологического благополучия // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 103–121. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320105>

LONELINESS AND SOCIOTROPY: THE MODERATION EFFECT OF AGE, GENDER AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

OLGA YU. STRIZHITSKAYA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>,

e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

INNA R. MURTAZINA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>,

e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

MARINA D. PETRASH

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4542-7289>,

e-mail: m.petrash@spbu.ru

Rationale. Loneliness is one of the most common conditions associated with negative consequences for the mental and physical health of a person. The work presents the study of the association between the experience of loneliness and sociotropy, as well as their moderators, such as age, gender, components of psychological well-being. **Study Objective.** We hypothesized that sociotropy could be a predictor of loneliness, but the power of the effect would be moderated by age-sex characteristics and levels of psychological well-being components. **Materials and methods.** The study involved 252 adults aged 19–73 years, 59% women. The following methods were used: the Differential Questionnaire for the Experience of Loneliness (K.N. Osin, D.A. Leontiev), the Sociotropy-Self-Sufficiency Questionnaire (O.Yu. Strizhitskaya et al.), the Scale of Psychological Well-Being C. Riff (adapted by L.V. Zhukovskaya, E.G. Troshikhina). Mathematical processing was performed on the basis of IBM SPSS 20.0 software using the PROCESS package (Hayes, 2018). **Results.** The results of the study confirmed the relationship between sociotropy and loneliness, and also revealed that age, autonomy, environmental mastery and personal growth act as moderators of the strength of this relationship. It was shown that in the older age group, as well as with high indicators of the components of psychological well-being, the strength of the connection between sociotropy and loneliness weakens and loses statistical significance. **Conclusion.** It can be concluded that the components of psychological well-being act as a resource that reduces one’s vulnerability to the negative effects of loneliness.

Keywords: loneliness, sociotropy, psychological well-being, autonomy, environmental mastery, personal growth.

Funding. Study was supported by RSF project №23-28-00841 “Characteristics of experiencing loneliness and ways of coping with it in adulthood”, <https://rscf.ru/en/project/23-28-00841/>

For citation: Strizhitskaya O.Yu., Murtazina I.R., Petrash M.D. Loneliness and Sociotropy: the Moderation Effect of Age, Gender and Psychological Well-Being. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, no. 1, pp. 103–121. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320105> (In Russ.).

Введение

Для современного общества с его растущими темпами жизни и требованиями, предъявляемыми к человеку, остро встают проблемы построения гармоничных, комфортных и эффективных отношений с другими людьми в разных сферах жизни. При этом высокие темпы жизни, а также распространенность цифровых технологий, искажающих процесс общения, приводят к тому, что объективные показатели включенности

человека в социальное взаимодействие не могут раскрыть и объяснить переживание им одиночества: человек может чувствовать себя комфортно не вступая во множественное социальное взаимодействие или, наоборот, быть одиноким, окруженный множеством людей.

Одиночество концептуализируется как субъективное несоответствие между реальными и желаемыми социальными отношениями с точки зрения близости, интимности, эмоциональной поддержки и связанности [11]. Е.Н. Осин и Д.А. Леонтьев, рассматривая конструкт одиночества, описывают его как «переживание собственной не вовлеченности в связи с другими людьми» [3]. В своей работе Т.Л. Крюкова предлагает рассматривать одиночество как «...воспринимаемый дефицит в социальных и межличностных отношениях, которые субъект определяет как не удовлетворяющие его потребности; результат его когнитивно-эмоциональной оценки своих социальных связей, отношений (социальной сети), которые качественно неадекватны или количественно невелики» [2], также делая акцент на негативных аспектах одиночества. Следует отдельно заметить, что, несмотря на то, что одиночество традиционно ассоциируется с негативными проявлениями, например депрессивными симптомами, тем не менее, оно может быть также добровольным и даже желательным состоянием в определенные периоды жизни.

Одиночество считается болезненным опытом и предиктором различных заболеваний, включая риск ранней смертности [13; 17], что позволяет рассматривать это состояние как угрожающее психологической безопасности человека. В то же время Качиоппо [6] утверждает, что, хотя негативные последствия одиночества значительны, временные периоды одиночества могут также иметь некоторые положительные эффекты и служить для рефлексии и самоанализа. Качиоппо и его коллеги предположили, что одиночество может быть эволюционным механизмом. Они отмечают, что негативные эффекты, связанные с одиночеством, например тревога, могут опосредоваться различными факторами и приводить к различным результатам: одних эта тревога подтолкнет к поиску новых возможностей, у других повысит избирательность и осторожность. Хотя это всего лишь один из способов интерпретации одиночества, он дает особый взгляд на возможную изменчивость механизмов одиночества.

Переживание одиночества может быть объективным или субъективным, но, независимо от этого, оно всегда связано с включенностью человека в социум или исключенностью из социума. Одной их характеристик, отражающих степень связанности человека с социумом, может выступать социотропность. Социотропность представляет собой когнитивную стратегию, отражающую направленность человека на создание позитивных отношений с окружающими и в целом направленность на социум, интерес к нему [9, с. 28].

Любой человек, независимо от пола, возраста, культуры, является частью социума и так или иначе включен в него, связан с ним. Исследования, проводившиеся в последние десятилетия, активно пытались объяснить механизмы взаимодействия человека и определить, какой эффект может иметь степень ориентированности на социум [16; 18]. В целом, социотропность связывается с большей личностной зависимостью, уязвимостью к потере в межличностных отношениях, сильной потребностью в любви и аффилиации [14]. Она также может быть связана с ощущением одиночества и беспомощности. Было показано, что излишняя социальная зависимость приводит к депрессии и склонности к одиночеству, снижает эффективность копинг-стратегий и удовлетворенность жизнью [5; 8; 10; 15].

Анализ исследований показывает, что социотропность и одиночество тесно связаны, оба эти конструкта завязаны на взаимодействие с социумом, однако, несмотря на то, что любой человек является частью этого общества, более того, несмотря на то, что формирование личности невозможно без участия социальных отношений, степень включенности и зависимости от социума может менять его воздействие на функционирование человека.

Дизайн исследования

Целью данного исследования было рассмотреть связи социотропности и одиночества и определить, существует ли модулирующий эффект половозрастных характеристик и компонентов психологического благополучия для этой связи.

Мы предположили, что социотропность будет влиять на переживание одиночества, поскольку она отражает направленность на социум и определенную зависимость от него. Следовательно, можно допустить, что люди, испытывающие большую связанность с социумом, будут острее переживать депривацию возможности получать тот объем взаимодействия, который им необходим. Также было выдвинуто предположение, что определенные факторы могут опосредовать это влияние. Первая гипотеза заключалась в том, что с возрастом может меняться сила связи социотропности и одиночества, так как в целом происходит переоценка значимости отношений и идет изменение от количества контактов к их качеству [7]. Согласно нашей второй гипотезе, пол может оказывать опосредующее влияние, поскольку в целом женщины более социально активны, чем мужчины. Наконец, третья гипотеза была в том, что компоненты психологического благополучия могут также оказывать модулирующий эффект. Исходной точкой исследования было

то, что психологическое благополучие отражает определенную степень зрелости личности, следовательно, при высоких уровнях благополучия человек должен быть более самодостаточен и менее подвержен влиянию ориентации на социум. В то же время мы допустили, что в зависимости от компонента психологического благополучия это влияние может быть разным, так как каждый из них отражает свой специфический аспект функционирования человека.

Выборка. Выборку составили 252 респондента в возрасте 19—73 лет (средний возраст — 46,35 года), проживающих в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, 59% — женщины. Распределение выборки по возрастам не отличалось от нормального. Участие в исследовании было добровольным, метод сбора выборки — спонтанная произвольная выборка.

Методики. Для оценки переживания одиночества использовался «Дифференциальный опросник переживания одиночества» Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева [3]. Опросник включает три шкалы: «Общее переживание одиночества», «Зависимость от общения», «Позитивное одиночество». В данном анализе была использована шкала «Общее переживание одиночества», так как она отражает недифференцированное переживание одиночества и дает достаточно генерализованную оценку.

Для изучения социотропности использовалась методика «Социотропность—самодостаточность» О.Ю. Стрижицкой и соавторов [4]. Методика включает четыре шкалы: «Социальная неуверенность», «Зависимость», «Привязанность» и «Самодостаточность», а также общий показатель — «Социотропность». Для анализа использовался именно общий показатель, так как он позволяет оценить общий уровень социотропности. Данный конструкт отражает общую ориентацию человека на социум, важность взаимодействия с ним и определенную зависимость от мнения окружающих.

Для оценки опосредующей роли компонентов психологического благополучия использовалась шкала психологического благополучия К. Рифф [1]. Шкала психологического благополучия включает шесть компонентов: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения с окружающими, цели в жизни и самопринятие. Для первичного анализа использовались все шесть компонентов.

Также использовались данные демографической анкеты, такие как возраст и пол.

Методы анализа данных. Математическая обработка выполнена на базе программного обеспечения IBM SPSS 20.0 с использованием пакета обработки PROCESS [12]. Все вероятности проверялись множественными выборками.

Результаты исследования

Отправной точкой исследования была идея о том, что социотропность, как направленность на социум или самодостаточность, как обратная ее сторона, может влиять на переживание одиночества. Мы также исходили из предположения о том, что социотропность — это больше стилевая характеристика личности, т. е. относительно устойчивая для конкретного человека, в то время как переживание одиночества более ситуативно и может зависеть от конкретной ситуации, в которой находится человек. Исходя из этого, наша базовая модель предполагала, что именно социотропность будет влиять на одиночество, а не наоборот. Вторым ключевым пунктом была идея о том, что это влияние может быть опосредовано возрастом, полом, а также компонентами психологического благополучия. Результаты анализа прямой модерации представлены в табл. 1.

Таблица 1

Первичная прямая модерация связи социотропности и общего одиночества компонентами психологического благополучия, возрастом, полом (N = 252)

Модерация	se	t	p	LLCI	ULCI
Возраст	0,0015	-2,4134	0,0165	-0,0065	-0,0007
Пол	0,0328	-1,6327	0,1038	-0,1182	0,0111
Автономия	0,0071	-2,9146	0,0039	-0,0347	-0,0067
Компетентность	0,0086	-3,6948	0,0003	-0,0484	-0,0148
Личностный рост	0,0057	-3,1784	0,0017	-0,0293	-0,0069
Позитивные отношения	0,0071	-1,1138	0,2665	-0,0219	0,0061
Цели в жизни	0,0083	-1,0019	0,3174	-0,0247	0,0080
Самопринятие	0,0070	,7491	0,4545	-0,0086	0,0191

Примечание: se — стандартная ошибка; t — коэффициент регрессии; p — уровень значимости; LLCI — нижняя граница доверительного интервала; ULCI — верхняя граница доверительного интервала.

Анализ уровня значимости эффектов и доверительных интервалов показал, что прямой модерационный эффект оказывают возраст, автономия, компетентность и личностный рост, поэтому именно эти переменные были использованы для дальнейшего анализа. В качестве дополнительной переменной также был включен пол, поскольку он может усиливать или ослаблять модерационные эффекты, поэтому было принято решение проверить данное предположение на следующем шаге анализа.

Следующим шагом анализа была проверка совместных эффектов модераторов. Проверялись два возможных варианта: 1) два модератора совместно влияют на связь социотропности и одиночества; 2) вариант модерируемой модерации, т. е. ситуация когда степень влияния первичного модератора опосредуется вторичным модератором. Схематично совместное модерирование и модерируемая модерация представлены на рис. 1 и 2.

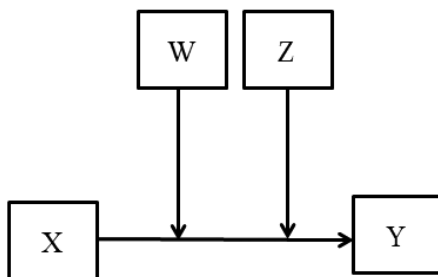


Рис. 1. Схематичное изображение совместной модерации: X независимая переменная; Y зависимая переменная; W, Z первичные (прямые) модераторы

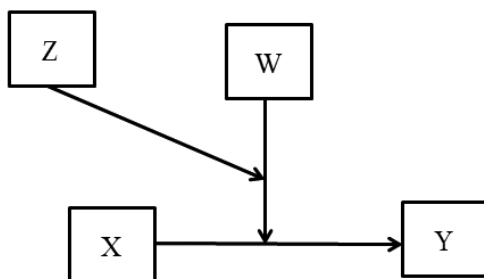


Рис. 2. Схематичное изображение модерируемой модерации: X независимая переменная; Y зависимая переменная; W первичный (прямой) модератор; Z вторичный модератор

Результаты совместной и модерируемой модерации представлены на рис. 3—6.

Анализ показал, что, хотя пол, как самостоятельный модератор, не оказывает опосредующего влияния на связь социотропности и общего одиночества ($p = 0,1168$), тем не менее, он усиливает эффект возраста (без пола: $p = 0,0185$, с полом: $p = 0,0165$). Из рис. 3 видно, что, в целом, опосредующая роль возраста более выражена у мужчин, при этом с возрастом сила этого эффекта снижается. В младшей возрастной группе возраст и пол оказывают статистически значимый эффект на связь со-

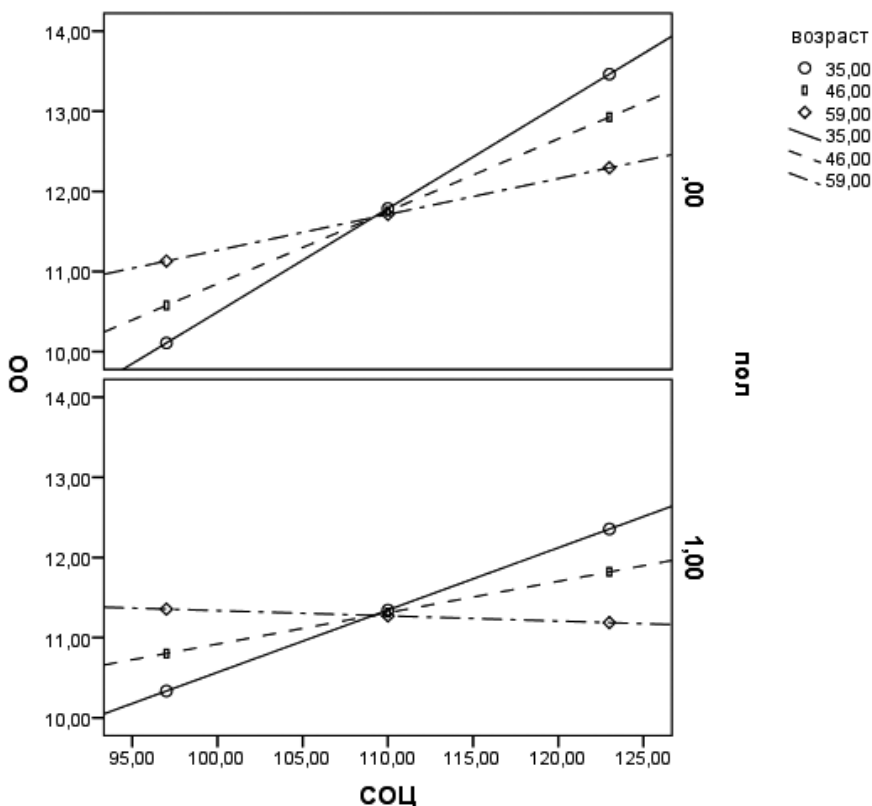


Рис. 3. Совместная модерация связи «социотропность—общее одиночество» переменными «пол» и «возраст»: ОО — общее переживание одиночества; СОЦ — социотропность; легенда для пола: 0 — мужчины, 1 — женщины. На легенде справа: выделенные возрастные группы (указан средний возраст группы — группа выделена статистически), ниже — указание на тип регрессии (линейная)

циотропности и общего одиночества, как у женщин ($p = 0,0044$), так и у мужчин ($p = 0,000$). В средней возрастной группе такой эффект наблюдается только для мужчин ($p = 0,0002$); для женщин уровень вероятности составил $p = 0,0818$, однако значимость не подтвердилась при проверке множественными выборками. Наконец, в старшей возрастной группе возраст и пол не оказывают влияния на связь социотропности и общего одиночества ни у мужчин, ни у женщин.

Нами был обнаружен совместный модерационный эффект автономности и возраста (рис. 4). Анализ показал, что каждый из этих модера-

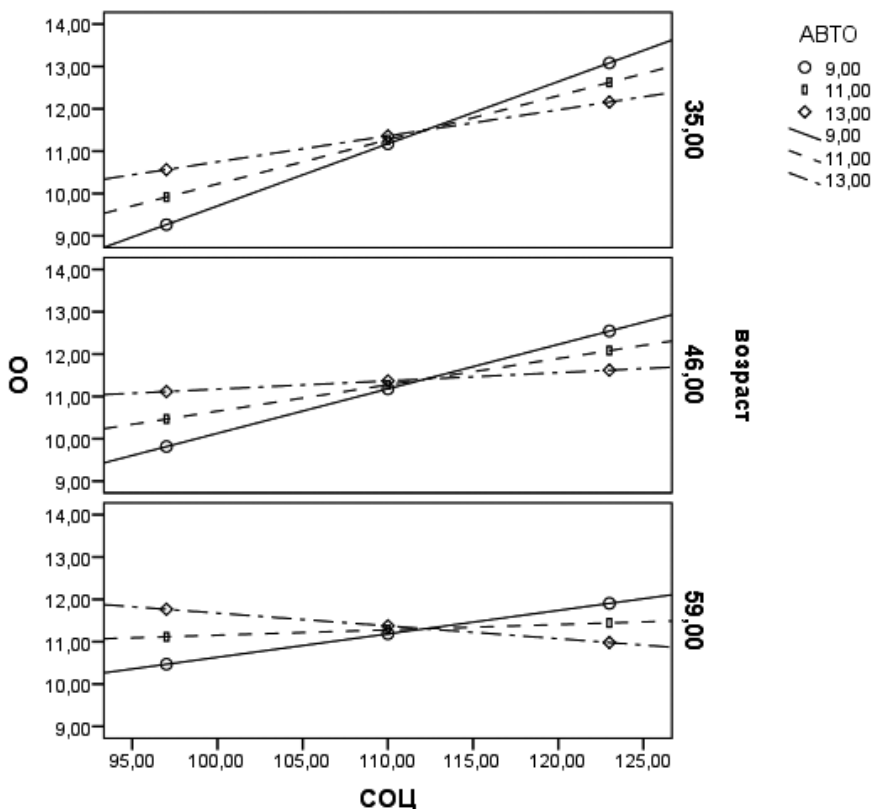


Рис. 4. Совместная модерация связи «социотропность—общее одиночество» переменными «автономность» и «возраст»: ОО — общее переживание одиночества; СОЦ — социотропность; АВТО — автономность. На легенде справа: выделенные группы по автономности (указан средний уровень группы — группа выделена статистически), ниже — указание на тип регрессии (линейная)

торов оказывает значимое влияние на связь социотропности и одиночества (автономность: $p = 0,0032$; возраст: $p = 0,0097$), но их совместный эффект выражен сильнее ($p = 0,0007$). Результаты выявили, что в младшей возрастной группе автономность влияет на связь социотропности и общего одиночества при любом уровне автономности ($p = 0,000$; $p = 0,000$; $p = 0,0198$ соответственно). В средней группе был обнаружен эффект при низких ($p = 0,000$) и средних ($p = 0,003$), но не при высоких ($p = 0,3868$) значениях. В старшей группе автономность не оказывала влияния на связь социотропности и общего одиночества.

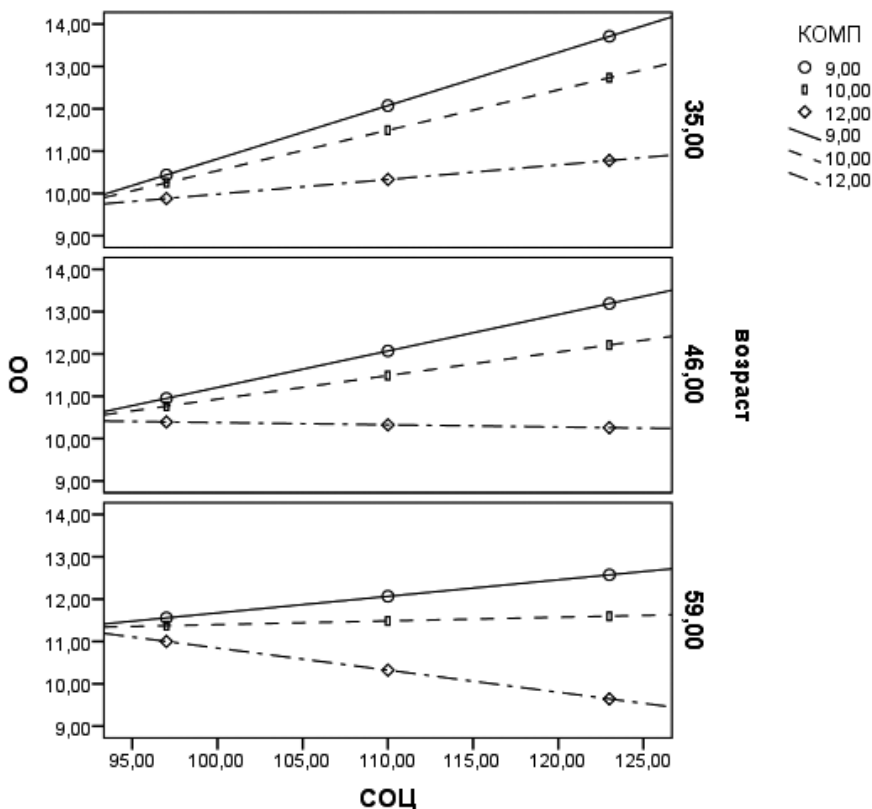


Рис. 5. Совместная модерация связи «социотропность—общее одиночество» переменными «компетентность» и «возраст»: ОО — общее переживание одиночества; СОЦ — социотропность; КОМП — компетентность. На легенде справа: выделенные группы по компетентности (указан средний уровень группы — группа выделена статистически), ниже — указание на тип регрессии (линейная)

Также был получен совместный эффект возраста и компетентности. Как и в случае с автономностью, компетентность и возраст оказывают самостоятельные опосредующие эффекты на связь социотропности и общего одиночества (компетентность: $p = 0,0004$; возраст: $p = 0,0108$), но совместно этот эффект усиливается ($p = 0,001$). В младшей возрастной группе компетентность оказывает влияние на связь социотропности и общего одиночества при низких ($p = 0,0000$) и средних ($p = 0,0000$) значениях компетентности. Похожую картину можно наблюдать и в средней возрастной группе (при низких значениях: $p = 0,0000$; при высоких:

$p = 0,0006$). В старшей группе компетентность не оказывает влияния на связь социотропности и одиночества. Также в любом возрасте (из рассмотренных нами) при высоких значениях компетентность не оказывает влияния на связь социотропности и одиночества.

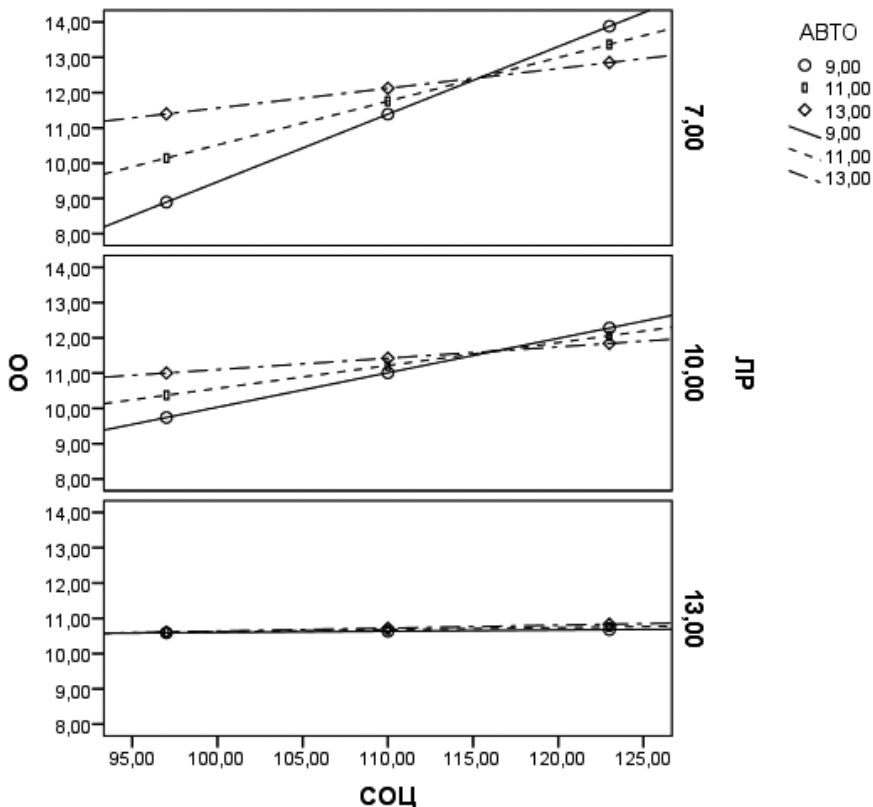


Рис. 6. Модерированная модерация связи «социотропность—общее одиночество» переменными «автономия» и «личный рост»: ОО — общее переживание одиночества; СОЦ — социотропность; АВТО — автономность; ЛР — личный рост. На легенде справа: выделенные группы по автономности (указан средний уровень группы — группа выделена статистически), ниже — указание на тип регрессии (линейная)

Последняя полученная модель представляет собой модерированную модерацию автономии и личного роста. В нашем случае было обнаружено, что уровень личного роста определял степень опосредующего эффекта автономности на связь социотропности и общего одиночества.

Было обнаружено, что чем ниже уровень личностного роста, тем больше он усиливает влияние автономии на связь социотропности и общего одиночества. Так, при низком уровне личностного роста мы видим эффект для низкого ($p = 0,0000$), среднего ($p = 0,0000$), но не высокого ($p = 0,9227$) уровня автономности. При среднем уровне личностного роста мы также видим эффект для низкого ($p = 0,0000$) и среднего ($p = 0,0001$) уровня автономности. Однако при высоком уровне личностного роста он не оказывает влияния на модулирующую роль автономности.

Обсуждение

Результаты исследования показали, что в целом влияние возраста на связь социотропности и одиночества более выражено, чем влияние пола. По нашим данным, можно говорить о том, что чем старше человек, тем слабее связь между социотропностью и одиночеством. Такой результат позволяет предположить, что с возрастом ориентация на социум в меньшей степени регулирует переживание одиночества, что согласуется с идеей о том, что чем старше человек, тем избирательней его контакты и их количество теряет свою значимость в противовес их качеству [7]. Стоит отметить, что, хотя результаты выявили незначительное влияние пола на связь социотропности и одиночества, тем не менее в возрастном плане мужчины оказались более уязвимы к такому влиянию, чем женщины.

Одним из наиболее сильных модераторов связи социотропности и одиночества оказалась автономность. При этом интересно отметить, что наиболее выражен модулирующий эффект при низких и средних значениях автономности, при высоком уровне автономности статистически значимая связь между уровнем выраженности ориентированности на социум и интенсивностью переживания одиночества отсутствует. Причем в младшей и средней группах этот эффект выражен сильнее, чем в старшей. Такой результат одновременно и подтверждает, и уточняет нашу гипотезу о том, что в зависимости от силы ориентации на социум, люди могут по-разному переживать одиночество. Можно предположить, что сочетание выраженности социотропности и автономности лежит в плоскости «заинтересованность в социуме — зависимость от социума». Так, при низких значениях автономности потребность в социуме, высокая степень связанности с ним делают человека зависимым от социума, его мнения, а при высоких значениях человек может быть заинтересован социумом, но при этом его поведение и оценки не будут предопределены социумом. Таким образом, можно говорить о том, что уровень автономности — это ресурсный фактор, а развитие автономности будет снижать уязвимость человека перед негативным влиянием одиночества.

Еще одним важным модератором связи социотропности и одиночества стала компетентность. По сути, характеристика «компетентность» говорит нам об умении человека функционировать внутри того социума, в котором он находится; умение взаимодействовать со средой, в какой-то мере, можно назвать эффективностью человека в социуме. С одной стороны, результаты модерации социотропности и одиночества компетентностью схожи с автономностью: наиболее выраженный эффект мы наблюдаем при низких и средних значениях, и с возрастом модерационный эффект исчезает. С другой стороны, если посмотреть на графики, то можно обнаружить интересную тенденцию: в отличие от автономности, которая просто ослабляет свое влияние с возрастом, стремясь к нулевому эффекту, компетентность, пусть незначительно, пусть на уровне тенденции, но все же меняет направление связи, и с возрастом этот эффект становится сильнее. Так, уже в младшей группе можно увидеть, что при высоких значениях компетентности связь социотропности и одиночества практически отсутствует. В средней группе этот тренд усиливается, но появляется незначительный тренд к снижению переживания одиночества при повышении ориентированности на социум. В старшей группе этот тренд становится еще более выраженным, хотя все еще не достигает статистически значимых показателей. Этот результат кажется нам исключительно важным, поскольку он позволяет предположить, что не сама по себе ориентация на социум делает человека уязвимым перед одиночеством, но то, как он умеет с ним взаимодействовать.

Наконец, с помощью модерирующей модерации были получены данные о влиянии уровня личностного роста на модерирующий эффект автономности. При сравнении рис. 4 и рис. 6 видно, что при низких значениях личностного роста модерирующий эффект автономности усиливается, при средних значениях он остается примерно в том же диапазоне, а при высоких значениях он исчезает. Такие результаты наводят на несколько важных выводов. Во-первых, низкий уровень личностного роста может усилить уязвимость человека к одиночеству даже при средних показателях автономности. Во-вторых, результаты позволяют сделать вывод о том, что высокий уровень личностного роста позволяет нивелировать эффект автономности. То есть независимо от уровня автономности уровень ориентированности на социум не будет влиять на переживание одиночества.

Еще одним важным, хотя, по сути, и побочным, результатом нашего исследования стал вывод о том, что высокие уровни компонентов психологического благополучия обладают мощным защитным потенциалом в сложных, потенциально психологически угрожающих ситуациях. На примере нашего исследования было показано, что высокие показатели автономности, компетентности, личностного роста могут существенно

снизить уязвимость человека к одиночеству из-за его ориентированности на социум.

Таким образом, наше исследование позволило выявить три потенциальных стратегии «профилактики» уязвимости к одиночеству. В первом случае можно сделать акцент на автономности, которая сделает человека более независимым от социума, более самодостаточным, что позволит регулировать самоощущение, в первую очередь исходя из внутренних переживаний, минимально ориентируясь на социальные установки и предрассудки. Во втором случае делается акцент на умении оперировать средой, в том числе и социальной. В этом случае весь социум становится ресурсом, и чем больше человек в него «погружается», тем больше ресурсов получает. Наконец, направленность на саморазвитие, личностный рост может компенсировать потенциальную уязвимость человека из-за низкого уровня автономности.

С точки зрения практического применения полученных стратегий возникает вопрос о том, какая из них будет доступней в реализации, что проще — развить автономность, личностный рост или компетентность? На первый взгляд, кажется, что более перспективной здесь является компетентность, поскольку для ее развития потребуется больше когнитивно-поведенческих паттернов, относительно легко формируемых, в отличие от автономности, требующей глубинной личностной работы или личностного роста, также требующих работы над собой. Тем не менее, подобные предположения требуют дальнейшего изучения и проверки на практике.

В качестве ограничений исследования можно отметить, что, хотя объем выборки был достаточным для проведения тех видов анализа, которые мы использовали, тем не менее, увеличение выборки позволило бы сделать более дифференцированный анализ, учесть больше демографических показателей, возможно, определить некоторые типы, позволяющие спрогнозировать выбор той или иной «профилактической» стратегии как наиболее соответствующей складу личности.

Выводы

1. Наше исследование показало, что сила влияния ориентации на социум (или социотропности) опосредуется возрастом. Причем возраст оказывает модулирующее действие как сам по себе, так и в сочетании с другими факторами. Также следует отметить, что чем старше человек, тем это влияние слабее.

2. Было обнаружено, что влияние пола на связь социотропности и одиночества было минимальным, не имело самостоятельного эффекта и лишь незначительно усиливало опосредующую роль возраста.

3. Исследование выявило, что среди компонентов психологического благополучия, выделенных К. Рифф, опосредующее влияние на связь социотропности и одиночества оказывают автономность, компетентность и личностный рост. При этом личностный рост оказывает наиболее сильное опосредующее влияние на эффект автономии.

4. Результаты исследования подтвердили, что высокая ориентированность на социум, зависимость от него усиливают переживание одиночества, снижая психологическую безопасность человека и усиливая его уязвимость в ситуации неблагоприятной социальной ситуации. Вместе с тем это влияние не так однозначно, как может показаться на первый взгляд. Во многом этот эффект будет зависеть от психологического благополучия и возраста. Причем разные компоненты психологического благополучия создают разные ресурсные стратегии; снижение этой уязвимости можно обеспечить за счет развития самодостаточности, эффективности взаимодействия с социумом или же саморазвития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жуковская Л.В., Трошихина Е.Г. Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психологический журнал. 2011. Том 32. № 2. С. 82—93.
2. Крюкова Т.Л. Психология совладания с одиночеством // Психологические исследования. 2016. Том 9. № 49. С. 1—13. DOI:10.54359/ps.v9i49.426
3. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства [Электронный ресурс] // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Том 10. № 1. С. 55—81. URL: https://psy-journal.hse.ru/data/2013/10/31/1283223356/Osin_Leontiev_10-01pp55-81.pdf. (дата обращения: 10.06.2019).
4. Стрижицкая О.Ю., Петраш М.Д., Муртазина И.Р., Вартамян Г.А. Адаптация методики «социотропность—самодостаточность» на российской выборке взрослых и пожилых людей // Экспериментальная психология. 2021. Том 14. № 3. С. 217—233. DOI:10.17759/exppsy.2021140315
5. Akgün B.M., Hiçdurmaz D., Öz F. The investigation of learned resourcefulness in terms of locus of control, sociotropy-autonomy personality traits, and demographic and professional variables in nurses // Journal of Psychiatric Nursing. 2019. Vol. 10. № 3. P. 155—164. DOI:10.14744/phd.2019.21549
6. Cacioppo J.T., Cacioppo S., Boomsma D.I. Evolutionary mechanisms for loneliness // Cognition & Emotion. 2014. Vol. 28(1). P. 3—21. DOI:10.1080/02699931.2013.837379
7. Carstensen L.L., Fung H.H., Charles S.T. Socioemotional Selectivity Theory and the Regulation of Emotion in the Second Half of Life // Motivation & Emotion. 2003. Vol. 27. № 2. P. 103—123. DOI:<https://doi.org/10.1023/A:1024569803230>
8. Connor-Smith J., Compas B.E. Vulnerability to Social Stress: Coping as a Mediator or Moderator of Sociotropy and Symptoms of Anxiety and Depression. // Cognitive Therapy and Research. 2002. Vol. 26. № 1. P. 39—55. DOI:10.1023/A:1013889504101
9. Craven J.M. Sociotropy and Autonomy in Older Adults and the Relationships between the Personality Styles, Social Support, and Affect // A thesis presented in partial

fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy in Psychology at Massey University. Palmerston North: Massey University, 2007. 232 p.

10. *Dasch K.B., Cohen L.H., Sahl J.C., Gunthert K.C.* Moderating Effects of Sociotropy and Autonomy on Affective and Self-esteem Reactivity to Daily Stressors // *Cognitive Therapy and Research*. 2008. Vol. 32. № 2. P. 177—195. DOI:10.1007/s10608-007-9126-1
11. *Hawkey L.C., Cacioppo J.T.* Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms // *Annals of Behavioral Medicine*. 2010. Vol. 40. P. 218—227. DOI:10.1007/s12160-010-9210-8
12. *Hayes A. F.* Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach (Methodology in the Social Sciences) (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press, 2018. 692 p.
13. *Luo Y., Hawkey L.C., Waite L.J., Cacioppo J.T.* Loneliness, health, and mortality in old age: A national longitudinal study // *Social Science & Medicine*. 2012. Vol. 74. P. 907—914. DOI:10.1016/j.socscimed.2011.11.028
14. *Marfoli A., Viglia F., Di Consiglio M., Merola S., Sdoia S., Couyoumdjian A.* Anaclitic-sociotropic and introjective-autonomic personality dimensions and depressive symptoms: a systematic review // *Annals of General Psychiatry*. 2021. Vol. 20. № 1. P. 1—30. DOI:10.1186/s12991-021-00373-z
15. *Otani K., Suzuki A., Matsumoto Y., Shirata T.* Marked differences in core beliefs about self and others, between sociotropy and autonomy: personality vulnerabilities in the cognitive model of depression // *Neuropsychiatric Disease & Treatment*. 2018. Vol. 14. P. 863—866. DOI:10.2147/NDT.S161541.
16. *Sato T.* Sociotropy and Autonomy: The Nature of Vulnerability // *Journal of Psychology*. 2003. Vol. 137. № 5. P. 447—466. DOI:10.1080/00223980309600627
17. *Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., Richardson E., Abbott P., Tumanov S., McKee M.* Loneliness: Its Correlates and Association with Health Behaviours and Outcomes in Nine Countries of the Former Soviet Union // *PLoS ONE*. 2013. Vol. 8. № 7. e67978. DOI:10.1371/journal.pone.0067978
18. *Yang K., Girgus J.S.* Are Women More Likely than Men Are to Care Excessively about Maintaining Positive Social Relationships? A Meta-Analytic Review of the Gender Difference in Sociotropy // *Sex Roles*. 2019. Vol. 81. № 3(4). P. 157—172. DOI:10.1007/s11199-018-0980-y

REFERENCES

1. ZHukovskaya L.V., Troshihina E.G. SHkala psihologicheskogo blagopoluchiya K. Riff [Scale of Psychological well-being by C. Ryff]. *Psihologicheskij zhurnal*, 2011, vol. 32, № 2, pp. 82—93.
2. Kryukova T. Coping with loneliness psychology. *Psychological Studies*, 2016, № 9 (49), pp. 1—13. DOI:10.54359/ps.v9i49.426
3. Osin E.N., Leont'ev D.A. Differential'nyj oprosnik perezhivaniya odinochestva: struktura i svoystva [Differential questionnaire of loneliness: structure and characteristics]. *Psihologiya. ZHurnal Vysshey shkoly ekonomiki=Psychology. Journal of the High School of Economics*, 2013, vol. 10, № 1, pp. 55—81.
4. Strizhitskaya O.Y., Petrash M.D., Murtazina I.R., Vartanyan G.A. Adaptation of “Sociotropy—Self-Sufficiency” Questionnaire for Russian Sample on Middle

- Adults and Ageing People. *Eksperimental'naâ psihologiâ = Experimental Psychology (Russia)*, 2021, vol. 14, № 3, pp. 217—233. DOI:10.17759/exppsy.2021140315. (In Russ., abstr. in Engl.)
5. Akgün B.M., Hiçdurmaz D., Öz F. The investigation of learned resourcefulness in terms of locus of control, sociotropy-autonomy personality traits, and demographic and professional variables in nurses. *Journal of Psychiatric Nursing / Psikiyatri Hemsireleri Dernegi*, 2019, vol. 10, № 3, pp. 155—164. DOI:10.14744/phd.2019.21549
 6. Cacioppo J.T., Cacioppo S., Boomsma D.I. Evolutionary mechanisms for loneliness. *Cognition & Emotion*, 2014, vol. 28 (1), pp. 3—21. DOI:10.1080/02699931.2013.837379
 7. Carstensen L.L., Fung H.H., Charles S.T. Socioemotional Selectivity Theory and the Regulation of Emotion in the Second Half of Life. *Motivation & Emotion*, 2003, vol. 27, № 2, pp. 103—123. DOI:10.1023/A:1024569803230
 8. Connor-Smith J., Compas B.E. Vulnerability to Social Stress: Coping as a Mediator or Moderator of Sociotropy and Symptoms of Anxiety and Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 2002, vol. 26, № 1, pp. 39—55. DOI:10.1023/A:1013889504101
 9. Craven J.M. Sociography and Autonomy in Older Adults and the Relationships between the Personality Styles, Social Support, and Affect. A thesis presented in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy in Psychology at Massey University. Palmerston North: Massey University, 2007. 232 p.
 10. Dasch K.B., Cohen L.H., Sahl J.C., Gunther K.C. Moderating Effects of Sociotropy and Autonomy on Affective and Self-esteem Reactivity to Daily Stressors. *Cognitive Therapy and Research*, 2008, vol. 32, № 2, pp. 177—195. DOI:10.1007/s10608-007-9126-1
 11. Hawley L.C.; Cacioppo J.T. Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 2010, vol. 40, pp. 218—227. DOI:10.1007/s12160-010-9210-8
 12. Hayes A. F. Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach (Methodology in the Social Sciences) (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press, 2018. 692 p.
 13. Luo Y., Hawley L.C., Waite L.J., Cacioppo J.T. Loneliness, health, and mortality in old age: A national longitudinal study. *Social Science & Medicine*, 2012, vol. 74, pp. 907—914. DOI:10.1016/j.socscimed.2011.11.028
 14. Marfoli A., Viglia F., Di Consiglio M., Merola S., Sdoia S., Couyoumdjian A. Anaclitic-sociotropic and introjective-autonomic personality dimensions and depressive symptoms: a systematic review. *Annals of General Psychiatry*, 2021, vol. 20, № 1, pp. 1—30. DOI:10.1186/s12991-021-00373-z
 15. Otani K., Suzuki A., Matsumoto Y., Shirata T. Marked differences in core beliefs about self and others, between sociotropy and autonomy: personality vulnerabilities in the cognitive model of depression. *Neuropsychiatric Disease & Treatment*, 2018, vol. 14, pp. 863—866. DOI:10.2147/NDT.S161541
 16. Sato T. Sociotropy and Autonomy: The Nature of Vulnerability. *Journal of Psychology*, 2003, vol. 137, № 5, pp. 447—466. DOI:10.1080/00223980309600627
 17. Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., Richardson E., Abbott P., Tumanov S., McKee M. Loneliness: Its Correlates and Association with Health Behaviours and

Outcomes in Nine Countries of the Former Soviet Union. *PLoS ONE*, 2013, vol. 8, № 7. e67978. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067978>

18. Yang K., Girgus J.S. Are Women More Likely than Men Are to Care Excessively about Maintaining Positive Social Relationships? A Meta-Analytic Review of the Gender Difference in Sociotropy. *Sex Roles*, 2019, vol. 81, № 3 (4), pp. 157–172. DOI:10.1007/s11199-018-0980-y

Информация об авторах

Стрижицкая Ольга Юрьевна, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>, e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

Петраш Марина Дмитриевна, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Россия, ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4542-7289>, e-mail: m.petrash@spbu.ru

Муртазина Инна Ралифовна, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>, e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

Information about the authors

Olga Yu. Strizhitskaya, DSc in Psychology, professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>, e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

Marina D. Petrash, PhD in Psychology, Associate Professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4542-7289>, e-mail: m.petrash@spbu.ru

Inna R. Murtazina, PhD in Psychology, Associate Professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>, e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

Получена 05.09.2023

Received 05.09.2023

Принята в печать 24.12.2023

Accepted 24.12.2023

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЕПАРАЦИЯ ОТ РОДИТЕЛЕЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ В КОНТЕКСТЕ ЦЕННОСТНЫХ И СМЫСЛОВЫХ ОРИЕНТАЦИЙ

А.В. КОРЕННАЯ

Алтайский государственный университет
(ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»),
г. Барнаул, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-7060-8377>,
e-mail: asya_korennaya@mail.ru

И.А. РАЛЬНИКОВА

Алтайский государственный университет
(ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»),
г. Барнаул, Российская Федерация.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9411-8787>,
e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Актуальность. Проблема психологической сепарации в юности находится в зоне множества противоречий, вызванных высокими требованиями общества к молодому поколению, с одной стороны, и затруднениями на пути соответствия им — с другой. **Цель исследования:** изучение взаимосвязи уровня сепарационной тревоги, компонентов психологической сепарации от родителей с ценностными и смысложизненными ориентациями в юношеском возрасте. **Материалы и методы:** методика «Измерение сепарационной тревоги у лиц старше 18 лет» V. Manicavasagar (адаптация А.А. Дитюк); «Опросник психологической сепарации» J. Hoffman (адаптация В.П. Дзукаева, Т.Ю. Садвниковой), «Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева, методика «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой. В выборку вошли 98 человек в возрасте от 17 до 21 года (52% — юноши, 48% — девушки). **Результаты и выводы.** Показано, что психологическая сепарация от родителей пройдена частично. Сепарация от матери выражена сильнее, чем от отца. Сепарационная тревога выражена в

средней степени. Превалирует конфликтный стиль сепарации. В большей степени пройдена аттитудная сепарация от родителей; у юношей и девушек выраженная сепарационная тревога сопряжена с несформированностью смысло-жизненных ориентаций и внутренней интегрированностью в плоскости «ценность-доступность» в сферах «счастливая семейная жизнь», «материально обеспеченная жизнь», «свобода»; незавершенная сепарация от матери и наличие смысла в жизни у ее детей взаимосвязаны; незавершенная сепарация от отца связана со смысложизненным кризисом настоящего и его детей.

Ключевые слова: психологическая сепарация, сепарационная тревога, юность, ценностные ориентации, смысложизненные ориентации.

Для цитаты: Коренная А.В., Ральникова И.А. Психологическая сепарация от родителей в юношеском возрасте в контексте ценностных и смысловых ориентаций // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 122—138. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320106>

PSYCHOLOGICAL SEPARATION FROM PARENTS IN ADOLESCENCE IN THE CONTEXT OF VALUE AND SEMANTIC ORIENTATIONS

ASIA V. KORENNAIA

Altai State University,
Barnaul, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-7060-8377>,

e-mail: asya_korennaya@mail.ru

IRINA A. RALNIKOVA

Altai State University,
Barnaul, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9411-8787>,

e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Relevance. The problem of psychological separation in adolescence comes up against many contradictions, such as high demands of society to the young generation and difficulties on the way to comply with them (prolongation of the adolescent period, dependence on parents, personal immaturity, infantilism, instability of axiological orientations, etc.). **Aim.** The goal is to study the relationship between the level of separation anxiety, components of psychological separation from parents and axiological and life-purpose orientations in adolescence. **Materials and methods.** Adult Separation Anxiety Questionnaire ASA-27, adapted by A.A. Dityuk Hoffman's question-

naire of psychological separation, D.A. Leontyev's test of life-purpose orientations, E.B. Fantalova's "Level of Value and Availability Ratio in Different Life Spheres". Sampling: 98 students of higher and secondary specialized educational institutions at the age of 17–21 years (52% boys and 48% girls). **Results and conclusions.** Components of psychological separation from parents in adolescence is uneven; psychological separation from parents has been partially completed. Separation from the mother is more pronounced than from the father. Separation anxiety is expressed to a moderate degree. The conflicting style of separation prevails. Attitudinal separation from parents has been achieved to a greater extent affective and behavioral separations are insufficiently formed; in boys and girls, pronounced separation anxiety is associated with unformed life-purpose orientations and motivational and personal integration in the "value-availability" plane in the areas of "happy family life", "materially secure life", "freedom"; incomplete separation from the mother and the presence of meaning in life for her children are interconnected; incomplete separation from the father is associated with the present life-meaning crisis in his children.

Keywords: psychological separation, separation anxiety, youth, value orientations, value-semantic orientations.

For citation: Korennaia A.V., Ralnikova I.A. Psychological Separation from Parents in Adolescence in The Context of Value and Semantic Orientations. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, no. 1, pp. 122–138. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320106> (In Russ.).

Введение

Научная проблема исследования психологической сепарации от родителей на возрастном этапе юности на сегодняшний день имеет актуальное значение. Неразрешенными остаются противоречия, существующие между запросами общества к представителям юношеского возраста и особенностями процесса социализации. Общество формирует в сознании молодых людей идеал успеха, конкурентоспособности, инициативности, ответственности, самостоятельности, саморазвития, что вступает в противоречие с такими феноменами процесса социализации, как удлинение периода взросления, зависимость от родительской семьи, личностная незрелость, инфантилизм юношей и девушек. Также юношеский возраст является наиболее чувствительным для становления ценностно-смысловых ориентаций в качестве устойчивого свойства личности [1]. Сформированная система личностных ценностей и смыслов является одним из основных звеньев, регулирующих поведение и деятельность [6]. Однако жизненные ценности и смысложизненные ориентиры у современной молодежи достаточно неустойчивы, зачастую противоречивы, во много зависят от мнения окружающих и установок родительской семьи [5].

Процесс сепарации взрослеющих детей от родителей стал центром исследовательского внимания многих ученых (А.Я. Варга, В.Н. Дзукаева, А.А. Дитюк, А.В. Литвинова, А.Ю. Маленова, Ю.В. Потапова, В.Р. Манукян, Т.И. Сытько, Т. Kavcic, R.E. Lacey, J.A. Hoffman и др.). В работах этих авторов сепарация рассматривается через обретение чувства собственного Я, достижение психологической независимости [1; 9], т. е. психологическое отделение детей от родителей и утверждение их независимости [8]. В процессе сепарации отношения между ребенком и родителями постепенно становятся все более равными, характеризуются наличием психологических границ друг от друга, уважением и принятием индивидуальности друг друга, выстраиваются по типу «взрослый-взрослый» [14].

К настоящему времени в психологической науке описаны социокультурные, ситуационные, диспозиционные, семейные, регулятивные факторы психологической сепарации [8; 9]. Выявлены взаимосвязи психологической сепарации с формированием идентичности и психологическим благополучием [10], адаптированностью, переживанием одиночества и депрессии [15; 16; 17], стрессоустойчивостью [13]. Осмыслена проблема сепарационной тревоги как центрального маркера процесса отделения от родителей, которая проявляется в виде неадекватного, чрезмерного страха и/или тревоги по поводу реальной или воображаемой разлуки с объектом привязанности [14].

В юношеском возрасте решение задачи психологической сепарации связано с формированием системы ценностей и смыслов. В данный возрастной период идут кардинальные преобразования в сфере сознания, самосознания, деятельности, взаимоотношений; личностные установки подвергаются сомнению; пересматриваются жизненные цели; расширяется ценностный диапазон; происходит осознание новых смыслов [4; 5; 11].

Единство взглядов ученых на понимание роли ценностно-смысловой сферы касается ее обозначения в качестве ядровой структуры личности. Данная сфера включает в себя систему ценностных ориентаций, отражающих систему личностных смыслов, субъективную значимость для человека предметов и явлений окружающего его мира [5]. Ценности и смыслы обладают системообразующей функцией, понимаются как сложное, многокомпонентное, выстроенное в определенном иерархическом порядке образование, как движущая сила в определении поведения человека [5; 12]. Смысложизненные ориентации являются способом конструирования человеком собственной жизни в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов, целей [5].

Цель настоящего исследования — изучение взаимосвязи уровня сепарационной тревоги и компонентов психологической сепарации от родителей с ценностными и смысложизненными ориентациями в юношеском возрасте.

В качестве *гипотез* выступило предположение о наличии взаимосвязи психологической сепарации от родителей и ценностно-смысловых образований у юношей и девушек.

Методы

В исследование вошли следующие опросники.

— Анкета, раскрывающая основную социо-биографическую информацию (пол, возраст, образование, тип учебного заведения, наличие работы, тип родительской семьи (полная/неполная), наличие устойчивых романтических отношений).

— Методика «Измерение сепарационной тревоги у лиц старше 18 лет» ASA-27 (Adult Separation Anxiety Questionnaire) в адаптации А.А. Дитюк [3] для определения уровня сепарационной тревоги.

— «Опросник психологической сепарации» — Psychological Separation Inventory (PSI, J. Hoffman, 1984) в адаптации В.П. Дзукаева, Т.Ю. Садовниковой для анализа структурных составляющих психологической сепарации [16].

— «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева [7] для выявления смысложизненных ориентаций и локуса контроля.

— Методика «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой [12] для обнаружения расхождения в плоскости «ценность-доступность», дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере.

Математико-статистический анализ проводился с использованием пакета SPSS 23.0. Для выявления взаимосвязи параметров «уровень сепарационной тревоги», «компоненты психологической сепарации от родителей», «соотношение ценности и доступности различных жизненных сферах», «смысложизненные ориентации» предпринят корреляционный анализ по Спирмену. Для выявления предикативной связи указанных параметров применен множественный регрессионный анализ.

В выборку исследования вошли 98 студентов высших и среднеспециальных учебных заведений в возрасте 17—21 года (табл. 1)

Таблица 1

Характеристики выборки

Параметры	Количество респондентов (в %)
<i>Пол</i>	
Мужской	52
Женский	48

Параметры	Количество респондентов (в %)
<i>Тип родительской семьи</i>	
Полная семья	65
Неполная семья (развод родителей)	35
<i>Проживание в родительской семье</i>	
Проживают с родителями	20
Проживают отдельно от родителей	80
<i>Образование</i>	
Неоконченное высшее	70
Неоконченное среднее специальное	30
<i>Учеба и работа</i>	
Учатся и работают	71
Только учатся	29
<i>Наличие устойчивых романтических отношений</i>	
Имеют устойчивые романтические отношения (состоят в официальном или гражданском браке)	53
Не имеют устойчивых романтических отношений	47

Результаты

Сепарационная тревога у юношей и девушек в отношениях с родителями умеренно выражена: $M = 22,25$ балла; $SD = 11,01$, средний уровень выраженности, согласно методике измерения сепарационной тревоги, соответствует 19-37 баллам. Данные указывают на частичную завершенность сепарационных процессов, наличие беспокойства по поводу возможной разлуки с родителями, переживание состояния фрустрации, вызванного необходимостью поддержания отношений сверхблизости или эмоционального разрыва.

В отношении структурных компонентов психологической сепарации от матери и отца у респондентов можно выделить как сходства, так и различия. Выраженность степени психологической сепарации, согласно опроснику, находится в границах от 0 до 5 баллов. Установлено, что психологическая сепарация от матери выражена сильнее, чем от отца. Сходство сепарационного процесса от матери и отца проявляется в следующих аспектах: 1) преобладание у юношей и девушек конфликтного стиля сепарации, когда они часто испытывают вину, стыд, гнев, тревогу при расхождении их собственных мнений с родительскими; 2) аттитудная независимость от

родителей, когда собственные убеждения, мнения, оценки, установки детей отличаются от родительских, достаточно хорошо сформирована и выражена в большей степени по сравнению с эмоциональной и функциональной; 3) эмоциональная сепарация от родителей пройдена частично, юноши и девушки испытывают потребность в родительском одобрении и поддержке, в первую очередь, от отца; 4) функциональная независимость сформирована слабее всего в данной выборке респондентов, им не хватает самостоятельности в принятии решений, жизненных выборах, вопросах материального обеспечения, они порой не способны физически находиться вне родительской семьи (табл. 2).

Таблица 2

**Уровень и структура психологической сепарации от родителей
у юношей и девушек (в баллах)**

Показатели	Среднее значение (М)	Стандартное отклонение SD
Конфликтологическая независимость от матери	1,59	1,52
Конфликтологическая независимость от отца	1,32	0,78
Эмоциональная независимость от матери	3,24	0,92
Эмоциональная независимость от отца	2,99	1,16
Аттitudная независимость от матери	3,73	1,62
Аттitudная независимость от отца	3,42	2,15
Функциональная независимость от матери	2,87	1,55
Функциональная независимость от отца	2,44	1,38

Анализ смысложизненных ориентаций показывает, что юноши и девушки имеют достаточно высокий показатель осмысленности жизни — $M = 112,63$; $SD = 14,64$ (при тестовой норме: для мужского пола — $M = 103,1$ ($SD = 15,03$) и женского пола — $M = 95,76$ ($SD = 16,54$)); временная перспектива юношей и девушек наполнена целями, которые задают направление развертывания жизни, выступают в качестве источника смыслопорождения — $M = 35,21$; $SD = 6,22$ (табл. 2) (при тестовой норме для мужского пола — $M = 32,9$; $SD = 5,92$ и женского пола — $M = 29,38$; $SD = 6,24$); они воспринимают свою жизнь как интересную, эмоционально насыщенную — $M = 32,25$; $SD = 6,04$ (при тестовой норме для мужского пола — $M = 31,09$; $SD = 4,44$ и женского пола — $M = 28,8$; $SD = 6,14$) и результативную — $M = 28,18$; $SD = 4,9$ (при тестовой норме

для мужского пола — $M = 25,46$; $SD = 4,3$ и женского пола — $M = 23,3$; $SD = 4,95$). Данные свидетельствуют об удовлетворенности респондентов своим прошлым, настоящим, будущим и жизнью в целом. Также юноши и девушки считают себя полноправными хозяевами жизни — значение показателя «Локус контроля — Я» — $M = 23,52$; $SD = 4,25$ (при тестовой норме для мужского пола — $M = 21,13$; $SD = 3,85$ и женского пола — $M = 18,58$; $SD = 4,3$), убеждены в том, что могут контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их — $M = 33,86$; $SD = 6,44$ (при тестовой норме для мужского пола — $M = 33,14$; $SD = 5,8$ и женского пола — $M = 28,7$; $SD = 6,1$).

Результаты диагностики ценности и доступности в различных жизненных сферах свидетельствуют о том, что самыми значимыми жизненными сферами для респондентов являются «материально обеспеченная жизнь» — $M = 1,79$; $SD = 3,25$; «семейная жизнь» — $M = 1,54$; $SD = 3,07$; «здоровье» — $M = 1,08$; $SD = 3,35$. Самыми незначимыми стали сферы «красота природы и искусства» — $M = -1,92$; $SD = 3,12$; «творчество» — $M = -1,54$; $SD = 3,27$; «активная, деятельная жизнь» — $M = -1,55$; $SD = 3,28$.

Результаты диагностики соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах указывают на то, что 76% юношей и девушек обладают оптимальным соотношением данных плоскостей сознания (уровень расхождения ценности и доступности находится в границах от 0 до 3 баллов). Им присущи высокий уровень самореализации, внутренняя гармония, интегрированность, самореализация, внутренняя идентичность в жизненных сферах: «интересная работа», «уверенность в себе», «наличие хороших и верных друзей».

У 24% респондентов зафиксированы значительные расхождения ценности и доступности в сферах «активная деятельная жизнь», «здоровье» и «любовь» (уровень расхождения ценности и доступности находится в границах от 4 до 6 баллов), что проявляется в неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией в данных сферах, внутреннем дискомфорте, блокаде основных потребностей, недостаточном уровне самореализации. Также выявлена мотивационно-личностная дезинтеграция в сферах «материально обеспеченная жизнь», «творчество», «красота природы и искусства» (уровень расхождения ценности и доступности находится в границах от 7 до 11 баллов). Более пристальный анализ дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере позволил определить наличие внутренних конфликтов в сферах «здоровье», «любовь», «материально обеспеченная жизнь», «свобода», «счастливая семейная жизнь», а также внутренних вакуумов (опустошенности) в сферах «активная жизнь», «интересная работа», «красота природы и искусства», «познание», «творчество».

Таблица 3

**Взаимосвязь параметров уровня сепарационной тревоги
и смысложизненных ориентаций у юношей и девушек**

Смысложизненные ориентации	Уровень сепарационной тревоги, г
Цели в жизни	-0,319**
Процесс жизни	-0,257*
Результативность жизни	-0,356**
Локус контроля — Я	-0,410**
Локус контроля — Жизнь	-0,302**

Примечание: «*» — значение г значимо при $p \leq 0,05$; «**» — значение г значимо при $p \leq 0,01$.

Представленные в табл. 3 данные свидетельствуют о том, что осмысленность жизни и сепарационная тревога являются «полярными» феноменами: чем выше уровень сепарационной тревоги у юношей и девушек, тем слабее у них выражены смысложизненные ориентиры: целеполагание, планирование, контроль и управление процессом своей жизни, а также ответственность за результаты и жизненные выборы. Так, умение найти смысл жизни, источником которого выступает собственное прошлое, настоящее и будущее, можно трактовать как механизм совладания с тревогой по поводу психологического отделения от родителей в юности.

Результаты корреляционного анализа (табл. 4) показывают, что согласованность ценности и доступности в сферах «счастливая семейная жизнь», «материально обеспеченная жизнь», «свобода» связана с выраженной сепарационной тревогой. На актуальном жизненном этапе, когда сепарация от родителей не завершена, юноши и девушки в данных сферах чувствуют себя гармонично, получают удовлетворение; сепарационная тревога может быть связана с опасениями относительно будущего, когда обретение самостоятельности усложнит реализацию значимых ценностей.

Таблица 4

**Взаимосвязь параметров уровня сепарационной тревоги и расхождения
ценности и доступности в жизненных сферах у юношей и девушек**

Расхождение ценности и доступности в жизненных сферах	Уровень сепарационной тревоги
	г
Счастливая семейная жизнь	-0,380**
Материально обеспеченная жизнь	-0,257*
Свобода	-0,208*

Примечание: «*» — значение г значимо при $p \leq 0,05$; «**» — значение г значимо при $p \leq 0,01$.

Корреляционный анализ выявил разный характер взаимосвязи психологической сепарации от матери и от отца у юношей и девушек с компонентами смысложизненных ориентаций (табл. 5).

Таблица 5
Взаимосвязь параметров психологической сепарации от матери/отца и смысложизненных ориентаций у юношей и девушек

Компоненты психологической сепарации	Смысложизненные ориентации				
	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля — Я	Локус контроля — Жизнь
Конфликтологическая независимость от матери	-0,262**	-0,077	-0,179	-0,305**	-0,186
Конфликтологическая независимость от отца	0,094	0,286**	0,071	0,114	0,133
Эмоциональная независимость от матери	-0,303**	-0,186	-0,283**	-0,300**	-0,309**
Эмоциональная независимость от отца	0,033	0,231*	0,001	0,079	0,013
Аттитудная независимость от матери	-0,175	-0,077	-0,139	-0,156	-0,202*
Аттитудная независимость от отца	0,170	0,294**	0,118	0,137	0,204*
Функциональная независимость от матери	-0,336**	-0,235*	-0,314**	-0,310**	-0,354**
Функциональная независимость от отца	0,160	0,244*	0,120	0,136	0,168

Примечание: «*» — значение r значимо при $p \leq 0,05$; «**» — значение r значимо при $p \leq 0,01$.

Согласно данным табл. 5, в случае слабой сепарации от матери (конфликтологической, эмоциональной, функциональной) сильнее выражены такие ориентиры, как целеполагание, поиск смысла жизни в будущем и интернальный локус контроля. При выраженном конфликтном стиле сепарации, переживании вины, стыда, гнева, тревоги вследствие расхождения мнений с родительскими, необходимости эмоциональной поддержки и одобрения со стороны матери, несамостоятельности в принятии важных жизненных решений у юношей и девушек ярче выражены смысложизненные ориентации на будущее и вера в себя.

В качестве взаимосвязанных параметров выступили слабая сепарация от отца (конфликтологическая, эмоциональная, аттитюдная, функциональная), несформированность смысложизненных ориентации (настоящее), склонность воспринимать процесс жизни неинтересным, эмоционально пустым. То есть выраженный конфликтный стиль сепарации от отца, актуализирующий переживание негативных эмоций в случае расхождения мнений, сильная потребность в эмоциональной поддержке и одобрении с его стороны, несамостоятельность в собственных взглядах и жизненных выборах тем ярче, чем острее смысложизненный кризис настоящего. Вместе с этим слабая функциональная сепарация от матери, а значит зависимость жизненных решений от ее мнения, материальная зависимость связаны с восприятием настоящего периода жизни как привлекательного и наполненного смыслом.

Слабая эмоциональная и функциональная сепарация от матери связана с выраженным ориентиром на поиск источника смысла жизни в прошлом и высокой оценкой результативности пройденного отрезка жизненного пути. Так, чем более выражена потребность в эмоциональной поддержке, одобрении от матери, материальная зависимость от нее, несамостоятельность в своих убеждениях, мнениях, оценках, установках, тем чаще юноши и девушки видят в качестве источника смысла жизни свое прошлое.

Слабая сепарация от матери (эмоциональная, аттитюдная, функциональная) и экстернальный локус контроля выступили в качестве взаимосвязанных параметров: уверенность юношей и девушек в своих возможностях контролировать процесс жизни оказалась связанной с выраженной потребностью в эмоциональной поддержке и одобрении со стороны матери, несамостоятельностью собственного мнения и зависимостью решений от взглядов матери. Напротив, в случае слабой аттитюдной независимости от отца (несамостоятельности суждений, взглядов, оценок и др.) экстернальный локус контроля не выражен, т. е. налицо неуверенность детей в реализации задуманного.

Обнаружены корреляционные взаимосвязи компонентов психологической сепарации от матери и показателя рассогласованности ценности и доступности в сфере «материально обеспеченная жизнь» (табл. 6).

В отношении отца корреляционных взаимосвязей указанных показателей обнаружено не было. В случае слабой конфликтологической и эмоциональной сепарации от матери выражено рассогласование ценности и доступности в сфере «материально обеспеченная жизнь». При слабой функциональной сепарации от матери, материальные блага значимы и доступны. Так, в случае конфликтного стиля сепарации от матери, потребности в частой эмоциональной поддержке с ее стороны у респондентов увеличиваются неудовлетворенность текущей ситуацией

Т а б л и ц а 6

Взаимосвязь параметров психологической сепарации от матери/отца и рассогласования ценности и доступности в сфере «материально обеспеченная жизнь» у юношей и девушек

Компоненты психологической сепарации	Рассогласование ценности и доступности в сфере «материально обеспеченная жизнь»
Конфликтологическая независимость от матери	-0,224*
Эмоциональная независимость от матери	-0,219*
Функциональная независимость от матери	0,298**

Примечание: «*» — значение г значимо при $p \leq 0,05$; «**» — значение г значимо при $p \leq 0,01$.

в материальных вопросах, внутренний дискомфорт, усиливается ощущение нереализованности. В случае зависимости в принятии важных жизненных решений от матери подобной неудовлетворенности в материальной сфере не возникает (табл. 6).

Обсуждение

Получили подтверждение научные данные, опубликованные в работах В.Н. Дзукаевой А.А. Дитюк [2; 3] о неравномерной сформированности компонентов психологической сепарации в юности. Наряду с этим результаты нашего исследования позволили определить, что сепарация от матери сильнее выражена по сравнению с сепарацией от отца; преобладает конфликтный стиль сепарации; в большей степени сформирована аттитюдная независимость, как от матери, так и от отца, слабее — эмоциональная и функциональная. Наличие разной степени готовности к сепарации на уровне мыслей, эмоций и поведения позволяет объяснить описанную современными исследователями тенденцию к удлинению периода взросления [11; 14] и усилению затруднений в формировании идентичности личности [5; 10; 17].

Полученные нами данные согласуются с научными взглядами А.Я. Варги [1] в отношении переживания тревоги в юности в случае незавершенной сепарации от родителей по поводу возможной разлуки с ними и углубляют осмысление факторов, связанных с переживанием тревоги с точки зрения анализа смысложизненных ориентаций и личностных ценностей. Выраженная сепарационная тревога взаимосвязана с несформированностью смысложизненных ориентаций у юношей и девушек. Наряду с этим высокая сепарационная тревога связана с внутренней интегриро-

ванностью в плоскости «ценность-доступность» в сферах «счастливая семейная жизнь», «материально обеспеченная жизнь», «свобода».

Проведенное исследование подтвердило наличие взаимосвязи особенностей структуры жизненных ценностей и характера психологической сепарации от родителей в юности, выявленных в исследованиях Д.А. Донцова и М.В. Донцовой, А.В. Литвиновой, А.Ю. Маленовой и Ю.В. Потаповой [4; 8; 9].

Полученные в исследовании результаты подтверждают данные относительно наличия специфики психологической сепарации от матери и от отца, описанные в работах В.Н. Дзукаевой, А.А. Дитюк, Т. Кавсис и М. Zurancic [2; 3; 14], и дополняют их. Так, сепарация от матери связана с выраженными смысложизненными ориентациями (жизнь юношей и девушек наполнена смыслом, в качестве источника которого выступает прошлое, настоящее, будущее; они планируют свое будущее, удовлетворены настоящим, довольны результатами самореализации, уверены в себе и своих возможностях). Наряду с этим, сепарация от отца связана с переживанием смысложизненного кризиса в настоящем и неуверенностью юношей и девушек в том, что они смогут воплотить в жизнь задуманное.

Перспективой дальнейшего исследования является изучение гендерной специфики психологической сепарации и переживания сепарационной тревоги в юношеском возрасте, также ценностно-смысловых предикторов сепарации от матери и отца, факторов, препятствующих/способствующих прохождению сепарации.

Выводы

Полученные результаты показали, что у юношей и девушек, принявших участие в исследовании, сепарационная тревога выражена в средней степени. Психологическая сепарация от родителей на уровне мыслей, чувств и поведения пройдена частично. Превалирует конфликтный стиль сепарации. Сепарация от матери выражена сильнее, чем сепарация от отца. В большей степени пройдена аттитюдная сепарация от родителей, в меньшей степени — функциональная сепарация.

Смысложизненные ориентации у юношей и девушек сформированы. Их жизнь наполнена смыслом. Источниками жизненного смысла являются прошлое, настоящее и будущее. Они удовлетворены процессом жизни и результатами пройденного этапа жизненного пути, строят планы на будущее, уверены в себе, убеждены в том, что могут контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их.

Значимыми жизненными сферами для респондентов являются «материально обеспеченная жизнь»; «семейная жизнь»; «здоровье», незна-

чимыми стали сферы «красота природы и искусства»; «творчество»; «активная, деятельная жизнь». Ценностная сфера большинства опрошенных юношей и девушек характеризуется внутренней интегрированностью. Значительные расхождения ценности и доступности присутствуют в сферах «активная деятельная жизнь», «здоровье» и «любовь». Мотивационно-личностная дезинтеграция обнаружена в сферах «материально обеспеченная жизнь», «творчество», «красота природы и искусства».

У юношей и девушек, участвовавших в исследовании, психологическая сепарация и сепарационная тревога связаны со смысложизненными и ценностными ориентациями. В качестве взаимосвязанных параметров выступают выраженная сепарационная тревога и несформированность смысложизненных ориентаций, с одной стороны, и внутренняя интегрированность в плоскости «ценность-доступность» в сферах «счастливая семейная жизнь», «материально обеспеченная жизнь», «свобода» — с другой стороны. Незавершенная сепарация от матери связана с наличием смысла жизни у юношей и девушек, укреплением веры в себя и уверенностью в достижении поставленных целей. В противовес этому незавершенная сепарация от отца связана с переживанием смысложизненного кризиса в настоящем и неуверенностью юношей и девушек в том, что они смогут реализовать задуманное. В случае конфликтного стиля сепарации от матери и слабой эмоциональной независимости от нее у юношей и девушек увеличиваются неудовлетворенность текущей ситуацией в материальных вопросах, внутренний дискомфорт, усиливается ощущение нереализованности в данной сфере. Непройдённая функциональная сепарация обнаруживает связь с гармоничностью соотношения ценности и доступности в сфере «материально обеспеченная жизнь».

Анализ результатов исследования позволяет определить основные мишени психологической работы с проблемной ситуацией клиента, связанной с трудностями прохождения сепарации от родителей. В качестве таких мишеней выступают смысложизненный кризис (отсутствие/потеря смысла жизни) и мотивационно-личностная дезинтеграция (внутренние конфликты и экзистенциальные вакуумы) в ценностной сфере.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Вара А.Я.* Введение в системную семейную психотерапию. М.: Когито-Центр, 2009. 182 с.
2. *Дзукаева В.П., Садовникова Т.Ю.* Адаптация опросника PSI (Psychological Separation Inventory) на российской выборке // Семейная психология и семейная психотерапия. 2014. № 1. С. 3—20.
3. *Дитюк А.А.* Адаптация теста сепарационной тревоги взрослых ASA-27 (Adult Separation Anxiety Questionnaire) на российской выборке [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2016. Том 9. № 46. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.11.2022).

4. Донцов Д.А., Донцова М.В. Психологические особенности юношеского (студенческого) возраста // Образовательные технологии. 2013. № 2. С. 34—42.
5. Ильин В.И. Психология взросления: Развитие индивидуальности в семье и обществе. М.: Этерна, 2006. 336 с.
6. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. 487 с.
7. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 2000. 18 с.
8. Литвинова А.В. Психологическая сепарация от родителей как условие развития целеполагания студентов. [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2020. Том 12. № 1. С. 59—71. URL: https://psyjournals.ru/files/113219/psyedu_2020_n1_Litvinova.pdf (дата обращения: 17.03.2023).
9. Маленова А.Ю., Потапова Ю.В. Сепарация взрослеющих детей: свобода для или от? Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2020. 311 с.
10. Манукян В.Р. Взросление молодежи: сепарация от родителей, субъективная зрелость и психологическое благополучие в возрасте 18—27 лет // Психологическая наука и образование. 2022. Том 27. № 3. С. 129—140. DOI:10.17759/pse.2022270310
11. Шилова Н.П., Владыко А.К. Этапы взросления в российской современной культуре // Сибирский психологический журнал. 2021. № 1. 82. С. 37—53. DOI:10.17223/17267080/82/3
12. Фанталова Е.Б. Ценности и внутренние конфликты: теория, методология, диагностика. М.: Директ-Медиа, 2015. 141 с.
13. Transition-to-adulthood profiles and well-being: similarities and distinctions among urban and remote contexts / S. Boisvert [et al.] // Emerging Adulthood. 2020. Vol. 10. № 5. P. 1191—1203.
14. Kavcic T., Zupancic M. Types of separation-individuations in relation to mothers and fathers among young people entering adulthood // Journal of Youth Studies. 2019. Vol. 22. № 1, P. 66—86. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070
15. Lacey R.E., Bartley M., Pikhart H. et al. Parental separation and adult psychological distress: an investigation of material and relational mechanisms // BMC Public Health. 2014. Vol. 14. № 1. e272. DOI:10.1186/1471-2458-14-272
16. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents // Journal of Counseling Psychology. 1984. Vol. 31. P. 170—178.
17. Zukauskienė R., Kaniūšonytė G., Nelson L.J., Crocetti E., Malinauskienė O., Hihara S., Sugimura K. Objective and subjective markers of transition to adulthood in emerging adults: Their mediating role in explaining the link between parental trust and life satisfaction // Journal of Social and Personal Relationships. 2020. Vol. 37. № 12. P. 3006—3027. DOI:10.1177/0265407520948621

REFERENCES

1. Varga A.Ya. Vvedenie v sistemnyuyu semeinuyu psikhoterapiyu [Introduction to Systemic Family Therapy]. Moscow: Izd-vo Kogito-Tsentr, 2009. 182 p.
2. Dzukaeva V.P., Sadovnikova T.Yu. Adaptatsiya oprosnika PSI (Psychological Separation Inventory) na rossiiskoi vyborke [Adaptation of the PSI (Psychological

- Separation Inventory) questionnaire on the Russian sample]. *Semeinaya psikhologiya i semeinaya psikhoterapiya = Family psychology and family psychotherapy*, 2014, vol. 1, pp. 3—20. (In Russ.; abstr. in Engl.).
3. Dityuk A.A. Adaptatsiya testa separatsionnoi trevogi vzroslykh ASA-27 (Adult Separation Anxiety Questionnaire) na rossiiskoi vyborke [Elektronnyi resurs] [Adaptation of the ASA-27 (Adult Separation Anxiety Questionnaire) test of adult separation anxiety on a Russian sample]. *Psikhologicheskie issledovaniya = Psychological research*, 2016, vol. 9, no. 46. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 11.11.2022). (In Russ., Abstr. in Engl.).
 4. Dontsov D.A., Dontsova M.V. Psikhologicheskie osobennosti yunosheskogo (studentcheskogo) vozrasta [Psychological characteristics of youthful (student) age]. *Obrazovatel'nye tekhnologi = Educational technologies*, 2013, no. 2, pp. 34—42. (In Russ., Abstr. in Engl.).
 5. Il'in V.I. Psikhologiya vzrosleniya: Razvitiye individual'nosti v sem'e i obschestve [Psychology of growing up: Development of individuality in the family and society]. Moscow: Eterna, 2006. 336 p.
 6. Leont'ev D.A. Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti [Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of meaning reality]. Moscow: Smysl, 2003. 487 p.
 7. Leont'ev D.A. Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO) [Meaningful Orientation Test (MOT)]. Moscow: Smysl, 2000. 18 p.
 8. Litvinova A.V. Psikhologicheskaya separatsiya ot roditelei kak uslovie razvitiya tselepolaganiya studentov. [Elektronnyi resurs] [Psychological separation from parents as a condition for the development of students' goal setting]. *Psikhologopedagogicheskie issledovaniya = Psychological and pedagogical research*, 2020, no. 1, pp. 59—71. Available at: https://psyjournals.ru/files/113219/psyedu_2020_n1_Litvinova.pdf (Accessed 17.03.2023). (In Russ., Abstr. in Engl.).
 9. Malenova A.Yu., Potapova Yu.V. Separatsiya vzrosleyushchikh detei: svoboda dlya ili ot? [Separation of growing children: freedom for or from?]. Omsk: Izd-vo Om. gos. un-ta, 2020. 311 p.
 10. Manukyan V.R. Vzroslenie molodezhi: separatsiya ot roditelei, sub"ektivnaya vzroslost' i psikhologicheskoe blagopoluchie v vozraste 18—27 let. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2022, Vol. 27, no. 3, pp. 129—140. DOI:10.17759/pse.2022270310 (In Russ., Abstr. in Engl.).
 11. Shilova N.P., Vladyko A.K. Etapy vzrosleniya v rossiiskoi sovremennoi kul'ture. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal = Siberian Psychological Journal*, 2021, no. 1, 82, pp. 37—53. DOI:10.17223/17267080/82/3 (In Russ., Abstr. in Engl.).
 12. Fantalova E.B. Tsennosti i vnutrennie konflikty: teoriya, metodologiya, diagnostika [Values and internal conflicts: theory, methodology, diagnostics]. Moscow, Berlin: Direkt-Media, 2015. 141 p.
 13. Transition-to-adulthood profiles and well-being: similarities and distinctions among urban and remote contexts / S. Boisvert [et al.]. *Emerging Adulthood [Internet]*, 2020. Vol. 10, no. 5, pp. 1191—1203. DOI:10.1177/2167696820983040 (Accessed 19.04.2023).
 14. Kavcic T., Zupancic M. Types of separation-individuation in relation to mothers and fathers among young people entering adulthood. *Journal of Youth Studies*, 2019, vol. 22, no. 1, pp. 66—86. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070

15. Lacey R.E., Bartley M., Pikhart H. et al. Parental separation and adult psychological distress: an investigation of material and relational mechanisms. *BMC Public Health*, 2014. Vol. 14. DOI:10.1186/1471-2458-14-272
16. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 1984, vol. 31, pp. 170—178.
17. Zukauskienė R., Kaniušonytė G., Nelson L.J., Crocetti E., Malinauskienė O., Hihara S., Sugimura K. Objective and subjective markers of transition to adulthood in emerging adults: Their mediating role in explaining the link between parental trust and life satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2020. Vol. 37, no. 12. pp. 3006—3027. DOI:10.1177/0265407520948621

Информация об авторах

Коренная Ася Владимировна, магистр психологии, Алтайский государственный университет (ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»), г. Барнаул, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-7060-8377>, e-mail: asya_korennaya@mail.ru

Ральникова Ирина Александровна, доктор психологических наук, профессор, Алтайский государственный университет (ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»), г. Барнаул, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9411-8787>, e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Information about the authors

Asia V. Korennaia, Master in Psychology Altai State University, Barnaul, Russia, ORCID 0009-0004-7060-8377, e-mail: asya_korennaya@mail.ru

Irina A. Ralnikova, DSc in Psychology, Professor, Altai State University, Barnaul, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9411-8787>, e-mail: irinaralnikova@yandex.ru

Получена 29.11.2023

Received 29.11.2023

Принята в печать 01.02.2024

Accepted 01.02.2024

ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ШКОЛЬНЫХ УЧИТЕЛЕЙ

О.Б. КРУШЕЛЬНИЦКАЯ

Московский государственный психолого-педагогический
университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>,
e-mail: social2003@mail.ru

Н.В. КОЧЕТКОВ

Московский государственный психолого-педагогический
университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6346-6113>,
e-mail: nkochetkov@mail.ru

Т.Ю. МАРИНОВА

Московский государственный психолого-педагогический
университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>,
e-mail: marinovatu@mgppu.ru

В.А. ОРЛОВ

Московский государственный психолого-педагогический
университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4708-4312>,
e-mail: vladimirorlov@bk.ru

М.Н. РАСХОДЧИКОВА

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>,
e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Н.А. ХАЙМОВСКАЯ

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0743-3995>,
e-mail: tatisheva@yandex.ru

Актуальность. В научной литературе наблюдается недостаток информации о предикторах профессионального выгорания у школьных учителей. Это затрудняет психологическую работу по профилактике и преодолению синдрома профессионального выгорания, являющегося следствием значительных физических и психологических перегрузок у современных педагогов. **Цель:** выявить наиболее значимые личностные факторы профессионального выгорания у школьных учителей. **Дизайн исследования.** В статье проанализированы связи между профессиональным выгоранием школьных учителей и такими личностными факторами, как профессиональная мотивация педагогов, их смысложизненные ориентации, стратегии совладающего поведения, удовлетворенность различными аспектами педагогической деятельности. Материалы и методы. В исследовании приняли участие 409 учителей средних общеобразовательных школ г. Москвы и Московской области в возрасте от 23 до 65 лет. Использовались: опросник «Профессиональное выгорание», «Тест смысложизненных ориентаций», «Опросник компонентов удовлетворенности трудом», «Опросник способов совладания», «Опросник профессиональной мотивации». Анализ данных проводился с помощью корреляционного и множественного регрессионного анализа. **Результаты.** Показано, что высокую значимость для снижения риска профессионального выгорания имеют социально-психологические качества личности, необходимые для построения педагогического взаимодействия учителя с другими участниками образовательных отношений, прежде всего с родителями учеников. Выделены наиболее значимые личностные факторы, являющиеся предикторами профессионального выгорания у школьных учителей с различными показателями выгорания: неудовлетворенность взаимодействием с родителями учеников, преобладание контролируемой мотивации трудовой деятельности, предпочтение неконструктивных стратегий совладания с проблемными ситуациями, чувство нереализованности и невозможности полноценно управлять своей жизнью. **Выводы.** Психолого-консультативная и психотерапевтическая помощь школьным учителям может быть расширена за счет коррекции мотивации труда, использования положительной переоценки и отказа от конфронтации для совлада-

ния со сложными ситуациями, обучения эффективным средствам общения с другими участниками образовательных отношений.

Ключевые слова: учитель, общеобразовательная школа, профессиональное выгорание, профессиональная мотивация, смысложизненные ориентации, удовлетворенность профессиональной деятельностью, копинг-стратегии, педагогическое взаимодействие, участники образовательных отношений.

Для цитаты: Крушельницкая О.Б., Кочетков Н.В., Маринова Т.Ю., Орлов В.А., Расходчикова М.Н., Хаймовская Н.А. Личностные факторы профессионального выгорания у школьных учителей // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 139–157. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320107>

PERSONAL FACTORS OF PROFESSIONAL BURNOUT AMONG SCHOOL TEACHERS

OLGA B. KRUSHELNITSKAYA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>,
e-mail: social2003@mail.ru

NIKITA V. KOCHETKOV

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6346-6113>,
e-mail: nkochetkov@mail.ru

TATYANA YU. MARINOVA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>,
e-mail: marinovatu@mgppu.ru

VLADIMIR A. ORLOV

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4708-4312>,
e-mail: vladimirorlov@bk.ru

MARINA N. RASKHODCHIKOVA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>,
e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

NATALIA A. HAYMOVSKAYA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0743-3995>,
e-mail: tatisheva@yandex.ru

The relevance. There is a lack of information in the scientific literature about predictors of professional burnout among schoolteachers. This complicates psychological work to prevent and overcome professional burnout syndrome, which is a consequence of significant physical and psychological overload among modern teachers. **The aim.** To identify the most significant personal factors of professional burnout among schoolteachers. **Study design.** The article analyzes the relationship between the professional burnout of schoolteachers and such personal factors as the professional motivation of teachers, their meaningful life orientations, strategies for coping behavior, satisfaction with various aspects of pedagogical activity. **Materials and methods.** The study involved 409 teachers of secondary schools in Moscow and the Moscow region aged 23 to 65 years. The following questionnaires were used: “Professional Burnout” questionnaire, “Life Orientations Test”, “Job Satisfaction Components Questionnaire”, “Coping Methods Questionnaire”, “Professional Motivation Questionnaire”. Data analysis was carried out using correlation and multiple regression analysis. **Results.** It is shown that the socio-psychological qualities of the individual, necessary for building the pedagogical interaction of the teacher with other participants in educational relations, primarily with the parents of students, are of high importance for reducing the risk of professional burnout. The most significant personal factors that are predictors of professional burnout among schoolteachers with different indicators of burnout have been identified (dissatisfaction with interaction with students’ parents, the predominance of controlled motivation for work, preference for unconstructive strategies for coping with problematic situations, a feeling of unfulfillment and inability to fully manage one’s life). **Conclusions.** Psychological, advisory and psychotherapeutic assistance to schoolteachers can be expanded by correcting work motivation, using positive reappraisal and non-confrontation to cope with difficult situations, and teaching effective means of communication with other participants in educational relations.

Keywords: teacher, secondary school, professional burnout, professional motivation, life orientations, satisfaction with professional activities, coping strategies, pedagogical interaction, participants in educational relations.

For citation: Krushelnitskaya O.B., Kochetkov N.V., Marinova T.Yu., Orlov V.A., Raskhodchikova M.N., Haymovskaya N.A. Personal Factors of Professional Burnout among School Teachers. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024, vol. 32, no. 1, pp. 139—157. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320107> (In Russ.).

Введение

Изучение факторов профессионального выгорания у школьных учителей — актуальная проблема педагогической деятельности учителя, вызывающая интерес отечественных и зарубежных психологов-исследователей. Современная система российского образования предъявляет высокие требования к профессиональной деятельности школьных учителей, что приводит их к значительным физическим и психологическим

перегрузкам, усугубляющим риск профессионального выгорания. Понимание связей между профессиональным выгоранием и факторами, которые могут в различной мере способствовать или препятствовать его развитию, необходимо для оптимизации психологической профилактики и преодоления синдрома профессионального выгорания у педагогов.

Согласно результатам отечественных и зарубежных исследований, выгоранию подвержены педагоги различных видов дошкольных и школьных образовательных организаций. В качестве значимых факторов, влияющих на его формирование у школьных учителей, исследователи отмечают чрезмерную трудовую нагрузку [1; 2; 4; 10; 22; 23], недостаток социальной поддержки, ощущение невозможности повлиять на происходящие в образовательной организации процессы, ощущение несправедливости материального и нематериального вознаграждения [19]. Основными социально-психологическими факторами выгорания во многих исследованиях являются проблемы взаимоотношений учителя с учениками и их родителями, с коллегами и руководством школы [1; 4; 10; 16; 20]. Способствуют выгоранию и непродуктивные стратегии межличностного взаимодействия учителей с другими участниками образовательных отношений (агрессивность, конфронтация), в то время как препятствует развитию выгорания использование сотруднического стиля общения [21]. Отмечается, что личностные факторы (психологическая устойчивость, эмоциональная саморегуляция, удовлетворенность работой, чувство субъективного благополучия и др.) более важны для объяснения риска выгорания у учителей, чем организационные [22]. При этом по мере снижения коммуникативной компетентности, способности к рефлексии, удовлетворенности работой, экстравертированности, а также при нарастании тревожности увеличивается вероятность развития профессионального выгорания [9; 14; 18; 22; 23]. Во многих исследованиях выявлена положительная связь между усилением симптомов выгорания и снижением самооффективности — веры в эффективность собственной деятельности, способность самостоятельно управлять своей жизнью и достигать целей [1; 2; 17; 18]. При этом гендерные особенности работников мало связаны с выгоранием [14]. У молодых педагогических работников развитие синдрома профессионального выгорания зависит от специфики профессиональной деятельности, взаимоотношений в трудовом коллективе и личностных особенностей молодых специалистов — мотивационных потребностей, индивидуальных стилей педагогического общения, показателей удовлетворенности трудом [7]. Риск профессионального выгорания увеличивается при преобладании в структуре профессиональной мотивации личности внешних и узкосоциальных мотивов и снижается при доминировании внутренней мотивации [8]. Отмечается также связь между профессиональным выго-

ранием школьных учителей и их эмоциональной вовлеченностью в работу: наиболее вовлеченные педагоги меньше подвержены выгоранию [15]. Наибольшие различия между педагогами с низким и высоким профессиональным выгоранием выявлены по широкому спектру качеств личности (креативность, любовь к учению, любопытство, энергичность, доброта, просоциальная активность, лидерство, оптимизм, духовность и др.) [12]. Одним из важных направлений психологической помощи учителю в профилактике и преодолении синдрома профессионального выгорания является обучение эффективным средствам межличностного взаимодействия в сложных ситуациях педагогического общения и развитие готовности к межпрофессиональному сотрудничеству с коллегами по школе [10; 24].

Педагогическая деятельность является наиболее подверженной профессиональному выгоранию [20]. Несмотря на увеличение психических нагрузок, провоцирующее профессиональное выгорание, педагоги, как и представители других социономических профессий, зачастую не склонны к поиску социальной поддержки и не готовы обращаться за психологической помощью в связи со страхом дискриминации со стороны коллег [2; 13]. Учитывая это, исследователи подчеркивают эффективность обучения педагогов психологическим средствам решения проблем оптимизации психологического состояния, включая профилактику и преодоление профессионального выгорания [10; 12; 18; 23; 24].

Метод

С помощью корреляционного и множественного регрессионного анализа данных были исследованы связи между показателями профессионального выгорания и личностными особенностями школьных учителей (профессиональная мотивация, смысложизненные ориентации, склонность к выбору определенных стратегий совладающего поведения, а также удовлетворенность различными сторонами своей профессиональной деятельности). Выборка составила 409 респондентов в возрасте от 23 до 65 лет ($M = 45,22 \pm 10,158$). Для сбора эмпирических данных использовались: опросник «Профессиональное выгорание» [2, с. 173], «Тест смысложизненных ориентаций» (шкалы «Локус контроля—жизнь, или управляемость жизни» и «Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией») [6], «Опросник компонентов удовлетворенности трудом» [3], «Опросник способов совладания» (адаптация методики WCQ) [5], «Опросник профессиональной мотивации» [11]. Статистическая обработка данных проводилась с помощью программного пакета SPSS.

Результаты

У большинства опрошенных учителей диагностирован высокий уровень эмоционального истощения (53,5% респондентов), деперсонализации (38,1%) и интегрального показателя профессионального выгорания (53,1%).

Выявлены корреляции (критерий r Спирмена) между показателями выгорания и особенностями профессиональной мотивации, смысло-жизненных ориентаций, склонности к выбору определенных стратегий совладающего поведения, а также субъективным ощущением удовлетворенности различными сторонами своей профессиональной деятельности (табл. 1, 2).

Таблица 1

Корреляции между показателями профессионального выгорания и личностными особенностями у учителей (N = 409)

Личностные факторы		Показатели профессионального выгорания			
		Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция достижений	Интегральный показатель
Профессиональная мотивация	Индекс автономии	-0,494**	-0,451**	-0,504**	-0,555**
	Автономная	-0,556**	-0,484**	-0,621**	-0,636**
	Контролируемая	0,299**	0,299**	0,269**	0,329**
Смысло-жизненные ориентации	Локус контроля-жизнь	-0,443**	-0,441**	-0,422**	-0,504**
	Результат жизни	-0,408**	-0,324**	-0,378**	-0,437**
Стратегии совладающего поведения	Конфронтация	0,210**	0,338**	0,175**	0,266**
	Дистанцирование	0,038	0,084	-0,109*	0,018
	Поиск социальной поддержки	0,114*	0,144**	-0,015	0,106*
	Бегство-избегание	0,184**	0,279**	0,174**	0,230**
	Планирование решения проблем	-0,144**	-0,126*	-0,303**	-0,204**
	Положительная переоценка	-0,177**	-0,172**	-0,403**	-0,253**

Примечание: «**» — корреляция значима на уровне 0,01 (двусторон.): «*» — корреляция значима на уровне 0,05 (двусторон.).

Таблица 2

Корреляции между показателями профессионального выгорания и удовлетворенности профессиональной деятельностью у учителей (N = 409)

Личностные факторы		Показатели профессионального выгорания			
		Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция достижений	Выгорание
Удовлетворенность	Зарплатой	-0,448**	-0,398**	-0,351**	-0,469**
	Условиями труда	-0,537**	-0,499**	-0,430**	-0,572**
	Руководством	-0,470**	-0,459**	-0,385**	-0,509**
	Коллективом	-0,312**	-0,433**	-0,461**	-0,432**
	Содержанием труда	-0,525**	-0,470**	-0,609**	-0,607**
Удовлетворенность видами профессиональной деятельности	Взаимодействием с учениками	-0,270**	-0,193**	-0,258**	-0,288**
	Взаимодействием с родителями учеников	-0,332**	-0,275**	-0,255**	-0,348**
	Взаимодействием с коллегами	-0,217**	-0,235**	-0,241**	-0,264**
	Работой с документами	-0,258**	-0,184**	-0,206**	-0,257**

Примечание: «**» — корреляция значима на уровне 0,01 (двусторон.).

Помимо представленных в табл. 1 и 2 данных, корреляционный анализ показал, что с увеличением учебной нагрузки у педагогов повышаются показатели по таким шкалам, как «Эмоциональное истощение» ($r = 0,128$; $p = 0,010$), «Деперсонализация» ($r = 0,140$; $p = 0,005$) и «Общий показатель выгорания» ($r = 0,122$; $p = 0,014$). С возрастом показатель «Деперсонализация» у педагогов снижается ($r = -0,122$; $p = 0,014$).

Для углубления представления о личностных факторах профессионального выгорания у школьных учителей мы использовали множественный регрессионный анализ с пошаговым отбором (табл. 3).

Представленная в табл. 3 регрессионная модель **интегрального показателя профессионального выгорания** объясняет 59,9% его дисперсии по всей выборке учителей. Наиболее значимым предиктором повышения выгорания является предпочтение учителем конфронтации в качестве стра-

тегии совладающего поведения ($b = 1,363$). Основными блокираторами выгорания служат «Удовлетворенность взаимодействием с родителями» ($b = -2,762$), «Результативность жизни» ($b = -1,012$) и «Автономная мотивация» ($b = -0,881$). Значение критерия Дарбина-Уотсона приближено к 2, что позволяет предполагать отсутствие автокорреляции остатков.

У педагогов с высоким уровнем профессионального выгорания наиболее значимыми психологическими предикторами снижения риска данного синдрома являются «Удовлетворенность содержанием труда» ($b = -0,900$), «Удовлетворенность условиями труда» ($b = -0,901$) и «Результативность жизни» ($b = -0,833$). В модели, описывающей учителей с низким уровнем выгорания, выявлен единственный предиктор: «Удовлетворенность условиями труда» ($b = -0,783$). Несмотря на то, что данная модель описывает всего 9,3% дисперсии, мы сочли целесообразным ее упомянуть с целью сравнения показателей учителей с полярными значениями выгорания.

Для учителей, имеющих высокие уровни эмоционального истощения, деперсонализации и редукации достижений, наиболее значимыми предикторами профессионального выгорания являются неудовлетворенность зарплатой ($b = -0,905$) и неспособность к положительной переоценке происходящих неприятных событий ($b = -1,354$). У учителей с низким уровнем по всем трем названным показателям выгорание может увеличиваться при высокой неудовлетворенности отношениями с коллегами ($b = -2,380$).

Таблица 3
Результаты регрессионного анализа личностных факторов профессионального выгорания (общий показатель)

Уравнение регрессии	R^2	Стандартизованные коэффициенты β		Критерий Дарбина-Уотсона
Общий показатель выгорания $Y = 124,936 - 0,881$ («Автономная мотивация») $-0,572$ («Удовлетворенность условиями труда») $-1,012$ («результативность жизни») $+1,363$ («Стратегия конфронтации») $-0,961$ («Удовлетворенность руководством») $-2,762$ («Удов-	0,599	Автономная мотивация	$-0,302$	1,818

Уравнение регрессии	R^2	Стандартизованные коэффициенты β		Критерий Дарбина-Уотсона
летворенность взаимодействием с родителями») $-0,460$ («Удовлетворенность зарплатой») $+0,171$ («Учебная нагрузка») $-0,666$ («Удовлетворенность содержанием труда») ($N = 409, M = 50,41 \pm 20,926$)		Удовлетворенность условиями труда	$-0,111$	
		Результативность жизни	$-0,168$	
		Стратегия конфронтации	$0,120$	
		Удовлетворенность руководством	$-0,140$	
		Удовлетворенность взаимодействием с родителями	$-0,103$	
		Удовлетворенность зарплатой	$-0,116$	
		Учебная нагрузка	$0,079$	
		Удовлетворенность содержанием труда	$-0,110$	
Высокий уровень выгорания $\bar{Y} = 121,936$ $-0,900$ («Удовлетворенность содержанием труда») $-0,901$ («Удовлетворенность условиями труда») $-0,300$ («Возраст») $-0,833$ («Результативность жизни») $-0,157$ («Индекс автономии») ($N = 217, M = 66,19 \pm 13,378$)	0,401	Удовлетворенность содержанием труда	$-0,230$	1,813
		Удовлетворенность условиями труда	$-0,260$	
		Возраст	$-0,227$	
		Результативность жизни	$-0,208$	
		Индекс автономии	$-0,149$	
Низкий уровень выгорания $\bar{Y} = 35,609$ $-0,783$ («Удов	0,093	Удовлетворенность	$-0,305$	2,094

Уравнение регрессии	R^2	Стандартизованные коэффициенты β		Критерий Дарбина – Уотсона
летворенность условиями труда») ($N = 83, M = 22,65 \pm 7,277$)		условиями труда		
Все три показателя выгорания высокие $\bar{Y} = 103,975 - 0,905$ («Удовлетворенность зарплатой») $-0,240$ («Возраст») $-0,439$ («Автономная мотивация») $+0,396$ («Нагрузка») $-1,354$ («Положительная переоценка») ($N = 88, M = 76,73 \pm 11,950$)	0,402	Зарплата	$-0,376$	2,006
		Возраст	$-0,198$	
		Автономная мотивация	$-0,248$	
		Нагрузка	$0,298$	
		Положительная переоценка	$-0,210$	
Все три показателя выгорания низкие $\bar{Y} = 50,893 - 2,380$ («Удовлетворенность коллективом») ($N = 37, M = 18,11 \pm 6,578$)	0,225	Удовлетворенность коллективом	$-0,475$	2,160

Основными предикторами *эмоционального истощения* у учителей являются низкий уровень удовлетворенности взаимодействием с родителями учеников ($b = -1,904$) и довольно высокий уровень удовлетворенности педагогическим коллективом ($b = 0,819$). У педагогов с высоким уровнем эмоционального истощения основными предикторами этого негативного состояния выступают неудовлетворенность содержанием ($b = -0,748$) и условиями ($b = -0,410$) труда. У педагогов с низким уровнем данного показателя основным блокиратором эмоционального истощения служит удовлетворенность взаимодействием с коллегами ($b = -1,133$).

Для учителей, имеющих высокие показатели эмоционального истощения и значения деперсонализации и редукции не выше средних, выгорание снижается при ощущении высокой результативности жизни ($b = -1,099$), удовлетворенности отношениями с учениками ($b = -3,265$) и руководством школы ($b = -0,873$). Недостаток способности к положительной переоценке происходящего ($b = 1,749$) усиливает профессиональное выгорание у этой категории педагогов.

Деперсонализация усиливается, если учитель предпочитает использовать конфронтацию в качестве стратегии совладания с трудными ситуациями ($b = 0,647$) и снижается при высокой удовлетворенности взаимо-

действием с родителями учащихся ($b = -0,680$). У учителей с высоким уровнем деперсонализации также основным предиктором выгорания является конфронтационный копинг ($b = 0,369$). Удовлетворенность условиями труда препятствует развитию деперсонализации у учителей с низким уровнем этого показателя выгорания ($b = -0,199$).

Основными личностными факторами предотвращения *редукции достижений* у учителей являются предпочтение копинг-стратегии «Положительная переоценка» ($b = -0,508$) и удовлетворенность содержанием труда ($b = -0,349$). У педагогов с высокой редукцией достижений копинг-стратегии «Положительная переоценка» также играет позитивную роль в снижении выгорания по данному показателю ($b = -0,415$). У учителей с низкой редукцией достижений выгорание по данному показателю снижается за счет их удовлетворенности содержанием труда ($b = -0,489$).

Обсуждение результатов

Результаты исследования показывают, что основными личностными факторами профессионального выгорания у опрошенных школьных учителей являются склонность к контролируемой мотивации труда, предпочтение непродуктивных стратегий совладания с трудными ситуациями, неудовлетворенность условиями и содержанием профессиональной деятельности, включая неудовлетворенность взаимоотношениями с коллегами по школе, учениками и их родителями, а также чувство нереализованности и невозможности в полной мере управлять собственной жизнью. Последнее, на наш взгляд, близко понятию самодостаточности, связь которой с выгоранием доказана в ряде исследований [2; 4]. Положительная корреляция показателей выгорания и копинг-стратегии «Поиск социальной поддержки», на наш взгляд, свидетельствует о том, что учитель не имеет собственных ресурсов для преодоления негативного психологического состояния и, в силу различных причин, не получает необходимой социальной поддержки со стороны коллег, руководства и школьных психологов. Полученные закономерности позволяют говорить о том, что развитие у педагога автономной мотивации, подразумевающей в качестве основного мотиватора интерес учителя непосредственно к его профессиональной деятельности, которая в этом случае переживается как часть собственной идентичности (в том числе как призвание) и находится в гармонии с другими сферами его жизни, будет способствовать снижению риска выгорания. Соответственно, при этом снизится влияние способствующей выгоранию идентифицированной (внешней по отношению к профессиональной деятельности) мотивации труда.

Наибольший вклад в развитие профессионального выгорания у учителей вносит неудовлетворенность взаимодействием с родителями учащихся, что, на наш взгляд, закономерно, так как именно у родителей наиболее выражена потребность в предъявлении педагогу различных требований. Тот факт, что наиболее «весомыми» предикторами интегрального показателя профессионального выгорания учителей в регрессионной модели, объясняющей большую часть дисперсии, являются неудовлетворенность взаимодействием с родителями учащихся и руководством школы, а также предпочтение стратегии конфронтации при осознании собственной нереализованности, свидетельствует, на наш взгляд, о том, что педагогам зачастую недостает умения гармонично выстраивать конструктивные сотрудничество с родителями и другими участниками образовательных отношений — т. е. социально-психологической компетентности. Неслучайно у учителей с низким уровнем выгорания его проявлению препятствуют высокая удовлетворенность условиями труда и взаимоотношениями с членами педагогического коллектива. Психолого-консультационная или психотерапевтическая помощь педагогам будет способствовать развитию социально-психологической компетентности, что, в свою очередь, положительно повлияет на ощущение реализованности, выраженность автономной мотивации и удовлетворенность различными аспектами профессиональной деятельности. Также существенную роль для профилактики и коррекции синдрома профессионального выгорания может иметь обучение навыкам конструктивного бесконфликтного общения с применением продуктивных стратегий совладания с трудными ситуациями педагогического общения.

На наш взгляд, другие найденные в настоящем исследовании результаты также подтверждают высокую значимость учета социально-психологических личностных особенностей учителей в структуре факторов профессионального выгорания. Так, например, у учителей, имеющих высокие уровни эмоционального истощения, деперсонализации, редукции достижений, риск выгорания может быть снижен при сочетании использования положительной переоценки (одной из продуктивных стратегий совладания с трудными ситуациями) и развития автономной мотивации профессиональной деятельности.

Заключение

Обобщая анализ проведенного исследования, можно сказать, что наиболее значимыми личностными факторами профессионального выгорания у опрошенных школьных учителей являются: неудовлетво-

ренность взаимодействием с родителями учеников, преобладание контролируемой мотивации трудовой деятельности, предпочтение конфронтации, избегания, поиска социальной поддержки и самоконтроля в качестве стратегий совладания с проблемными ситуациями, а также чувство нереализованности и невозможности в полной мере управлять собственной жизнью.

Основными факторами снижения риска выгорания выступают повышение удовлетворенности взаимодействием с родителями учеников, автономности мотивации трудовой деятельности, отказ от конфронтации и предпочтение положительной переоценки в качестве копинг-стратегии, удовлетворенность самореализацией, содержанием и условиями труда.

Полученные данные свидетельствуют о возможности расширения психолого-консультативной и психотерапевтической помощи школьным учителям за счет индивидуально подобранной коррекции личностных факторов профессионального выгорания — мотивации труда, применения продуктивных копинг-стратегий, овладения эффективными средствами межличностного взаимодействия с другими участниками образовательных отношений.

Дальнейшим направлением исследования может стать изучение эффективности специально разработанных тренинговых занятий с учителями по развитию у них социальных компетенций и навыков более эффективного взаимодействия с участниками образовательных отношений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Актуальные зарубежные исследования профессионального выгорания у учителей / Н.В. Кочетков [и др.] // Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 2. С. 43—52. DOI:10.17759/jmfp.2023120204
2. *Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика: практическое пособие. М.: Юрайт, 2023. 299 с.
3. *Иванова Т.Ю., Рассказова Е.И., Осин Е.Н.* Структура и диагностика удовлетворенности трудом: разработка и апробация методики // Организационная психология. 2012. Том 2. № 3. С. 2—15.
4. *Кочетков Н.В.* Проблема психического выгорания через призму теорий А.В. Петровского // Социальная психология: вопросы теории и практики: Материалы VIII Международной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева (11—12 мая 2023 г.). М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2023. С. 426—429.
5. *Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В.* Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93—112.
6. *Леонтьев Д.А.* Тест смысловых ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 2000.
7. *Марийчук Е.О.* Социально-психологические факторы профессионального выгорания молодых специалистов педагогических профессий //

Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2016. Том 8. № 1. С. 1—10. DOI:10.17759/psyedu.2016080101

8. *Матюшкина Е.Я.* Факторы профессионального выгорания специалистов (на примере работников контактного центра) // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Том 25. № 4. С. 42—58. DOI:10.17759/cpp.2017250404
9. *Матюшкина Е.Я., Кантемирова А.А.* Профессиональное выгорание и рефлексия специалистов помогающих профессий // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 2. С. 50—68. DOI:10.17759/cpp.2019270204
10. *Орлов В.А.* Структура социально-психологической компетентности школьного учителя // Социальная психология: вопросы теории и практики. Материалы VIII Международной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева (11—12 мая 2023 г.). М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2023. С. 610—614.
11. Профессиональная мотивация сотрудников российских предприятий: диагностика и связи с благополучием и успешностью деятельности / Е.Н. Осин [и др.] // Организационная психология. 2017. Том 7. № 4. С. 21—49.
12. *Рван А.А., Ставцев А.А.* Сильные стороны личности в модели VIA как предиктор личностного благополучия педагога в профессиональной деятельности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2021. Том 11. № 4. С. 371—388. DOI:10.21638/spbu16.2021.406
13. *Суроегина А.Ю., Холмогорова А.Б.* Профессиональное выгорание медицинских работников до, во время и после пандемии // Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 2. С. 64—73. DOI:10.17759/jmfp.2023120206
14. *Хемати Аламдарлоо Г., Моради С.* Эмоциональное выгорание на работе среди учителей государственных и специальных школ [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2021. Том 10. № 2. С. 63—75. DOI:10.17759/cpse.2021100205
15. Emotional Labor and Burnout among Teachers: A Systematic Review / A. Kariou, P. Koutsimani, A. Montgomery, O. Lainidi // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021. Vol. 18. № 23. Article ID 12760. DOI:10.3390/ijerph182312760
16. *Florica C.M., Tanase T., Antonia S.* The effects of burnout on the professional activity of teachers // Technium Social Sciences Journal. 2022. Vol. 34. P. 430—440. DOI:10.47577/tssj.v34i1.7156
17. *Friesen D.C., Shory U., Lamoureux Ch.* The role of self-efficacy beliefs and inclusive education beliefs on teacher burnout // Social Sciences & Humanities Open. 2023. Vol. 8. № 1. e100599. DOI:10.1016/j.ssaho.2023.100599
18. How Strongly Is Personality Associated with Burnout Among Teachers? A Meta-analysis / J. Roloff [и др.] // Educational Psychology Review. 2022. Vol. 34. P. 1613—1650. DOI:10.1007/s10648-022-09672-7
19. *Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P.* Job burnout // Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52. P. 397—422. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.397
20. *Mota A.I., Lopes J., Oliveira C.* Burnout in Portuguese Teachers: A Systematic Review // European Journal of Educational Research. 2021. Vol. 10. № 2. P. 693—703. DOI:10.12973/eu-jer.10.2.693

21. Profiles of Teachers' Work Engagement in Special Education: The Impact of Burnout and Job Satisfaction / A. Alexander-Stamatios [и др.] // *International Journal of Disability, Development and Education*. 2022. Vol. 37. № 2. P. 1—18. DOI:10.1080/1034912x.2022.2144810
22. Seibt R., Kreuzfeld S. Influence of Work-Related and Personal Characteristics on the Burnout Risk among Full- and Part-Time Teachers // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18. № 4. Article ID 1535. DOI:10.3390/ijerph18041535
23. Teacher stress and burnout in Australia: examining the role of intrapersonal and environmental factors / A. Carroll [и др.] // *Social Psychology of Education*. 2022. Vol. 25. P. 441—469. DOI:10.1007/s11218-022-09686-7
24. Teachers' work engagement and burnout profiles: Associations with sense of efficacy and interprofessional collaboration in school / A. Holmström [и др.] // *Teaching and Teacher Education*. 2023. Vol. 132. e104251. DOI:10.1016/j.tate.2023.104251

REFERENCES

1. Kochetkov N.V., Marinova T.Yu., Orlov V.A., Raskhodchikova M.N., Haymovskaya N.A. Aktual'nye zarubezhnye issledovaniya professional'nogo vygoraniya u uchitelei [Elektronnyi resurs] [Current Foreign Studies of Professional Burnout in Teachers]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2023, vol. 12, no. 2, pp. 43—52. DOI:https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120204 (In Russ.).
2. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika: prakticheskoe posobie [Burnout Syndrome: Diagnosis and Prevention: A Practical Guide]. Moscow: Yurait, 2023. 299 p. (In Russ.).
3. Ivanova T.Yu., Rasskazova E.I., Osin E.N. Struktura i diagnostika udovletvorennosti trudom: razrabotka i aprobatsiya metodiki [Structure and diagnostics of job satisfaction: development and testing of methodology]. *Organizatsionnaya psikhologiya = Organizational psychology*, 2012, vol. 2, no. 3, pp. 2—15.
4. Kochetkov N.V. Problema psikhicheskogo vygoraniya cherez prizmu teorii A.V. Petrovskogo [The problem of mental burnout through the prism of A.V. Petrovsky]. *Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki*. Materialy VIII Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii pamyati M.Yu. Kondrat'eva "Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki" (11-12 maya 2023 g.) [Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference in memory of M.Yu. Kondratiev "Social psychology: issues of theory and practice"]. Moscow: MSUPE, 2023, pp. 426—429.
5. Kryukova T.L., Kuftiyak E.V. Oprosnik sposobov sovladaniya (adaptatsiya metodiki WCQ) [Coping Questionnaire (an adaptation of the WCQ methodology)]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa = Journal of Practical Psychology*, 2007, no. 3, pp. 93—112.
6. Leontiev D.A. Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO) [Life-Sense Orientation Test (LSS)]. Moscow: Publ. Smysl, 2000. (In Russ.).
7. Marijchuk E.O. Sotsial'no-psikhologicheskie faktory professional'nogo vygoraniya molodykh spetsialistov pedagogicheskikh professii [Elektronnyi resurs] [Socio-psychological Factors of Job Burnout of Young Educational Professionals]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru = Psychological Science*

- and Education *PSYEDU.ru*, 2016, vol. 8, no. 1, pp. 1–10. DOI:10.17759/psyedu.2016080101 (In Russ., abstr. in Engl.)
8. Matyushkina E.Ya. Faktory professional'nogo vygoraniya spetsialistov (na primere rabotnikov kontaktnogo tsentra) [Factors Of Professional Burnout Of Specialists (On The Example Of Employees Of The Contact Center)]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2017, vol. 25, no. 4, pp. 42–58. DOI:10.17759/cpp.2017250404 (In Russ., abstr. in Engl.)
 9. Matyushkina E.Ya., Kantemirova A.A. Professional'noe vygoranie i refleksiya spetsialistov pomagayushchikh professii [Professional Burnout and Reflection of Professionals Helping Professions]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2019, vol. 27, no. 2, pp. 50–68. DOI:10.17759/cpp.2019270204 (In Russ., abstr. in Engl.)
 10. Orlov V.A. Struktura sotsial'no-psikhologicheskoi kompetentnosti shkol'nogo uchitelya [The structure of the socio-psychological competence of a school teacher]. *Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki. Materialy VIII Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii pamyati M.Yu. Kondrat'eva "Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki" (11–12 maya 2023 g.)* [Proceedings of the VIII International Scientific and Practical Conference in memory of M.Yu. Kondratiev "Social psychology: issues of theory and practice"]. Moscow: MSUPE, 2023, pp. 610–614.
 11. Osin E.N., Gorbunova A.A., Gordeeva T.O., Ivanova T.Yu., Kosheleva N.V., Ovchinnikova (Mandrikova) E.Yu. Professional'naya motivatsiya sotrudnikov rossiiskikh predpriyatii: diagnostika i svyazi s blagopoluchiem i uspeshnost'yu deyatel'nosti [Elektronnyi resurs] [Professional motivation of employees of Russian enterprises: diagnostics and links with well-being and success]. *Organizatsionnaya psikhologiya [Organizational psychology]*, 2017, vol. 7, no. 4, pp. 21–49.
 12. Rean A.A., Stavtsev A.A. Sil'nye storony lichnosti v modeli VIA kak prediktor lichnostnogo blagopoluchiya pedagoga v professional'noi deyatel'nosti [Personal strength in the "VIA" model as a predictor of a teacher's well-being in the professional sphere]. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology = Bulletin of St. Petersburg University. Psychology*, 2021, vol. 11, issue 4, pp. 371–388. DOI:10.21638/spbu16.2021.406 (In Russ.)
 13. Surogina A.Yu., Kholmogorova A.B. Professional'noe vygoranie meditsinskikh rabotnikov do, vo vremya i posle pandemii [Elektronnyi resurs] [Professional Burnout of Medical Workers Before, During and After the Pandemic]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2023, vol. 12, no. 2, pp. 64–73. DOI:https://doi.org/10.17759/jmf.2023120206 (In Russ.).
 14. Hemati Allambarloo G., Moradi S. Emotsional'noe vygoranie na rabote sredi uchitelei gosudarstvennykh i spetsial'nykh shkol [Elektronnyi resurs] [Job Burnout in Public and Special School Teachers]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical Psychology and Special Education*, 2021, vol. 10, no. 2, pp. 63–75. DOI:10.17759/cpse.2021100205
 15. Kariou A., Koutsimani P., Montgomery A., Lainidi O. Emotional Labor and Burnout among Teachers: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, vol. 18, no. 23, article ID 12760, 15 p. DOI:10.3390/ijerph182312760

16. Floricica C.M., Tanase T., Antonia S. The effects of burnout on the professional activity of teachers. *Technium Social Sciences Journal*, 2022, vol. 34, pp. 430—440. DOI:10.47577/tssj.v34i1.7156
17. Friesen D.C., Shory U., Lamoureux Ch. The role of self-efficacy beliefs and inclusive education beliefs on teacher burnout. *Social Sciences & Humanities Open*, 2023, vol. 8, Issue 1, 100599. DOI:10.1016/j.ssaho.2023.100599
18. Roloff J., Kirstges J., Grund S., Klusmann U. How Strongly Is Personality Associated with Burnout Among Teachers? A Meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 2022, vol. 34, pp. 1613—1650. DOI:10.1007/s10648-022-09672-7
19. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P. Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 2001, vol. 52, pp. 397—422. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.397
20. Mota A.I., Lopes J., Oliveira C. Burnout in Portuguese Teachers: A Systematic Review. *European Journal of Educational Research*, 2021, vol. 10, no. 2, pp. 693—703. DOI:10.12973/eu-jer.10.2.693
21. Alexander-Stamatios A., Kyriaki P., Garyfalia C., Anastasia A. Profiles of Teachers' Work Engagement in Special Education: The Impact of Burnout and Job Satisfaction. *International Journal of Disability, Development and Education*, 2022, vol. 37, no. 2, pp. 1—18. DOI:10.1080/1034912x.2022.2144810
22. Seibt R., Kreuzfeld S. Influence of Work-Related and Personal Characteristics on the Burnout Risk among Full- and Part-Time Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, vol. 18, no. 4, article ID 1535, 17 p. DOI:10.3390/ijerph18041535
23. Carroll A., Forrest K., Sanders-O'Connor E., Flynn L., Julie M.B., Fynes-Clinton S., York A., Ziaei M. Teacher stress and burnout in Australia: examining the role of intrapersonal and environmental factors. *Social Psychology of Education*, 2022, vol. 25, pp. 441—469. DOI:10.1007/s11218-022-09686-7
24. Holmström A., Tuominen H., Laasanen M., Veermans M. Teachers' work engagement and burnout profiles: Associations with sense of efficacy and interprofessional collaboration in school. *Teaching and Teacher Education*, 2023, vol. 132, e104251. DOI:10.1016/j.tate.2023.104251

Информация об авторах

Крушельницкая Ольга Борисовна, кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Кочетков Никита Владимирович, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6346-6113>, e-mail: nkochetkov@mail.ru

Маринова Татьяна Юрьевна, кандидат биологических наук, доцент, декан факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педаго-

гический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Орлов Владимир Алексеевич, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4708-4312>, e-mail: vladimirorlov@bk.ru

Расходчикова Марина Николаевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, e-mail: rashodchikovamn@mgppu.ru

Хаймовская Наталья Ароновна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0743-3995>, e-mail: tatisheva@yandex.ru

Information about the authors

Olga B. Krushelnitskaya, PhD in Psychology, Associate Professor, Head of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0762-6925>, e-mail: social2003@mail.ru

Nikita V. Kochetkov, PhD in Psychology, Associate Professor in the Department of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6346-6113>, e-mail: nkochetkov@mail.ru

Tatyana Yu. Marinova, PhD in Biology, Associate Professor, Dean of Social Psychology Faculty, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1062-1391>, e-mail: marinovatu@mgppu.ru

Vladimir A. Orlov, PhD in Psychology, Associate Professor in the Department of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4708-4312>, e-mail: vladimirorlov@bk.ru

Marina N. Raskhodchikova, PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3703-4744>, email: rashodchikovamn@mgppu.ru

Natalia A. Haymovskaya, PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Social Psychology, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0743-3995>, email: tatisheva@yandex.ru

Получена 31.08.2023

Received 31.08.2023

Принята в печать 01.11.2023

Accepted 01.11.2023

**ДАЙДЖЕСТ ИССЛЕДОВАНИЙ
В КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
И ПСИХОТЕРАПИИ**

**RESEARCH DIGEST IN CLINICAL
PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY**

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ТЕРРОРИЗМА

Настоящий дайджест посвящен теме психологических последствий террористических атак для непосредственно затронутых ими, включая специфические группы, и для населения в целом. Освещаются результаты научных исследований и наработанный практический опыт облегчения психологических эффектов терроризма.

Для цитаты: Психологические последствия терроризма // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Том 32. № 1. С. 158—164. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320108>

PSYCHOLOGICAL IMPACT OF TERRORISM

Present digest concerns psychological impact of terrorist attacks for those directly affected, including specific groups, and general population. It covers the results of relevant research and accumulated practical experience in relieving psychological effects of terrorism.

For citation: Psychological Impact of Terrorism. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* = *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2024. Vol. 32, no. 1, pp. 158—164. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320108> (In Russ.)

Терроризм — это незаконное применение насилия и запугивания, особенно в отношении гражданских лиц, для достижения политических целей. Терроризм выступает триггером целого спектра проблем психического здоровья. Непосредственно затронутые террористическим актом люди имеют риск развития не только ПТСР: многие из них тяжело переживают смерть членов семьи, друзей или коллег, что может приводить к осложненной реакции горя с высокой вероятностью развития депрессии и злоупотребления психоактивными веществами. На уровне популяции террористические атаки создают чувство опасности, беспомощности, незащищенности, атмосферу страха и неопределенности, вызывают сомнения в способности соответствующих структур защитить граждан. В таких условиях растет число обращений за психологической помощью.

В настоящем дайджесте мы обратимся к некоторым материалам, проливающим свет на современное состояние проблемы.

Комплексное исследование переживания террористической угрозы как информационно-психологического стрессора

В лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и пост-травматических состояниях Института психологии РАН проводится комплексное исследование переживания террористической угрозы как информационно-психологического стрессора (Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В., 2014; Казымова Н.Н., 2022).

В работах лаборатории сообщения о террористической угрозе рассматриваются как психологический стрессор, обладающий мощным негативным психологическим воздействием на тех людей, которые через СМИ становятся свидетелями трагических событий (Быховец Ю.В., 2023). По данным исследований, информационные сообщения о терактах оказывают психотравмирующее воздействие, которое проявляется широким спектром клинико-психологических последствий, в их числе: признаки ПТСР (флэшбэки, ночные кошмары, вспышки раздражительности или гнева, высокий уровень беспокойства, нарушения концентрации внимания, расстройство адаптации), депрессия, переоценка вероятности риска совершения теракта, возникновение интенсивного страха стать жертвой теракта, развитие различных форм избегающего поведения. Описаны также социально-психологические последствия терактов: виктимизация, школьная неуспеваемость у детей и подростков, индигенные конфликты, стигматизация и дискриминация отдельных социальных групп, увеличение потребления психотропных средств: наркотиков, алкоголя и сигарет (Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., 2019).

Совокупность психологических реакций на информационные сообщения о террористических актах объединяется понятием переживания террористической угрозы, которое рассматривается как субъективная оценка риска стать жертвой теракта (Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В., 2010).

Информационные сообщения о терактах могут выступать триггером для возникновения интенсивного переживания террористической угрозы. При этом важным фактором оказывается содержание этого сообщения. Так, при совпадении содержания информационного сообщения о теракте со стереотипным образом этого события, интенсификация переживания угрозы происходит в случае высокой оценки вероятности стать жертвой теракта. При низкой оценке вероятности пострадать от теракта, как, например, в регионах, в которых эти события никогда не происходили, эмоциональные реакции имеют иное смысловое содержание (например, сочувствие пострадавшим) (Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., 2018).

Изучение особенностей отношения к информации о терроризме и переживания террористической угрозы показало высокую степень заинтересованности респондентов темой терроризма и его последствий, однако информация из источников СМИ в целом вызывает неудовлетворенность ее количеством и достоверностью. Показано, что респонденты, проявляющие интерес к новостям о терроризме, в большей степени прогнозируют совершение новых терактов и более интенсивно переживают террористическую угрозу в целом. В отличие от них респонденты, которые не хотят узнавать плохие новости, обнаружили низкие значения переживания угрозы терактов. Такой сознательный отказ от тревожащих известий является проявлением защитной психологической стратегии дистанцирования от данной тематики как источника стресса. Напротив, в группе респондентов, которые никогда не переключают новости о терактах, тревожные переживания и напряжение выступают стимулом к активному поиску информации, позволяющему обрести чувство контроля над ситуацией. Получены данные о том, что выраженность интереса к теме терактов не связана со стремлением к обсуждению этой проблемы. Таким образом, на фоне интереса к данной тематике проявляется избегание этой проблемы в разговорах (Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., 2017б; Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., 2019).

Изучение динамики переживания террористической угрозы с 2005 по 2017 г. показало, что интенсивность ее переживания снижается при стабилизации социально-политической обстановки в обществе, но остается на уровне, обеспечивающем населению оптимальное состояние настороженности и бдительности (Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., 2017а).

Оригиналы:

- Быховец Ю.В.* Стресс от невидимых информационных угроз и его последствия // Консультативная психология и психотерапия. 2023. Том 31. № 3. С. 132—166. DOI: 10.17759/cpp.2023310307
- Быховец Ю.В., Казымова Н.Н.* Современные отечественные исследования психологических факторов переживания террористической угрозы // Психологический журнал. 2019. Том 40. № 3. С. 22—30.
- Быховец Ю.В., Казымова Н.Н.* Психологическая оценка образа террористического акта // Восьмая международная конференция по когнитивной науке. Тезисы докладов / Отв. ред. А.К. Крылов, В.Д. Соловьев. М.: Институт психологии РАН, 2018. С. 191—193.
- Быховец Ю.В., Казымова Н.Н.* Временная динамика переживания террористической угрозы // Исследования и разработки в перспективных научных областях: Сборник материалов I Международной научно-практической конференции / Под общ. ред. С.С. Чернова. Новосибирск: ООО «Центр развития научного сотрудничества», 2017а. С. 19—25.
- Быховец Ю.В., Казымова Н.Н.* Связь интенсивности переживания террористической угрозы с отношением к новостным сообщениям о терактах // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии. Результаты и перспективы развития / Отв. ред. А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова. М.: Институт психологии РАН, 2017б. С. 1402—1409.
- Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В.* Психологическая оценка переживания террористической угрозы: руководство. М.: Институт психологии РАН, 2010. 85 с.
- Казымова Н.Н.* Террористическая угроза как информационно-психологический стрессор / Онто- и субьектогенез психического развития человека / Под ред. Н.Е. Харламенковой, В.В. Знакова, Е.А. Сергиенко, Н.Н. Казымова. М.: Институт психологии РАН, 2022. С. 253—265.
- Тарабрина Н.В., Быховец Ю.В.* Террористическая угроза: теоретико-эмпирическое исследование. М.: Институт психологии РАН, 2014. 156 с.

Тревога, депрессия и ПТСР после террористических атак

Терроризм — это акт насилия, эффект от которого длительное время сказывается на психическом здоровье людей, оказавшихся свидетелями произошедшего. В статье канадских исследователей рассматривается, как терроризм влияет на возникновение симптомов ПТСР, большой депрессии и тревожных расстройств, а также какие биопсихосоциальные детерминанты выступают медиаторами такого воздействия.

В статье описываются распространенность и наиболее характерные проявления ПТСР, депрессии и тревожных расстройств, возникающих после террористических атак, а также факторы риска, факторы-протекторы и основные методы помощи. В основу обзора легли 80 статей, результаты которых обобщены в форме таблицы. Большинство статей

содержат данные о влиянии террористических атак на возникновение ПТСР. К основным факторам развития этого психического заболевания отнесены пол, этническая принадлежность, наличие социальной поддержки, социально-экономический статус, уровень подготовленности, наличие в прошлом травмы и психической болезни, а также последующие жизненные стрессоры. К основному методу помощи с доказанной эффективностью была отнесена фокусирующаяся на травме когнитивно-бихевиоральная терапия; эффективность других интервенций в настоящей статье не рассматривалась. В обзоре отмечают важность данной темы и ее значение для практики общественного здравоохранения.

Оригинал: *Rigutto C., Sapara A.O., Agyapong V.O.* Anxiety, depression and posttraumatic stress disorder after terrorist attacks // Behavioral Sciences. 2021. Vol. 11(10). № 140. DOI: 10.3390/bs11100140

Последствия террористических атак для психического здоровья работников служб спасения

Террористические атаки оказывают сильное психологическое воздействие на работников спасательных служб, и для этой категории работников существует потребность в эффективных методах психологической помощи.

Профессиональные группы, прибывающие на место атаки, обычно представлены пожарными, полицейскими, медиками и спасателями. Известно, что террористические атаки приводят к тяжелым последствиям для психического здоровья работников служб спасения. Этой проблеме посвящен систематический обзор, подготовленный учеными из Германии и Великобритании. В статье проведен анализ исследований, опубликованных в двух научных базах данных на материалах реальных событий. Авторами было обнаружено 33 статьи на общем материале почти 160 тыс. человек, принимавших участие в спасательных работах в пяти разных инцидентах. Продолжительность последующего наблюдения за показателями психического благополучия спасателей составила от двух недель до тринадцати лет.

По данным проведенного авторами исследования, распространенность ПТСР составляла от 1,3% до 16,5%, большой депрессии — от 1,3% до 25,8%, специфических тревожных расстройств — от 0,7% до 14%. Самый высокий уровень проблем в сфере психического здоровья отмечен после атаки на башни-близнецы в США в 2001 году. Среди факторов риска упоминаются женский пол, отсутствие специальной для данного типа события психологической подготовки, перитравматический дис-

тресс и перитравматическая диссоциация, физическая близость к эпицентру события, смерть или травма коллеги, социальная изоляция.

По мнению авторов, расхождения в уровнях распространенности различных психических расстройств можно объяснить разной тяжестью инцидентов. Выделенные факторы риска могут быть использованы для оптимизации профессиональной подготовки персонала служб спасения, которая должна проводиться как до, так и после катастрофических событий. Рекомендовано добровольное прохождение работниками повторного скрининга на наличие симптомов психического нездоровья на протяжении минимум семи лет после события.

Оригинал: *Wesemann U., Applewhite B., Himmerich H.* Investigating the impact of terrorist attacks on the mental health of emergency responders // *VJPsych Open*. 2022. № 8(4). e107. DOI: 10.1192/bjo.2022.69

Психологическое воздействие на детей и подростков: роль средств коммуникации

Обзорная статья Comer J.S. и Kendall Ph.C. (2007) посвящена анализу научных исследований по теме психологического воздействия терроризма на детей и подростков. Отмечается, что дети, близко сталкивающиеся с таким явлением, как терроризм, показывают повышенный уровень посттравматического стресса, сепарационной тревоги, а также иные симптомы психических расстройств. После пережитого события дети и подростки, находившиеся в разной степени близости к атаке, оказываются под воздействием мощных информационных потоков из СМИ, что, в свою очередь, связано с развитием симптоматики ПТСР. В статье намечаются перспективы дальнейших исследований (например, изучение роли негативных ожиданий и повышения бдительности родителей на развитие ребенка). По мнению автора, необходимы исследования, оценивающие воздействие терроризма на возникновение более широкого круга психических расстройств (т. е. помимо ПТСР), на снижение уровня функционирования и этническое стереотипирование у детей и подростков, а также изучающие эффективность психологических программ помощи детям и подросткам, пострадавшим от терроризма.

В 2019 г. выходит книга Комера (Comer J.S., 2019), посвященная теме медиаграмотности, терроризма и страха. В своей работе автор развивает тему влияния новых средств коммуникации на психологическое благополучие человека в связи с актами терроризма. В частности, обращается внимание на то, что после террористических атак многие люди, не подвергшиеся непосредственной опасности во время инцидента, одно-

ментно попадают под лавину ярких и мрачных образов и изображений. Научные исследования все больше указывают на то, как расширенный контакт с терроризмом через средства массовой коммуникации связан с негативными исходами в сфере психического здоровья.

Особое беспокойство вызывает освещение терроризма в Интернете, так как содержание материалов, распространяемых в социальных сетях, не регулируется этическими стандартами, принятыми в традиционных печатных медиа и в тележурналистике. Исследования показывают, что повышение грамотности в отношении оценки контента, представленного в СМИ, может смягчить негативные последствия образов и изображений, связанных с терроризмом.

Оригиналы:

Comer J.S., Kendall Ph.C. Terrorism: The psychological impact on youth // *Clinical psychology: Science and Practice*. 2007. Vol. 14(3). P. 179—212.

Comer J.S. Media Literacy, Terrorism and Fear [Электронный ресурс]. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9781118978238.ieml0129> (дата обращения: 25.03.2024).

Составители: Ю.В. Быховец, Е. Можяева

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Холмогорова Алла Борисовна — доктор психологических наук, профессор

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ

Барabanников Владимир Александрович — доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО

Веракса Николай Евгеньевич — доктор психологических наук, профессор

Гаранян Наталья Георгиевна — доктор психологических наук, профессор

Головей Лариса Арсеньевна — доктор психологических наук, профессор

Зарецкий Виктор Кириллович — кандидат психологических наук, доцент

Лутова Наталия Борисовна — доктор медицинских наук

Майденберг Эмануэль — доктор психологических наук, профессор

Марцинковская Татьяна Давидовна — доктор психологических наук, профессор

Польская Наталия Анатольевна — доктор психологических наук, профессор

Сирота Наталья Александровна — доктор медицинских наук, профессор

Филиппова Елена Валентиновна — кандидат психологических наук, доцент

Холмогорова Алла Борисовна — доктор психологических наук, профессор

Шайб Питер (Германия) — PhD, психотерапевт

Шумакова Наталия Борисовна — доктор психологических наук

Ялтонский Владимир Михайлович — доктор медицинских наук, профессор

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА

Бек Джудит (США) — доктор психологических наук, клинический профессор психологии в психиатрии

Кадыров Игорь Максutowич — кандидат психологических наук

Карягина Татьяна Дмитриевна — кандидат психологических наук, доцент

Кехеле Хорст (Германия) — доктор медицинских наук, профессор

Копьев Андрей Феликсович — кандидат психологических наук, профессор

Ленгле Альфрид (Австрия) — доктор медицинских наук, профессор

Петровский Вадим Артурович — доктор психологических наук, профессор

Перре Майнрад (Швейцария) — доктор психологических наук, профессор

Соколова Елена Теодоровна — доктор психологических наук, профессор

Сосланд Александр Иосифович — кандидат психологических наук, доцент

Тагэ Сэфик (Германия) — доктор медицинских наук, психолог

Требования к материалам, предоставляемым в редакцию¹

1. Материалы предоставляются в редакцию в электронном виде (по электронной почте или на электронных носителях). Адрес электронной почты журнала: moscowjournal.cpt@gmail.com

2. Объем материала не должен превышать 40 тыс. знаков.

3. Оформление материала: шрифт Times New Roman, 14, интервал 1,5. Ссылки на литературные источники внутри текста оформляются в виде номера источника из списка литературы в квадратных скобках.

4. Кроме текста статьи должна быть предоставлена также следующая информация:

аннотация статьи (1000—1200 знаков) на русском и английском языках;

ключевые слова на русском и английском языках;

пристаетейные библиографические списки. Подробные рекомендации и требования к оформлению списка литературы и транслитерации представлены на сайте: http://psyjournals.ru/files/69274/references_transliteration_rules.pdf

5. Информация об авторах:

ФИО, страна, город, ученое звание, ученая степень, идентификационный номер в ORCID, место работы, должность, членство в профессиональных сообществах и ассоциациях, научные интересы, дата рождения, контактная информация (тел., факс, e-mail, сайт), фото в электронном виде (100 × 100, 300 dpi).

В случае если материал предоставляется несколькими авторами, необходимо предоставить информацию обо всех авторах.

6. Рисунки, таблицы и графики необходимо дополнительно предоставлять в отдельных файлах. Рисунки и графики должны быть в формате *.eps или *.tiff (с разрешением не менее 300 dpi на дюйм). Таблицы — сделаны в WORD.

Редакционные правила работы с материалами

1. Публикация в журнале является бесплатной.

2. Материалы, поступившие в редакцию, проходят обязательное рецензирование.

3. Решение о публикации принимается редколлегией на основании отзывов рецензентов.

4. Рецензентов назначает редколлегия журнала.

5. В случае отрицательных отзывов рецензентов представленные материалы отклоняются.

6. Несоответствие материалов формальным требованиям (http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/article_requirements.shtml) является основанием для отправки материала на доработку автору.

¹ С требованиями к оформлению статей можно ознакомиться на сайте: http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/index.shtml