

## ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY AND AGE-RELATED PSYCHOLOGY

Обзорная статья | Review paper

### Развитие просоциального поведения в образовательной среде

О.Р. Михайлова, А.А. Бочавер ✉

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»,  
Москва, Российская Федерация

✉ a-bochaver@yandex.ru

#### Резюме

**Контекст и актуальность.** Просоциальное поведение (ПП) (добровольное поведение в интересах другого) является важнейшим элементом социализации детей и подростков. Особенно важное значение оно приобретает в периоды кризисов, серьезных социальных изменений и других вызовов благополучию и устойчивости общества. **Цель.** Провести анализ статей, посвященных программам по развитию ПП, и выявить основные типы эффективных программ и ключевые принципы их создания. **Методы и материалы.** Проанализировано 27 обзорных статей, опубликованных между 2009 и 2024 годами и размещенных в международной наукометрической базе Lens, которые посвящены вопросам эффективности разных типов программ по развитию ПП. **Результаты.** Результаты показали консенсус между исследователями в отношении понимания ПП, продемонстрировали широкую вариативность в способах его измерения и развития, а также позволили выделить ключевые принципы разработки программ развития ПП. Подробно характеризуются пять наиболее распространенных подходов к развитию ПП — это библиотерапия, «разговоры об эмоциях», музыкальные и спортивные программы, а также практика «Наблюдающие глаза». **Выводы.** Показано, что задача усиления ПП среди обучающихся повсеместно распространена и находит многочисленные успешные решения в разных странах.

**Ключевые слова:** просоциальное поведение обучающихся, развитие просоциального поведения, программы по развитию просоциального поведения, оценка просоциального поведения, принципы развития просоциального поведения

**Финансирование.** Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 22-18-00416-П, [https://rscf.ru/project/KYqIsyWI6e46Q0K\\_ze3f18PK54zEGSaWYyopycOKWGD9pQ34IWS3VXSqY3YefB18qxWE1oGmV31~/](https://rscf.ru/project/KYqIsyWI6e46Q0K_ze3f18PK54zEGSaWYyopycOKWGD9pQ34IWS3VXSqY3YefB18qxWE1oGmV31~/)

**Для цитирования:** Михайлова, О.Р., Бочавер, А.А. (2026). Развитие просоциального поведения в образовательной среде. *Современная зарубежная психология*, 15(1), 38—57. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2026150104>

### Development of prosocial behavior in the educational environment

O.R. Mikhaylova, A.A. Bochaver ✉

HSE University, Moscow, Russian Federation

✉ a-bochaver@yandex.ru

#### Abstract

**Context and relevance.** Prosocial behavior (voluntary behavior in the interests of another person) is a very important element of the socialization of children and adolescents. It is especially important in times of crisis, serious social changes and other challenges to the well-being and sustainability of society. **Objective.** To analyze articles devoted to reviews of the effects of interventions for the prosocial behavior development and to identify the main types of such interventions and the key principles for their development. **Methods and materials.** The article analyzes 27 review articles published between 2009 and 2024 in the international scientometric database Lens, that discuss issues of understanding and measuring prosocial behavior, key approaches to its promotion in education, and the effectiveness

of various types of interventions. **Results.** The results showed a consensus among researchers regarding the understanding of prosocial behavior, as well as a wide variability in the ways of its measurement and development; the results allow identifying the key principles of developing programs for prosocial behavior promotion. The five most common approaches to the development of prosocial behavior are described in detail: bibliotherapy, «emotion talk», musical and sports interventions, as well as «watching eye». **Conclusions.** It is shown that the task of strengthening prosocial behavior among students is widespread and finds various successful solutions in different countries.

**Keywords:** prosocial behavior of students, development of prosocial behavior, programs for prosocial behavior development, assessment of prosocial behavior, principles for the development of prosocial behavior

**Funding.** The study was supported by the Russian Science Foundation, project number 22-18-00416-П, [https://rscf.ru/project/KYqIsyWI6e46Q0K\\_ze3f18PK54zEGSaWYyopycOKWgd9pQ34IWS3VXSqY3YefBI8qxWE1oGmV31~/](https://rscf.ru/project/KYqIsyWI6e46Q0K_ze3f18PK54zEGSaWYyopycOKWgd9pQ34IWS3VXSqY3YefBI8qxWE1oGmV31~/)

**For citation:** Mikhaylova, O.R., Bochaver, A.A. (2026). Development of prosocial behavior in the educational environment. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 15(1), 38—57. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2026150104>

## Введение

Просоциальное поведение (ПП) — это добровольное поведение в интересах другого (Eisenberg et al., 1999), удовлетворение его материальных, инструментальных, эмоциональных, информационных потребностей. Оно принимает как индивидуальные формы, например, помощь или утешение, так и институционализированные — например, волонтерство, пожертвования, донорство, перераспределение ресурсов. Особенно значимым ПП становится в периоды кризисов, серьезных социальных изменений и других вызовов благополучию и устойчивости общества (Nowakowska, 2023, 2024).

В современных российских условиях, где задачи воспитания интегрированы в образовательный процесс в соответствии с ФГОС<sup>1</sup>, ценность ПП отражена в федеральных рабочих программах, содержащих такие ориентиры, как доброта, милосердие, справедливость, дружелюбие, взаимопомощь<sup>2</sup>, а также в организации волонтерских проектов с участием обучающихся<sup>3</sup>. Кроме того, распространен взгляд на ПП как на альтернативу агрессивному поведению (Moreno, Jurado, 2024; Brennan et al., 2024; da Silva Freitas et al., 2021). Например, австралийский исследователь Ф. Сли рассматривает поддержку ПП обучающихся как способ развития дружеских отношений, снижения риска буллинг-ситуаций и минимизации его последствий, отмечая, что умение делиться, помогать, утешать и сотрудничать — это признак социальной компетентности в детстве и подростковом возрасте (Slee, 2016).

Поведение учителя играет большую роль в динамике отношений между обучающимися, в связи с чем

рекомендуется уделять внимание реагированию учителя на разные ситуации в широком контексте управления классом (Yoon, Bauman, 2014). Учителя могут развивать позитивное социальное поведение у обучающихся, моделируя отношения заботы, делая понятными свои ожидания от их поведения, подсвечивая ПП в их поступках и создавая возможности показать свое беспокойство и заботу о других. Поведение учителей сигнализирует о нормах и ожиданиях в классе и школе: игнорирование ситуаций буллинга — о том, что детям не следует ждать помощи и включенности от учителей; обращение к руководству — о неготовности или нежелании учителя справиться с трудной ситуацией самостоятельно; создание позитивного климата, забота, поддержка навыков ПП, напротив, — о том, что благополучие обучающихся имеет значение для учителя. Продвижение позитивных социальных целей и ожиданий взамен наказаний и апелляции к руководству способствует тому, что дети развивают самостоятельность и усваивают навыки ПП. При обучении педагогов рекомендуется осознанный, процесс-ориентированный подход, помогающий им замечать собственные установки и обеспечивающий широким репертуаром стратегий, которые можно применять к повседневным ситуациям (Yoon, Bauman, 2014).

Таким образом, как в российском, так и в мировом контексте ПП плотно интегрировано в социализацию обучающихся, оно является важной частью взаимодействия между сверстниками и тесно связано с поведением учителей, однако во многом осуществляется стихийно и нецеленаправленно. Исследовательский вопрос данной статьи — какие программы разработаны специально для развития ПП у обучающихся?

<sup>1</sup> Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101) URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202107050027?ysclid=m6ncej6kwk418406491> (дата обращения: 16.06.2025).

<sup>2</sup> Федеральная рабочая программа воспитания. URL: <https://институтвоспитания.пф/upload/medialibrary/ddc/sr3zcu3teyyu74meajjlvzn171157v9.pdf?ysclid=m6nci77skq909218127> (дата обращения: 16.06.2025).

<sup>3</sup> Волонтерские проекты. URL: [https://mcvp.ru/city\\_events/gorodskie-proekty/volonterskie-proekty](https://mcvp.ru/city_events/gorodskie-proekty/volonterskie-proekty) (дата обращения: 16.06.2025).

Цель — провести анализ статей, посвященных программам развития ПП, выявить основные типы эффективных программ и ключевые принципы их создания.

## Материалы и методы

Для выявления существующих программ по развитию ПП в марте 2025 года в международной наукометрической базе Lens<sup>4</sup> был проведен поиск по запросу («prosocial behavior\*» AND «intervention») AND («child\*» OR «adolescent\*» OR «youth» OR «young»). Были найдены 27 англоязычных обзоров, опубликованных в период с 2009 по 2024 гг. В Приложении размещено резюме каждого обзора, включающее цели, задачи и выводы. Ниже мы рассмотрим операционализацию просоциального поведения, методы его оценки, типы эффективных программ, а также ключевые принципы их создания, по данным исследований.

## Результаты

Анализ обзоров показывает, что среди авторов прикладных разработок присутствует консенсус в понимании ПП, в то же время методы измерения и программы очень разнообразны — от библиотерапии (Montgomery, Maunders, 2015) до комплексных мультимодальных стратегий (Laguna et al., 2020) и проектов с интеграцией нейробиологических и социологических данных (van de Groep et al., 2022; Brandner et al., 2021).

### Показатели просоциального поведения

ПП в обсуждаемых программах операционализируется через поведенческие и эмоционально-когнитивные показатели.

*Поведенческие показатели* — это наблюдаемые действия, направленные на помощь другим: альтруистические поступки; сотрудничество при выполнении групповых проектов; проявления щедрости и др. (Brennan et al., 2025).

*Эмоционально-когнитивные показатели* — это внутренние процессы, лежащие в основе просоциальных решений: эмпатия, способность распознавать эмоции других и сопереживать им, моральные суждения и самоконтроль (Sipes et al., 2022; Crone et al., 2022).

### Измерение просоциального поведения

Измерение ПП, как сложного, полимотивированного и социально-желательного поведения, в идеале требует комплексного подхода, где сочетаются а) субъективные самоотчеты, б) объективные поведенческие наблюдения и в) нейробиологические методы (da Silva Freitas et al., 2021; Shin, Lee, 2021). Исследователи сталкиваются с необходимостью балансировать между эко-

логической валидностью, этическими ограничениями и точностью количественных показателей, что порождает разнообразие методических решений. Тем не менее наиболее распространенным методом оценки ПП остаются стандартизированные опросники (Laguna et al., 2020; Sipes et al., 2022).

В шкале «Оценка просоциальных тенденций» («Prosocial Tendencies Measure») выделяются шесть типов ПП: публичное, анонимное, эмоциональное, экстренное, альтруистическое и подчиненное нормам (Carlo, Randall, 2002). Достоинства этой шкалы связаны со способностью улавливать различия в мотивах, однако критики отмечают риск социально желательных ответов, особенно в ситуациях, когда оценка производится в контексте программ, отчетливо направленных на изменение поведения школьников (da Silva Freitas et al., 2021; Shin, Lee, 2021).

Подшкала просоциального поведения опросника «Сильные стороны и трудности» (Ульянина и др., 2025) широко используется в педиатрических исследованиях: ее краткость (5 пунктов) делает ее удобной для лонгитюдных исследований, но ограничивает глубину анализа (da Silva Freitas et al., 2021; Shin, Lee, 2021).

Также в сочетании с опросниками применяются интервью (Laguna et al., 2020); нередко для повышения надежности данных они дополняются ответами о ПП участников от родственников, учителей или сверстников, которые тоже собираются в формате опросов или интервью (Laguna et al., 2020).

Лабораторные эксперименты позволяют минимизировать субъективность благодаря измерению стандартизированных поведенческих показателей (da Silva Freitas et al., 2021; Laguna et al., 2020; Van Lange, Manesi, 2023). Для этого используются игры, например такие, как «Диктатор», «Игра доверия»; их протоколы позволяют посчитать некоторые формы ПП, однако исследователи критикуют лабораторные игры за искусственность стимулов: например, участники могут воспринимать виртуальные деньги менее серьезно, чем реальные ресурсы (Jimnez-Buedo, 2015).

Для повышения экологической валидности исследователи все чаще используют полевые эксперименты, оценивая естественное поведение (Grning et al., 2024): это требует значительных ресурсов для контроля внешних переменных, однако обеспечивает доступ к уникальным данным о реальном поведении людей (da Silva Freitas et al., 2021; Shin, Lee, 2021).

Часто также используется синхронное и асинхронное наблюдение с последующим анализом записанных видео- и аудиоматериалов: исследователи подчеркивают, что наличие внешних наблюдателей позволяет снизить субъективность, присущую самоотчетам, а естественные условия позволяют избежать искажений, связанных с искусственным моделированием ситуаций в лаборатории, что делает наблюдение одним из

<sup>4</sup> <https://www.lens.org/>

самых эффективных методов для исследования ПП (Laguna et al., 2020).

Прорывы в нейробиологии позволили связать ПП с активностью специфических мозговых структур (Crone et al., 2022), и для оценки эффективности некоторых программ уже применяют ФМРТ, чтобы благодаря мониторингу проверить, действительно ли изменилась активность головного мозга у участников после оказанного воздействия (Sipes et al., 2022), а анализы крови позволяют оценить изменения в показателях окситоцина и аргинин-вазопрессина, связанных с ПП (Sipes et al., 2022). Однако эти методы дорогостоящие и требуют сложного этического согласования, особенно в исследованиях с детьми, поэтому используются редко.

### **Стратегии развития просоциального поведения**

Основная сложность при оценке эффективности программ, направленных на развитие ПП, состоит в отделении устойчивых личностных черт от ситуативных факторов. Триангуляция данных, полученных из разных источников, повышает надежность выводов (Laguna et al., 2020). Многоуровневое моделирование (MLM) позволяет одновременно анализировать индивидуальные различия и групповые эффекты, что особенно важно для оценки школьных программ (da Silva Freitas et al., 2021; Shin, Lee, 2021). При проведении скрытого наблюдения и использовании элементов обмана в рамках полевых экспериментов исследователи часто сталкиваются с этическими дилеммами (Villalonga-Aragón et al., 2023). В современных руководствах по исследовательской этике подчеркивается, что после завершения эксперимента участники должны быть осведомлены о его реальных целях и иметь возможность проанализировать и осмыслить проявленное ими в ходе исследования ПП (Morse, Fey, Forneris, 2021).

Для развития и усиления ПП у учащихся используются разные стратегии.

*Поведенческие стратегии* включают закрепление желаемого (просоциального) поведения у детей через вербальное и невербальное подкрепление ведущими: например, в работе с дошкольниками тренер показывает, как можно чем-то делиться, дает вербальные и визуальные примеры такого поведения, а затем предоставляет детям возможность потренироваться в умении делиться (Laguna et al., 2020).

*Когнитивные стратегии* ориентированы на расширение знаний о ПП (когда, как и кому можно помогать) и улучшение навыков планирования и осознания последствий своих действий (Laguna et al., 2020). Например, в одной из программ учащиеся начальной школы участвуют в мозговом штурме, подбирают окончания к незаконченным предложениям и вовлекаются в направляемую организаторами дискуссию, что способствует развитию ПП (Garaigordobil, 2008).

*Эмоциональные стратегии* состоят в развитии у детей понимания эмоций, улучшении эмоциональной регуляции, воспитании эмпатии (Laguna et al., 2020), например: через, обсуждение историй (Grazzani et al.,

2016); расширение репертуара способов саморегуляции, в том числе снижения страха и тревожности, при помощи техник дыхательной релаксации (Li et al., 2016); освоение практик осознанности и работу с художественной литературой; для более старших обучающихся — в том числе, через программы с короткими ежедневными упражнениями, основанными на сострадании и заботе о других и себе (Bckler et al., 2018).

Реже можно встретить в литературе иные стратегии усиления ПП, например психообразование, консультационные сессии для родителей (Solantaus et al., 2010) или — нетипичный пример — использование переменной системы освещения во время школьных уроков для развития ПП (Wessolowski et al., 2014).

### **Эффективные типы программ**

Авторы обзоров сходятся в том, что среди программ по развитию ПП есть такие, которые показывают сохранение эффекта при повторном отсроченном замере; к таким программам, в первую очередь, относятся библиотерапия, «разговоры об эмоциях» («emotion talk»), музыкальные и спортивные программы, а также практика «Наблюдающие глаза» («watching eye»).

*Библиотерапия* — это направленное чтение поэзии и прозы, подобранной с учетом терапевтических задач и потребностей участников, под руководством специалиста. Библиотерапия предполагает, что проживание историй и идентификация с персонажами могут способствовать изменениям в поведении и эмоциональном состоянии ребенка, в частности снижению или предупреждению внутренних и поведенческих проблем у детей, а также развитию ПП. Как правило, за чтением вслух следует обсуждение или выполнение детьми закрепляющих заданий; сессии проходят 1—2 раза в неделю, продолжительность программ варьируется от 2 до 56 недель. Центральное место в такой работе занимает отбор сюжетов, в которых опыт героев релевантен целям и проблемам участников программы (Montgomery, Maunders, 2015).

«Разговоры об эмоциях» («emotion talk») — это подход, в котором педагоги или психологи целенаправленно вовлекают обучающихся в обсуждение эмоций — своих и окружающих — в рамках повседневных ситуаций, совместных игр, чтения и разбора конфликтов, побуждают их к диалогу, задают вопросы, поощряют размышления о причинах и последствиях эмоций, а также помогают находить конструктивные способы выражения и регулирования своих переживаний. В результате дети учатся не только распознавать и называть свои переживания, но и понимать эмоциональные состояния других людей, развивают эмпатию и просоциальные установки, осваивают навыки эмоциональной саморегуляции, улучшают способность понимать и поддерживать сверстников, у них снижается уровень агрессии и конфликтности и усиливается мотивация к сотрудничеству и взаимопомощи. Регулярное и систематическое обсуждение эмоций в группе способствует развитию ПП: дети чаще проявля-

ют сочувствие, помогают друг другу, делятся и уступают. Максимальный эффект достигается в условиях доверительной атмосферы, когда взрослые сами демонстрируют уважительное отношение к эмоциям детей и создают безопасное пространство для их выражения. Долгосрочные положительные изменения наблюдаются, если такие беседы интегрированы в повседневную учебную и воспитательную практику и сопровождаются практическими упражнениями и обратной связью (Houston, Liffley, Wahman, 2024).

В *музыкальных программах* музыка используется как инструмент для развития ПП у обучающихся, особенно в группах, где велик риск социальной эксклюзии. Такие программы включают совместное музицирование, игру на ударных инструментах, хоровое пение, рэп-терапию, создание и исполнение песен, а также музыкальные образовательные занятия. Они ориентированы не только на обучение, но и на создание безопасной среды для творческого самовыражения, укрепление групповой сплоченности и формирование позитивных социальных моделей поведения. Эффективность музыкальных программ объясняется тем, что музыка способствует развитию эмпатии, поскольку процесс совместного создания музыки и расшифровки ее эмоционального содержания схож с распознаванием и пониманием эмоций других людей; участие в музыкальной группе усиливает чувство принадлежности и групповой идентичности, снижает межгрупповые барьеры и способствует развитию сотрудничества, взаимопомощи и поддержки; совместное музицирование требует синхронизации действий, что усиливает доверие и взаимное уважение между участниками; музыкальные занятия способствуют снижению агрессии и эмоционального напряжения, улучшают навыки саморегуляции и коммуникации, что особенно важно для детей с поведенческими и эмоциональными трудностями. Музыкальные программы приводят к росту ПП: обучающиеся чаще помогают друг другу, сотрудничают, проявляют сочувствие и реже участвуют в агрессивных и деструктивных действиях. Особенно ярко эти эффекты проявляются, когда музыкальные занятия объединены с обсуждением социальных ценностей, ролевыми играми и совместным творчеством (как, например, в программе «DRUMBEAT»<sup>5</sup>). Музыкальные программы положительно влияют не только на ПП, но и на эмоциональное состояние, самооценку, академическую мотивацию и качество социальных связей у обучающихся. Эффективность таких программ наиболее высока, если они проводятся длительно и регулярно, а также в них учитываются культурные особенности и интересы целевой аудитории (Mart-Vilar et al., 2023).

*Спортивные программы* — это целенаправленные мероприятия, включающие участие детей и подростков в различных видах физической активности и — в

данном случае — направленные на развитие ПП. Они могут включать как командные, так и индивидуальные виды спорта, например футбол, баскетбол, плавание, йогу, боевые искусства, гимнастику, танцы, паркур и др. Занятия реализуются в формате уроков физкультуры, внеклассных секций, специализированных тренировочных программ или интегративных образовательных проектов. Эффективность таких программ связана с тем, что спорт формирует у обучающихся навыки сотрудничества, командной работы, коммуникации и взаимопомощи, поскольку успешное участие в спортивных играх требует координации, доверия и взаимной поддержки; регулярные физические упражнения способствуют развитию самоконтроля, дисциплины, умения справляться с эмоциями и конструктивно разрешать конфликты; спортивная деятельность создает условия для позитивного социального взаимодействия, расширяет круг общения, укрепляет чувство принадлежности к группе и способствует формированию позитивной самооценки. Преимуществом спортивных программ является их универсальность: они положительно влияют как на здоровых обучающихся, так и на детей с особыми образовательными потребностями, включая различные нарушения развития, СДВГ, аутизм и интеллектуальные трудности, для которых спорт становится источником сенсорной стимуляции и пространством формирования ключевых жизненных навыков. Участие в командных и кооперативных видах спорта особенно эффективно для развития просоциальных установок, эмпатии и снижения агрессивного поведения; наибольший эффект достигается при участии в командных, кооперативных и структурированных программах, где акцент делается на совместном достижении целей и поддержке друг друга (Li, Shao, 2022).

*Практика «Наблюдающие глаза» («Watching eye»)* представляет собой размещение на различных поверхностях изображения глаз или лиц, которые создают у человека ощущение, что за ним наблюдают. Идея воздействия основана на том, что даже символическое присутствие наблюдателя способствует повышению самоконтроля и ПП: люди чаще ведут себя честно, соблюдают правила, делают пожертвования или убирают за собой мусор, если считают, что их действия видны и оцениваются окружающими. Механизм этого эффекта связывают с эволюционно значимыми мотивами: человеку важно поддерживать положительную репутацию в группе, а сигналы о наличии наблюдения активируют соответствующие установки и механизмы самоконтроля. Эффективность такого воздействия выше в ситуациях, когда человек находится один или в малолюдном месте. При длительном или малозаметном присутствии изображений глаз эффект быстро ослабевает. Изображения глаз активно применяются для профилактики краж, загрязнения и других нару-

<sup>5</sup> <https://holyoake.org.au/drumbeat/>

шений в общественных пространствах, но их результативность может зависеть от культурных особенностей, возраста и индивидуальной восприимчивости людей к социальному наблюдению (Van Lange, Manesi, 2023).

### **Принципы создания эффективных программ для развития просоциального поведения среди детей, подростков и молодежи**

1. *Учет возрастных особенностей, когнитивного и эмоционального развития целевой группы* (Laguna et al., 2020). Для дошкольников эффективны игровые сценарии, моделирующие ситуации помощи, где взрослые задают вопросы, побуждающие к эмпатии («Как ты думаешь, что чувствует Маша, когда ее кукла сломана?»). В работе с детьми младшего школьного возраста акцент смещается на групповые проекты с распределением между обучающимися ролей, требующих кооперации. Для подростков эффективны программы, где присутствует обращение к потребности в автономии и социальной значимости, например волонтерские проекты с элементами менторства.

2. *Комплексный подход* (см. например: Laguna et al., 2020). В наиболее эффективных программах интегрированы поведенческие, когнитивные и эмоциональные стратегии. Например, сочетание тренинга на распознавание эмоций с моделированием просоциальных действий и обсуждением моральных дилемм усиливает как навыки эмпатии, так и способность к этическому выбору. Исследования подтверждают, что такой синтез повышает устойчивость поведенческих изменений и способствует применению обучающимися навыков ПП, освоенных в рамках программы, в новых контекстах.

3. *Интеграция в естественную среду* (Laguna et al., 2020). Программы демонстрируют большую эффективность, когда внедряются в повседневные взаимодействия, а не реализуются как изолированные мероприятия. Например, социально-эмоциональное обучение интегрируется в школьные предметы через анализ литературных произведений с обсуждением мотивов персонажей или совместные проекты, требующие взаимопомощи, а также организуются воркшопы, куда вовлекают родителей обучающихся для обсуждения способов поддержки ПП.

4. *Подготовка и вовлечение взрослых* (см., например: Laguna et al., 2020). Роль педагогов, родителей и наставников как ролевых моделей, транслирующих ПП, невозможно переоценить: авторитетные взрослые, демонстрирующие искреннюю заинтересованность (например, учителя, активно участвующие в разрешении конфликтов), оказывают на детское поведение большее влияние, чем формальные наставники. Обучение взрослых техникам вербального поощрения и снижения конфликтности повышает благополучие среды, в которой формируется поведение обучающихся.

5. *Системность и длительность* (Laguna et al., 2020). Краткосрочные программы могут стимулировать появление эпизодов ситуативной помощи друг другу среди

обучающихся, но для формирования устойчивых ценностных ориентаций требуются программы продолжительностью не менее 6—12 месяцев. Ключевое условие результативности — согласованность сообщений от разных агентов социализации: например, программы, в которых сочетаются школьные занятия и домашние задания для всей семьи, показывают более устойчивые результаты. Противоречивые сигналы, поступающие от родителей, учителей и сверстников, снижают эффективность развития ПП у обучающихся.

6. *Оценка эффектов и адаптация программ* (см., например: Laguna et al., 2020). Многоуровневая оценка эффективности программ чаще всего включает количественные (опросники, анализ цифровых следов в соцсетях) и качественные (наблюдение, интервью) методы. Инновационным направлением стало использование игровых симуляторов для отслеживания поведения в смоделированных социальных ситуациях. Регулярный мониторинг проявлений ПП позволяет корректировать компоненты программы, адаптируя их к изменениям в групповой динамике и культурном контексте и по мере взросления детей.

## **Заключение**

Итак, проведенный анализ обзоров показывает, что задача усиления ПП среди обучающихся разного возраста актуальна в разных странах. Разработчики прикладных решений в целом сходятся в понимании ПП как навыков делиться, помогать, сотрудничать, оказывать поддержку, испытывать эмпатию и проявлять симпатию, а также сдерживать агрессивное поведение, в том числе не заниматься буллингом, не игнорировать и не избегать других людей. Разнообразные форматы мероприятий, включая библиотерапевтические, когнитивно-поведенческие, музыкальные, спортивные и другие, показывают свою эффективность в решении задач продвижения и развития ПП среди обучающихся разного возраста. На основе проведенного анализа выделен ряд обобщающих принципов создания эффективных программ для развития ПП. Перспективами данного исследования видятся проведение обзора российских программ, направленных на развитие ПП в школах, а также эмпирическое исследование ПП в опыте обучающихся.

**Ограничения.** Анализ только англоязычных публикаций; фокус исследований на краткосрочных эффектах без изучения устойчивости в усилении просоциального поведения и его переноса в новые контексты; в обзоре не учтены исследования с отрицательными или нулевыми результатами.

**Limitations.** Analysis of the English-language publications only; the focus of research on short-term effects without studying steadiness in enhancing prosocial behavior and its transfer to new contexts; the review does not take into account studies with negative or zero results.

### Список источников / References

1. Ульянина, О.А., Сорокова, М.Г., Федонкина, А.А., Радчикова, Н.П., Хайрова, З.Р. (2025). Модификация опросника «Сильные стороны и трудности» (ССТ) Р. Гудмана для подростков. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 22(2), 288—315. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2025-2-288—315>  
Ulyanina, O.A., Sorokova, M.G., Fedonkina, A.A., Radchikova, N.P., Khairova, Z.R. (2025). Modification of the strengths and difficulties questionnaire (SDQ) for adolescents. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 22(2), 288—315. (In Russ.). <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2025-2-288-315>
2. Böckler, A., Tusche, A., Schmidt, P., Singer, T. (2018). Distinct mental trainings differentially affect altruistically motivated, norm motivated, and self-reported prosocial behaviour. *Scientific Reports*, 8(1), Article 13560. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-31813-8>
3. Brennan, C., Deegan, A., Bohan, C., Smyth, S. (2025). A systematic review and narrative synthesis of single-case group contingency interventions targeting prosocial and antisocial behavior in school children. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 27(3), 181—199. <https://doi.org/10.1177/10983007241235865>
4. Carlo, G., Randall, B.A. (2002). The development of a measure of prosocial behaviors for late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(1), 31—44. <https://doi.org/10.1023/A:1014033032440>
5. Crone, E.A., Sweijen, S.W., Te Brinke, L.W., van De Groep, S. (2022). Pathways for engaging in prosocial behavior in adolescence. *Advances in Child Development and Behavior*, 63, 149—190. <https://doi.org/10.1016/bs.acdb.2022.03.003>
6. Eisenberg, N., Guthrie, I.K., Murphy, B.C., Shepard, S.A., Cumberland, A., Carlo, G. (1999). Consistency and development of prosocial dispositions: A longitudinal study. *Child Development*, 70(6), 1360—1372. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00100>
7. da Silva Freitas, I., de Oliveira, G.E., da Silva Lima, V., da Silva Melo, M.H. (2021). Evidence-based interventions for promoting prosocial behavior in schools: Integrative review. *The Journal of Psychology: Theory and Practice*, 23(3), Article ePTPPE14091. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/ePTPPE14091>
8. Garaigordobil, M. (2008). Assessment of the effects of a cooperative play programme for children aged 10—11 years on social adaptation and on the perception that parents, teachers and peers have of children's prosocial behaviours. *Infancia y Aprendizaje*, 31(3), 303—318. <https://doi.org/10.1174/021037008785702974>
9. Moreno, A.G., Jurado, M.M.M. (2024). Intervention programs for the prevention of bullying and the promotion of prosocial behaviors in adolescence: A systematic review. *Social Sciences and Humanities Open*, 10, Article 100954. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.100954>
10. Grazzani, I., Ornaghi, V., Agliati, A., Brazzelli, E. (2016). How to foster toddlers' mental-state talk, emotion understanding, and prosocial behavior: A conversation-based intervention at nursery school. *Infancy*, 21(2), 199—227. <https://doi.org/10.1111/infa.12107>
11. Grüning, D.J., Kamin, J., Panizza, F., Katsaros, M., Lorenz-Spreen, P. (2024). A framework for promoting online prosocial behavior via digital interventions. *Communications Psychology*, 2, Article 6. <https://doi.org/10.1038/s44271-023-00052-7>
12. Houston, K.B., Liffley, E., Wahman, C.L. (2024). Emotion talk in early childhood: A systematic literature review. *Topics in Early Childhood Special Education*, Preprint. <https://doi.org/10.1177/02711214241266160>
13. Jiménez-Buedo, M. (2015). The last dictator game? Dominance, reactivity, and the methodological artefact in experimental economics. *International Studies in the Philosophy of Science*, 29(3), 295—310. <https://doi.org/10.1080/02698595.2015.1179042>
14. Laguna, M., Mazur, Z., Kdra, M., Ostrowski, K. (2020). Interventions stimulating prosocial helping behavior: A systematic review. *Journal of Applied Social Psychology*, 50(11), 676—696. <https://doi.org/10.1111/jasp.12704>
15. Li, J., Shao, W. (2022). Influence of sports activities on prosocial behavior of children and adolescents: A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), Article 6484. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116484>
16. Mart-Vilar, M., Villalonga-Aragón, M., González-Sala, F., Hidalgo-Fuentes, S., Merino-Soto, C., Toledano-Toledano, F. (2023). Promoting prosociality and health through musical interventions with groups at risk of social exclusion: A systematic review. *Sustainability*, 15(23), Article 16334. <https://doi.org/10.3390/su152316334>
17. Montgomery, P., Maunders, K. (2015). The effectiveness of creative bibliotherapy for internalizing, externalizing, and prosocial behaviors in children: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 55, 37—47. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2015.05.010>
18. Morse, K.J., Fey, M.K., Forneris, S.G. (2021). Evidence-based debriefing. *Annual Review of Nursing Research*, 39(1), 129—148. <https://doi.org/10.1891/0739-6686.39.129>
19. Nowakowska, I. (2023). Age, frequency of volunteering, and present-hedonistic time perspective predict donating items to people in need, but not money to combat COVID-19 during lock-down. *Current Psychology*, 42, 17329—17339. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01993-0>
20. Nowakowska, I. (2024). Altruists will be altruists, but what about individualists? The role of future time perspective and social value orientation in volunteers' declarations to continue engagement in three time horizons. *Voluntas: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 35(3), 503—514. <https://doi.org/10.1007/s11266-023-00613-8>
21. Shin, J., Lee, B.-Y. (2021). The effects of adolescent prosocial behavior interventions: A meta-analytic review. *Asia Pacific Education Review*, 22, 565—577. <https://doi.org/10.1007/s12564-021-09691-z>

22. Sipes, B.S., Yang, T.T., Parks, K.C., Jariwala, N., Tymofiyeva, O. (2022). A domain-general developmental “Do-GooD” network model of prosocial cognition in adolescence: A systematic review. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16, Article 815811. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.815811>
23. Slee, P. (2016). *School Bullying: Teachers Helping Students Cope*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315692265>
24. Solantaus, T., Paavonen, E.J., Toikka, S., Punamki, R.-L. (2010). Preventive interventions in families with parental depression: Children’s psychosocial symptoms and prosocial behaviour. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 19(12), 883—892. <https://doi.org/10.1007/s00787-010-0135-3>
25. Van Lange, P.A.M., Manesi, Z. (2023). Reputation reminders: When do eye cues promote prosocial behavior? *The Spanish Journal of Psychology*, 26, Article e8. <https://doi.org/10.1017/SJP.2023.4>
26. Villalonga-Aragón, M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., Tantalean-Terrones, L. (2023). A scoping review of educational interventions to increase prosociality against gender-based violence in university bystanders. *Social Sciences*, 12(7), Article 406. <https://doi.org/10.3390/socsci12070406>
27. Wessolowski, N., Koenig, H., Schulte-Markwort, M., Barkmann, C. (2014). The effect of variable light on the fidgetiness and social behavior of pupils in school. *Journal of Environmental Psychology*, 39, 101—108. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2014.05.001>
28. Yoon, J., Bauman, S. (2014). Teachers: A critical but overlooked component of bullying prevention and intervention. *Theory Into Practice*, 53(4), 308—314. <https://doi.org/10.1080/00405841.2014.947226>

*Приложение / Appendix*

**Приложение А.** Обзоры литературы о программах, развивающих просоциальное поведение среди детей, подростков и молодежи

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
1	2024	(González Moreno & Molero Jurado, 2024).	Целью данного систематического обзора является анализ и обобщение существующих программ, направленных на профилактику буллинга и развитие просоциального поведения среди подростков в образовательной среде. Авторы ставили перед собой задачу выявить и систематизировать эффективные стратегии и подходы, используемые в различных странах, а также оценить их влияние не только на снижение уровня школьного насилия, но и на формирование позитивных поведенческих моделей у подростков. Особое внимание уделялось выявлению различий в дизайне программ, ориентированных на профилактику буллинга, и программ, направленных на развитие личностных и социальных компетенций	Результаты систематического обзора свидетельствуют, что реализуемые программы снижают уровень буллинга и способствуют развитию просоциального поведения среди подростков, а также улучшают их эмоциональную регуляцию, эмпатию и навыки межличностного взаимодействия. Кроме того, такие программы положительно влияют на школьный климат, эмоциональное благополучие и психическое здоровье учащихся, снижая тревожность, депрессивные симптомы и повышая мотивацию к обучению. Наибольшая эффективность достигается программами, в которых сочетаются профилактику буллинга с развитием социальных и эмоциональных навыков, что способствует формированию устойчивой самооценки, конструктивного разрешения конфликтов и долгосрочной социальной адаптации подростков. Результаты подчеркивают важность комплексных программ, интегрирующих профилактику буллинга и развитие просоциального поведения для поддержки благополучия подростков в образовательной среде.
2	2024	(Brennan et al., 2024)	Целью данного систематического обзора является анализ и обобщение литературы по использованию групповых программ для усиления просоциального поведения и снижения антисоциального поведения у школьников, а также оценка качества существующих исследований в данной области. Авторы ставили задачи выявить, какие типы просоциального и антисоциального поведения чаще всего становятся объектом интервенций в школьной среде; проанализировать используемые краткосрочные и долгосрочные поведенческие интервенции; оценить, насколько исследования соответствуют стандартам качества What Works Clearinghouse <a href="https://ies.ed.gov/ncee/wwc/">https://ies.ed.gov/ncee/wwc/</a> .	Основные результаты обзора показывают, что групповые программы преимущественно используют положительное подкрепление либо его сочетание с наказанием для воздействия на поведение учащихся. Большинство исследований были направлены на снижение антисоциального поведения, а не на развитие просоциального. Все интервенции для повышения просоциального поведения опирались на позитивное подкрепление, тогда как для снижения антисоциального поведения применялись как методы поощрения, так и наказания. Однако ни одно из 22 включённых исследований не соответствовало стандартам качества What Works Clearinghouse без оговорок — наиболее частыми недостатками были отсутствие достаточных данных о согласованности наблюдателей и демонстрации эффекта во времени. Авторы подчеркивают необходимость дальнейших исследований, ориентированных на развитие просоциального поведения и применение исключительно позитивных, этически устойчивых методов поведенческого воздействия в образовательной среде.

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
3	2024	(Houston et al., 2024)	Целью данного систематического обзора является анализ и обобщение литературы по эффективности использования учителем разговоров об эмоциях (emotion talk) как основной стратегии развития социальных и эмоциональных навыков у детей дошкольного возраста. Авторы ставили задачи описать характеристики и качество исследований, рассмотреть демографию участников, оценить влияние интервенций на различные аспекты социально-эмоционального развития детей, а также изучить особенности профессиональной подготовки педагогов.	Основные результаты обзора показывают, что обсуждения эмоций учителями преимущественно реализуются через совместное чтение книг с эмоциональным содержанием и обсуждение эмоций персонажей, что способствует развитию у детей знаний об эмоциях и чувствах, понимания эмоций, а также развитию просоциального поведения и вовлеченности в деятельность группы. Наиболее выраженный эффект отмечается в усилении знаний об эмоциях и понимании эмоций, а также в развитии просоциального поведения и коммуникативных навыков. Однако есть и ограничения: малое число исследований, недостаточная детализация демографических характеристик участников (особенно по признаку наличия инвалидности и этнической принадлежности), а также слабая проработка аспектов профессионального обучения педагогов и оценки качества реализации интервенций. Авторы подчеркивают необходимость дальнейших исследований, направленных на выявление наиболее эффективных компонентов стратегии «разговоры об эмоциях» (emotion talk), расширение выборок и повышение прозрачности отчетности для повышения эффективности, а также воспроизводимости результатов в различных образовательных контекстах.
4	2023	(Byrne et al., 2023)	Цель данного систематического обзора и метаанализа — исследовать связь между развивающими просоциальными программами (добровольными действиями на благо других) и показателями здоровья по данным клинических и наблюдательных исследований.	Результаты обзора показали, что просоциальные поступки (акты и выражения доброты, денежные подарки, действия «оплата вперед» (pay-it-forward) связаны с улучшением здоровья как у тех, кто их осуществляет, так и у благополучателей, особенно среди уязвимых групп. Наиболее выраженный эффект отмечен для подхода «оплата вперед», который способствовал увеличению охвата диагностическими тестами и вакцинацией. Важную роль играли сплоченность и общность сообщества, а также общий опыт уязвимости. Просоциальные программы способствуют преодолению неравенства в сфере здоровья и могут приносить пользу обеим сторонам — и тем, кто реализует интервенцию, и тем, кто в ней принимает участие.
5	2023	(Kömürçü Akik, 2023)	Цель обзора — проанализировать концепцию осознанного родительства и его связь с просоциальным поведением детей, выявить, как практика осознанности в воспитании влияет на эмоциональную регуляцию, снижение стресса, качество взаимодействия между родителем и ребёнком и развитие у детей эмпатии, готовности помогать, делиться и сотрудничать.	Обзор показал, что осознанное родительство связано с улучшением психологического благополучия детей, снижением у них поведенческих трудностей, повышением социальной компетентности и склонности к просоциальному поведению. Практики осознанного родительства способствуют смягчению влияния стрессовых ситуаций (например, пандемии) на развитие ребенка, а также оказывают положительное воздействие на подростков, снижая у них внутренние и внешние проблемы и повышая общее благополучие. Авторы подчеркивают важность интеграции осознанности в программы поддержки родителей для комплексного развития детей.
6	2023	(Martí-Vilar et al., 2023)	Цель обзора заключалась в систематическом анализе программ психосоциальных программ, использующих музыкальные методы для развития просоциального поведения у социальных групп, обладающих риском социальной эксклюзии, а также в оценке их эффективности и влияния на здоровье.	В результате анализа 11 эмпирических исследований было установлено, что музыкальные программы в большинстве случаев способствуют росту просоциальных проявлений — таких как сотрудничество, помощь, эмпатия, — снижают агрессивность и эмоциональные проблемы, а также формируют позитивные отношения и укрепляют социальные связи среди детей и подростков из уязвимых групп. При этом отмечается, что музыкальные занятия создают безопасное пространство для самовыражения, способствуют социальной интеграции и могут служить альтернативой асоциальному поведению. Однако их эффективность зависит от структуры программы, особенностей целевой группы и методологии оценки: в некоторых исследованиях значимых изменений не выявлено, что авторы связывают с методологическими ограничениями или недостаточной продолжительностью программ. В целом, в обзоре подтверждается потенциал музыкальных интервенций как инструмента для развития просоциального поведения и профилактики девиантного поведения в условиях риска социальной эксклюзии, но подчеркивается необходимость дальнейших исследований для уточнения оптимальных условий и механизмов воздействия.

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
7	2023	(Grüning et al., 2024)	Целью обзора было представить практическую классификацию и критический анализ цифровых программ, направленных на продвижение просоциального поведения в онлайн-среде, с акцентом на их применимости для специалистов и платформ.	Авторы выделяют три типа цифровых программ по времени их внедрения: проактивные (до возникновения желаемого поведения), интерактивные (в момент поведения) и реактивные (после поведения), приводят примеры научно проверенных решений для каждой категории, обсуждают их эффективность и ограничения, а также дают рекомендации по внедрению и сотрудничеству между исследователями и практиками. В результате анализа показано, что несмотря на рост числа исследований, большинство платформ и специалистов редко используют научные данные при разработке цифровых интервенций, отдавая предпочтение внутреннему тестированию. Авторы подчеркивают, что для повышения эффективности просоциальных цифровых программ необходимы дальнейшие исследования, адаптация решений к специфике платформ и активное взаимодействие между наукой и практикой, чтобы обеспечить более широкое и обоснованное внедрение этих инструментов в онлайн-пространстве.
8	2023	(Van Lange & Manesi, 2023)	Целью обзора было объединение различных перспектив и выявление ключевых компонентов для эффективных вмешательств, основанных на эффекте "наблюдающих глаз" для продвижения просоциального поведения.	Результаты показали, что для эффективного воздействия необходимы четыре условия: (1) анонимность — изображения глаз должны снижать ощущение анонимности; (2) малолюдность — эффект сильнее в местах с небольшим количеством людей; (3) низкие затраты — изображения глаз лучше влияют на малозатратные просоциальные действия; (4) краткосрочность воздействия — стимулы должны появляться на короткое время. Авторы отмечают, что эффект "наблюдающих глаз" может быть не столь значительным, как предполагалось ранее, однако из-за низкой себестоимости внедрения такие вмешательства остаются эффективным инструментом для стимулирования просоциального поведения в определенных условиях.
9	2023	(Villalonga-Aragón et al., 2023)	Целью данного обзора было систематизировать исследования, основанные на образовательных программах для университетских наблюдателей (bystanders) по предотвращению и вмешательству в случаях гендерного насилия, а также провести их описательный анализ.	Авторы проанализировали 15 статей, опубликованных за последние 19 лет, большинство из которых (86,7%) были опубликованы в течение последних 10 лет. Результаты показали, что все рассмотренные программы продемонстрировали положительные эффекты в соответствии с поставленными целями, включая снижение случаев совершения сексуального насилия, увеличение просоциального поведения и улучшение распознавания различных форм насилия. Несмотря на методологические различия и разнообразие используемых переменных и инструментов измерения, обзор подчеркивает ценность превентивных образовательных вмешательств и указывает на то, что разнообразие этих стратегий, реализуемых параллельно и непрерывно, может иметь долгосрочное влияние в контексте высшего образования.
10	2022	(Crone et al., 2022)	Цель обзора — рассмотреть подростковый возраст как уникальный период для развития просоциального поведения на фоне продолжающегося созревания мозга и социальных взаимодействий.	В обзор включены современные данные о нейронных механизмах, связанных с развитием просоциальности у подростков, включая ценностные ориентации, принятие перспективы другого и гибкость целей, а также влияние контекста (адресат, аудитория, мотивация просоциального поведения). Отмечается, что просоциальный опыт в различных социальных ситуациях способствует формированию активной гражданской позиции и вовлеченности в общество. Результаты программ показывают, что поддержка просоциального поведения открывает новые возможности для позитивной социализации подростков, предлагая рассматривать их социальную чувствительность как ресурс развития, а не как риск.
11	2022	(Aldabbagh et al., 2022)	Цель обзора заключалась в систематическом анализе эффективности программ, проводимых учителями, для поддержки детей с поведенческими проблемами (externalizing behaviors), и в оценке влияния этих вмешательств как на самих учителей, так и на детей в возрасте 2–13 лет. В обзор были включены только рандомизированные кон-	В результате метаанализа было показано, что интервенции, реализуемые учителями, оказывают положительное влияние как на педагогов, так и на детей: у учителей отмечается рост использования эффективных стратегий управления поведением, увеличение близости в отношениях с детьми и умеренное снижение конфликтности в этих отношениях. У детей наблюдается уменьшение выраженности поведенческих проблем и симптомов СДВГ, а также повышение просоциального поведения. При этом единственный анализ с

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
			тролируемые исследования, где оценивались эффекты программ в отношении детей с поведенческими проблемами и самих учителей.	полностью слепой оценкой подтвердил умеренное, но значимое снижение поведенческих проблем в результате вмешательства. Авторы отмечают, что полученные результаты подтверждают эффективность учительских программ для улучшения поведения детей и педагогических практик, однако подчеркивают необходимость дальнейших исследований с использованием слепых (независимых) оценок и анализа влияния таких программ на благополучие самих учителей.
12	2022	(Sipes et al., 2022)	Цель данного обзора заключалась в систематическом анализе нейронных коррелятов просоциального поведения в подростковом возрасте с использованием данных фМРТ и в интеграции результатов исследований в создание новой модели — «DObain-General Developmental "Do-GooD" network mode», описывающей развитие просоциального мышления у подростков.	В результате анализа 25 работ было показано, что просоциальные решения в подростковом возрасте связаны с согласованной работой трех основных нейронных сетей мозга: «дефолтная сеть» (default mode network) (отвечает за вычисление ценности для себя и других), «сеть значимости» (salience network) (отслеживает справедливость и аффективную значимость), и «исполнительная сеть» (control network) (развивается в подростковом возрасте и поддерживает ценности социальных норм). Вклад всех этих сетей интегрируется в вентромедиальной префронтальной коре, что обеспечивает принятие просоциальных решений. Обзор не только обобщил современные нейронаучные данные о развитии просоциальности, но и предложил направления для будущих исследований и возможные точки приложения для образовательных и клинических программ, направленных на развитие просоциального поведения у подростков.
13	2022	(J. Li & Shao, 2022)	Цель обзора заключалась в систематизации и анализе исследований программ, посвященных влиянию спортивных занятий на развитие просоциального поведения у детей и подростков, включая как здоровых участников, так и лиц с особыми образовательными потребностями.	В результате анализа 27 работ установлено, что занятия спортом способствуют улучшению просоциального поведения, развитию социальных навыков, снижению агрессивности и деструктивных форм поведения, а также повышению психологического благополучия у детей и подростков. Отмечено, что различные виды спортивной активности оказывают неодинаковое влияние, в то же время для детей с особыми образовательными потребностями спортивные занятия особенно полезны для социальной адаптации. Вместе с тем выявлена необходимость дальнейших рандомизированных контролируемых исследований для получения более убедительных доказательств эффективности спортивных программ и разработки оптимальных программ для разных групп детей и подростков.
14	2021	(Ng & Ong, 2022)	Целью обзора было выявление и оценка эффективности позитивных психологических интервенций (ППИ) для повышения благополучия людей в различных культурных контекстах, а также их применимости как для общей популяции, так и для клинических выборок.	Результаты показали, что ППИ в целом эффективны для повышения субъективного благополучия и снижения депрессивных симптомов как в общей популяции, так и у клинических выборок, однако их эффективность может различаться в зависимости от культурного контекста. Было установлено, что некоторые типы ППИ (например, выражение благодарности) менее эффективны для представителей азиатских культур по сравнению с западными, в то время как просоциальное поведение демонстрирует универсальную эффективность во всех культурах. Наиболее перспективными направлениями развития ППИ являются их культурная адаптация, технологическая поддержка и индивидуализация для обеспечения оптимума соответствия предлагаемой активности и индивидуальными особенностями участников.
15	2021	(Shin & Lee, 2021)	Целью обзора было изучение эффективности программ, направленных на развитие просоциального поведения у подростков, а также выявление факторов, влияющих на вариативность этой эффективности.	Авторы провели мета-аналитический обзор 33 исследований, в которых использовались программы для развития просоциального поведения у подростков с контрольной группой или сравнением показателей до и после вмешательства. Результаты показали, что программы по развитию просоциального поведения у подростков имеют небольшой положительный эффект ( $g = 0,442$ ; 95% CI). Анализ модераторов показал, что программы, направленные на повышение социальной компетентности, имели больший эффект, чем те, которые были нацелены на предотвращение проблемного поведения, а программы, использующие оценки со стороны других людей, показали больший эффект, чем те, которые использовали самоотчеты. Однако этот резуль-

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
				тат мог быть частично обусловлен публикационным смещением, поэтому интерпретация результатов требует осторожности.
16	2021	(Shiota et al., 2021).	Целью обзора было изучение эффективности программы, направленных на использование позитивных эмоций для стимулирования желаемых изменений в поведении людей. Авторы рассматривали, как положительные эмоции могут служить мотивационным инструментом для изменения поведения в трех ключевых областях: здоровое питание и физическая активность, просоциальное поведение, экологически ответственное поведение.	Результаты показали, что программы, основанные на позитивных эмоциях, могут быть эффективными, когда в них делается акцент на немедленном удовольствии от желаемого поведения, и положительные эмоции используются как непосредственное вознаграждение. Исследование выявило, что для успешного изменения поведения важно связывать желаемые действия с непосредственными позитивными переживаниями, а не только с отдаленными абстрактными выгодами. Авторы также отметили, что социальные вознаграждения желаемого поведения (например, одобрение и поддержка) особенно эффективны и менее подвержены негативным побочным эффектам по сравнению с материальными стимулами.
17	2021	(Smith et al., 2021)	Целью обзора было проведение метаанализа рандомизированных контролируемых исследований игры «Good Behavior Game» (GBG) для оценки ее краткосрочного влияния на результаты обучения учащихся.	Результаты показали, что GBG значительно превосходила контрольные условия по трем показателям: поведенческие проблемы детей по оценке учителей ( $g = 0,095$ ), поведенческие проблемы детей по оценке сверстников ( $g = 0,091$ ) и застенчивость/замкнутость по оценке сверстников ( $g = 0,091$ ). Влияние GBG на поведенческие проблемы было сильнее у девочек, чем у мальчиков по оценкам учителей. Для чтения наблюдался значимый эффект только у мальчиков ( $g = 0,316$ ). Авторы отмечают, что эффекты GBG оказались более скромными ( $g = 0,09-0,49$ ), чем сообщалось ранее в метаанализах исследований с единичными случаями, и заключают, что GBG может быть не столь эффективной, как предполагалось изначально.
18	2021	(I. D. S. Freitas et al., 2021)	Цель обзора заключалась в описании программ, направленных на развитие просоциального поведения у детей и подростков в школьной среде, на основе анализа исследований за 2000—2020 годы.	В результате анализа 21 статьи установлено, что большинство программ (19 из 21) показали положительный эффект не только в отношении роста просоциального поведения, но и в улучшении социально-эмоциональных навыков, снижении деструктивного поведения, улучшении межличностных отношений и академической успеваемости. Авторы отмечают, что несмотря на разнообразие подходов, форматов и теоретических основ, подавляющее большинство программ оказались эффективными, а их внедрение способствует формированию благоприятного школьного климата и профилактике различных психологических и поведенческих проблем. В то же время подчеркивается необходимость дальнейших исследований по устойчивости полученных эффектов, сравнительной эффективности различных моделей, а также развития и адаптации подобных программ в странах Южного полушария, где такие программы пока мало распространены.
19	2020	(Laguna et al., 2020)	Цель данного обзора заключалась в систематическом анализе исследований, оценивающих эффективность программ, стимулирующих просоциальное поведение, с фокусом на поведении помощи. Обзор охватывал экспериментальные и квазиэкспериментальные исследования, проведенные в различных условиях.	В результате анализа 49 статей, соответствующих критериям включения, было выявлено 63 программы, большинство из которых были направлены на детей и подростков. Авторы выделили три основные стратегии стимулирования просоциального поведения: поведенческую, когнитивную и эмоциональную. Большинство программ (71%) были описаны исследователями как эффективные в повышении просоциального поведения. Обзор предоставляет методологические рекомендации для исследователей по проведению исследований эффективности программ, направленных на развитие просоциального поведения, а также практические рекомендации для специалистов по эмпирически проверенным стратегиям стимулирования просоциального поведения помощи.
20	2020	(E.E. Lee et al., 2020)	Цель данного обзора заключалась в оценке эффективности программ, направленных на усиление отдельных компонентов мудрости, включая просоциальное поведение, эмоциональную регуляцию и духовность.	В результате анализа 57 рандомизированных клинических исследований ( $N = 7096$ участников) было выявлено, что программы эффективно улучшают все три компонента мудрости. Метаанализ показал значимые стандартизированные средние различия для просоциального поведения (23 исследования; $SMD = 0,43$ ), эмоциональной регуляции

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
				(12 исследований; SMD = 0,67) и духовности (12 исследований; SMD = 1,00). Несмотря на значительную гетерогенность исследований и наличие публикационного смещения, 47% исследований продемонстрировали значимое улучшение компонентов мудрости со средним и большим размером эффекта. Особенно эффективными оказались программы для просоциального поведения у пожилых участников. Результаты подтверждают, что компоненты мудрости можно успешно развивать у людей с психическими или физическими заболеваниями, а также у представителей популяции в целом.
21	2020	(A. Lee & Gage, 2020)	Целью обзора была систематизация всевозможных эффектов системы общешкольных мероприятий и поддержки в области позитивного поведения (School wide positive behavior interventions and supports, SWPBIS) — многоуровневой системы поддержки для предотвращения проблемного поведения и усиления просоциального поведения среди школьников — на уровне школы. Авторы поставили задачу провести систематический обзор, дополнив и расширив уже существующие данные, и для этого провели анализ как опубликованных, так и неопубликованных исследований.	В результате анализа в общей сложности 29 исследований (включая семь рандомизированных контролируемых исследований и 22 квазиэкспериментальных групповых исследования), проведенных в США и европейских странах, авторы показали значимое снижение в школьной дисциплине и одновременно повышение академической успеваемости, с малым или средним размером эффекта.
22	2018	(Spinrad & Gal, 2018)	Целью обзора было изучение способов развития просоциального поведения и эмпатии у детей. Авторы провели анализ различных типов просоциального поведения, разграничивая внутренне и внешне мотивированные просоциальные действия, а также рассмотрели роль эмпатии и сочувствия в их формировании просоциальных действий.	В результате исследования были выявлены ключевые факторы социализации, способствующие развитию просоциального поведения у детей: родительская теплота и чувствительность, практики эмоциональной социализации, а также поощрение просоциальных действий без материального вознаграждения. Обзор также подтвердил эффективность школьных и семейных программ в улучшении просоциального поведения детей. Авторы отмечают необходимость дальнейших исследований для понимания мотивации различных типов просоциального поведения и условий, при которых дети проявляют просоциальность по отношению к разным группам людей.
23	2017	(Forgeron et al., 2017)	Целью обзора было определить наиболее эффективные психосоциальные программы для улучшения социального функционирования детей и подростков с хроническими соматическими заболеваниями.	В систематический обзор были включены 13 количественных исследований, охватывающих детей с различными хроническими состояниями (например, диабет, эпилепсия, церебральный паралич, респираторные заболевания). Широкий спектр рассматриваемых форматов и содержания программ не позволил провести метаанализ. Несмотря на небольшие размеры эффекта, результаты свидетельствуют о снижении одиночества и проблем с ровесниками и о повышении просоциального поведения и социального принятия после проведения программ. Большинство программ были ориентированы преимущественно на развитие навыков коммуникации в связи с заболеванием, что обусловило их ограничения. Наиболее выраженные улучшения отмечались в тех случаях, когда программы были специально нацелены на развитие социальных навыков и включали несколько сессий. Авторы отмечают необходимость дальнейших исследований и разработки более целевых программ, способных учитывать уникальные социальные вызовы этой группы, чтобы повысить их социальное функционирование и общее благополучие.
24	2016	(Lane & Ledford, 2016)	Целью обзора было выявление и оценка эффективности программ, направленных на развитие навыка делиться (шеринга) у детей с задержкой или дефицитом развития социальных навыков. Авторы провели анализ различных	Обзор 20 исследований показал, что наиболее эффективными компонентами программ являются подкрепление просоциального поведения, ролевые игры со взрослыми, вербальные/физические подсказки и живое моделирование. Большинство методически строгих исследований продемонстрировали положительные результаты в усилении

№	Год	Библиографическая ссылка	Цель и задачи обзора	Основные выводы по цели и задачам
			типов программ, оценили методическую строгость исследований и эффективность вмешательств.	поведения, связанного с делением материалов, у детей с расстройствами аутистического спектра и учебными трудностями. Авторы отмечают, что дети, которые демонстрируют соответствующее возрасту поведение деления, с большей вероятностью будут считаться друзьями сверстниками и будут иметь больше возможностей для практики других просоциальных навыков, что подчеркивает важность таких программ.
25	2015	(Montgomery & Maunders, 2015)	Целью обзора была оценка эффектов творческой библиотерапии для профилактики и сокращения внутренних и поведенческих проблем у детей в возрасте 5-16 лет, а также усиления у них просоциального поведения.	Авторы провели систематический обзор рандомизированных контролируемых исследований, оценивая методическую строгость и эффективность программ. Результаты показали, что творческая библиотерапия оказывает небольшой или умеренный положительный эффект на внутренние проблемы ( $= 0,48-1,28$ ), поведенческие проблемы ( $= 0,53-1,09$ ) и просоциальное поведение ( $= 0-1,2$ ) у детей. Наиболее эффективными компонентами программ являются идентификация бесполезных убеждений, оспаривание их значения и формирование более реалистичных мыслей и предположений, что соответствует механизмам когнитивно-поведенческой терапии.
26	2012	(Davidson & McEwen, 2012)	Цель обзора заключалась в анализе влияния социальных факторов и целенаправленных программ (например, когнитивной терапии, физической активности, медитации) на нейропластичность, а также в рассмотрении возможностей этих мер для повышения благополучия и развития просоциального поведения.	В результате обзора было показано, что как стрессовые, так и поддерживающие социальные воздействия существенно влияют на структуру и функционирование мозга, особенно в областях, связанных с эмоциями и саморегуляцией (амигдала, гиппокамп, префронтальная кора). Программы, направленные на развитие просоциального поведения и снижение стресса, способны вызывать пластические изменения в мозге, включая увеличение объема префронтальной коры и уменьшение объема амигдалы, что сопровождается улучшением эмоционального состояния и поведения. Авторы подчеркивают, что благополучие и саморегуляция могут рассматриваться как навыки, поддающиеся целенаправленному развитию, однако необходимы дальнейшие исследования для уточнения механизмов и устойчивости этих изменений.
27	2009	(Biglan & Hinds, 2009)	Цель обзора заключается в анализе экспериментальных исследований по эффективности программ на уровне сообщества, направленных на профилактику и снижение распространенности употребления психоактивных веществ, антисоциального поведения и других сопутствующих рисков среди молодежи и взрослых. Авторы подчеркивают, что большинство психологических и поведенческих проблем взаимосвязаны и обусловлены схожими неблагоприятными условиями окружающей среды, поэтому для повышения эффективности следует разрабатывать и внедрять комплексные программы, ориентированные на формирование поддерживающей, развивающей среды в семьях, школах и сообществах.	В результате анализа авторы приходят к выводу, что программы в сообществе действительно могут существенно снизить уровень употребления алкоголя, табака и других психоактивных веществ, а также уменьшить проявления антисоциального поведения у молодежи. Однако отмечается, что большинство существующих программ фокусируются лишь на отдельных проблемах и не учитывают их взаимосвязи, а также редко направлены на изменение базовых средовых условий, которые способствуют развитию проблемного поведения. Авторы рекомендуют сместить акцент исследований и практики на создание и поддержание просоциальных, поддерживающих сред, минимизирующих стрессовые и негативные воздействия, и подчеркивают необходимость интеграции усилий на уровне семей, образовательных учреждений и местных сообществ для устойчивого повышения благополучия и профилактики широкого спектра психологических и поведенческих нарушений.

#### Appendix A. Literature reviews on programs that promote prosocial behavior among children, adolescents, and youth

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
1	2024	(González Moreno & Molero Jurado, 2024)	The aim of this systematic review is to analyze and synthesize existing programs targeting bullying prevention and the promotion of prosocial behavior among adolescents in educational settings. The authors sought to identify and systematically categorize effective strategies and approaches	The findings of the systematic review indicate that implemented programs reduce bullying and promote prosocial behavior among adolescents while also improving emotional regulation, empathy, and interpersonal skills. Furthermore, such programs positively influence school climate, emotional well-being, and students' mental health by reducing anxiety and depressive symptoms and increasing motivation to learn. The greatest effectiveness was

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
			employed across different countries, and to evaluate their impact not only on reducing school violence but also on fostering positive behavioral patterns among adolescents. Particular attention was paid to identifying differences in the design of programs focused on bullying prevention versus those aimed at developing personal and social competencies.	observed in programs combining bullying prevention with the development of social and emotional skills, thereby fostering stable self-esteem, constructive conflict resolution, and long-term social adaptation. The findings underscore the importance of comprehensive programs that integrate bullying prevention and prosocial behavior development to support adolescent well-being in educational settings.
2	2024	(Brennan et al., 2024)	The aim of this systematic review is to analyze and synthesize the literature on the use of group-based programs to enhance prosocial behavior and reduce antisocial behavior among schoolchildren, and to evaluate the quality of existing research in this area. The authors sought to identify which types of prosocial and antisocial behavior are most commonly targeted by school-based interventions; to analyze the short-term and long-term behavioral interventions employed; and to assess the extent to which studies meet the What Works Clearinghouse [ <a href="https://ies.ed.gov/ncee/wwc/">https://ies.ed.gov/ncee/wwc/</a> ] quality standards.	The main findings indicate that group-based programs predominantly employ positive reinforcement, or a combination of reinforcement and punishment, to influence student behavior. The majority of studies targeted the reduction of antisocial behavior rather than the promotion of prosocial behavior. All interventions aimed at increasing prosocial behavior relied solely on positive reinforcement, whereas both reward and punishment methods were applied to reduce antisocial behavior. However, none of the 22 included studies met the What Works Clearinghouse quality standards without reservations — the most common shortcomings being insufficient data on interobserver agreement and on the demonstration of behavioral effects over time. The authors emphasize the need for further research focused on fostering prosocial behavior and on the exclusive use of positive, ethically sound behavioral intervention methods in educational settings.
3	2024	(Houston et al., 2024)	The aim of this systematic review is to analyze and synthesize the literature on the effectiveness of teacher-implemented emotion talk as a primary strategy for developing social and emotional skills in preschool-aged children. The authors sought to describe the characteristics and quality of studies, examine participant demographics, evaluate the impact of interventions on various aspects of children's social-emotional development, and explore features of teacher professional development.	The main findings indicate that teacher-led emotion discussions are predominantly implemented through shared reading of emotionally relevant books and discussion of characters' feelings, which facilitates children's development of emotional knowledge, emotional understanding, prosocial behavior, and engagement in group activities. The most pronounced effects are observed in the enhancement of emotional knowledge and understanding, as well as in the development of prosocial behavior and communicative skills. Limitations include a small number of studies, insufficient detail regarding participant demographic characteristics (particularly disability status and ethnicity), and limited attention to teacher professional development and fidelity of intervention implementation. The authors underscore the need for further research aimed at identifying the most effective components of the emotion talk strategy, expanding sample sizes, and improving reporting transparency to enhance the effectiveness and replicability of findings across diverse educational contexts.
4	2023	(Byrne et al., 2023)	The aim of this systematic review and meta-analysis is to investigate the association between prosocial-promoting programs (voluntary actions for the benefit of others) and health outcomes, based on clinical and observational studies.	The review demonstrated that prosocial acts — including acts and expressions of kindness, monetary gifts, and pay-it-forward actions — are associated with improved health outcomes among both those who perform them and the beneficiaries, particularly among vulnerable populations. The most pronounced effect was observed for the pay-it-forward approach, which contributed to increased uptake of diagnostic testing and vaccination. Community cohesion and solidarity, as well as shared experiences of vulnerability, played an important role. Prosocial programs contribute to reducing health inequalities and may benefit both those implementing the intervention and those participating in it.
5	2023	(Kömürçü Akik, 2023)	The aim of the review is to analyze the concept of mindful parenting and its association with children's prosocial behavior, and to identify how mindfulness practices in parenting influence emotional regulation, stress reduction, the quality of parent-child interaction, and the development of children's empathy, willingness to help, sharing, and cooperation.	The review demonstrated that mindful parenting is associated with improvements in children's psychological well-being, reductions in behavioral difficulties, increased social competence, and a greater propensity for prosocial behavior. Mindful parenting practices help mitigate the impact of stressful situations (e.g., the pandemic) on child development and exert a positive influence on adolescents by reducing internalizing and externalizing problems and enhancing overall well-being. The authors emphasize the importance of integrating mindfulness practices into parental support programs for the holistic development of children.
6	2023	(Martí-Vilar et al., 2023)	The aim of the review was to systematically analyze psychosocial programs employing music-based methods to promote prosocial behavior among social groups at risk of	Analysis of 11 empirical studies established that music-based programs, in the majority of cases, contribute to increases in prosocial behavior — including cooperation, helping, and empathy — reduce aggression and emotional difficulties, and foster

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
			social exclusion, and to evaluate their effectiveness and impact on health outcomes.	positive relationships and stronger social bonds among children and adolescents from vulnerable groups. Music activities were found to create a safe space for self-expression, facilitate social integration, and serve as an alternative to antisocial behavior. However, their effectiveness depends on program structure, target group characteristics, and evaluation methodology: some studies found no significant changes, which the authors attribute to methodological limitations or insufficient program duration. Overall, the review confirms the potential of music-based interventions as a tool for promoting prosocial behavior and preventing deviant behavior in contexts of social exclusion risk, while emphasizing the need for further research to clarify optimal conditions and mechanisms of impact.
7	2023	(Grüning et al., 2024)	The aim of the review was to present a practical taxonomy and critical analysis of digital programs designed to promote prosocial behavior in online environments, with an emphasis on their applicability for practitioners and platforms.	The authors identify three types of digital programs based on the timing of their implementation: proactive (prior to the occurrence of desired behavior), interactive (concurrent with the behavior), and reactive (following the behavior), providing examples of empirically validated solutions for each category, and discussing their effectiveness, limitations, and implementation recommendations, as well as approaches to collaboration between researchers and practitioners. The analysis demonstrates that, despite a growing body of research, most platforms and practitioners rarely draw on scientific evidence when developing digital interventions, preferring internal testing. The authors emphasize that enhancing the effectiveness of prosocial digital programs requires further research, adaptation of solutions to platform-specific contexts, and active engagement between science and practice to ensure broader and more evidence-based implementation of these tools in online environments.
8	2023	(Van Lange & Manesi, 2023)	The aim of the review was to synthesize diverse perspectives and identify key components for effective watching-eye interventions designed to promote prosocial behavior.	The findings indicate that effective impact requires four conditions: (1) anonymity — eye images should reduce participants' sense of anonymity; (2) low social density — the effect is stronger in settings with few people; (3) low cost — eye images exert a greater influence on low-cost prosocial actions; and (4) brief exposure — stimuli should appear for a limited duration. The authors note that the watching-eye effect may be less substantial than previously assumed; however, given the low cost of implementation, such interventions remain an effective tool for encouraging prosocial behavior under specific conditions.
9	2023	(Villalonga-Aragón et al., 2023)	The aim of this review was to systematize research on educational programs for university bystanders targeting the prevention of and intervention in cases of gender-based violence, and to conduct a descriptive analysis of such programs.	The authors analyzed 15 articles published over the preceding 19 years, the majority of which (86.7%) were published within the last decade. The findings indicated that all reviewed programs demonstrated positive effects in accordance with their stated objectives, including reductions in sexual violence perpetration, increases in prosocial behavior, and improvements in the recognition of various forms of violence. Despite methodological variation and diversity in variables and measurement instruments employed, the review highlights the value of preventive educational interventions and suggests that the concurrent and continuous implementation of diverse strategies may have long-term effects in the higher education context.
10	2022	(Crone et al., 2022)	The aim of the review was to examine adolescence as a unique developmental period for the development of prosocial behavior, against the backdrop of ongoing brain maturation and evolving social interactions.	The review incorporates contemporary data on neural mechanisms associated with the development of prosociality in adolescents, including value orientations, perspective-taking, and goal flexibility, as well as the influence of context (recipient, audience, motivation for prosocial behavior). Prosocial experiences across diverse social situations are noted to contribute to the formation of active civic engagement and societal participation. Program findings suggest that supporting prosocial behavior opens new avenues for positive socialization of adolescents, offering a framework for viewing adolescent social sensitivity as a developmental resource rather than a risk factor.
11	2022	(Aldabbagh et al., 2022)	The aim of the review was to systematically analyze the effectiveness of teacher-implemented programs supporting children with externalizing behavioral problems, and to	The meta-analysis demonstrated that teacher-implemented interventions exert positive effects on both educators and children: teachers showed increased use of effective behavior management strategies, greater relational closeness with children, and

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
			evaluate the impact of these interventions on both teachers and children aged 2—13 years. Only randomized controlled trials assessing the effects of programs on children with behavioral difficulties and on teachers themselves were included.	a moderate reduction in relational conflict. Children demonstrated reductions in the severity of behavioral problems and ADHD symptoms, as well as increases in prosocial behavior. The sole analysis employing fully blinded assessment confirmed a moderate but statistically significant reduction in behavioral problems as a result of the intervention. The authors conclude that the findings support the effectiveness of teacher-implemented programs for improving child behavior and teaching practices, while emphasizing the need for further studies using blinded (independent) assessments and examining the impact of such programs on teacher well-being.
12	2022	(Sipes et al., 2022)	The aim of this review was to systematically analyze the neural correlates of prosocial behavior in adolescence using fMRI data and to integrate research findings into a new model — the "D <sub>O</sub> main-General Developmental 'Do-GooD' network model" — describing the development of prosocial cognition in adolescents.	Analysis of 25 studies demonstrated that prosocial decision-making in adolescence is associated with the coordinated activity of three core neural networks: the default mode network (responsible for computing value for self and others), the salience network (tracking fairness and affective significance), and the executive control network (developing during adolescence and supporting social norm values). The contributions of all three networks converge in the ventromedial prefrontal cortex, facilitating prosocial decision-making. The review not only synthesized contemporary neuroscientific evidence on the development of prosociality but also proposed directions for future research and potential targets for educational and clinical programs aimed at fostering prosocial behavior in adolescents.
13	2022	(J. Li & Shao, 2022)	The aim of the review was to systematize and analyze studies on programs examining the influence of sports participation on the development of prosocial behavior in children and adolescents, including both typically developing participants and those with special educational needs.	Analysis of 27 studies established that sports participation contributes to improvements in prosocial behavior, development of social skills, reduction of aggression and destructive behavioral patterns, and enhancement of psychological well-being in children and adolescents. Different types of physical activity were found to exert varying degrees of influence; for children with special educational needs, sports participation was found to be particularly beneficial for social adaptation. The need for further randomized controlled trials was identified to obtain more robust evidence of the effectiveness of sports programs and to develop optimal programs for different subgroups of children and adolescents.
14	2021	(Ng & Ong, 2022)	The aim of the review was to identify and evaluate the effectiveness of positive psychological interventions (PPIs) for enhancing well-being across different cultural contexts, and to assess their applicability for both general and clinical populations.	The findings indicated that PPIs are generally effective for enhancing subjective well-being and reducing depressive symptoms in both general and clinical populations; however, their effectiveness may vary depending on cultural context. Certain types of PPIs (e.g., gratitude expression) were found to be less effective for individuals from Asian cultures compared to Western cultures, whereas prosocial behavior demonstrated universal effectiveness across all cultural contexts. The most promising directions for PPI development include cultural adaptation, technological support, and individualization to ensure optimal person-activity fit.
15	2021	(Shin & Lee, 2021)	The aim of the review was to examine the effectiveness of programs designed to develop prosocial behavior in adolescents and to identify factors influencing variability in their effectiveness.	The authors conducted a meta-analytic review of 33 studies employing prosocial behavior programs for adolescents with a control group or pre-post comparison design. Programs targeting prosocial behavior in adolescents yielded a small positive overall effect ( $g = 0.442$ ; 95% CI). Moderator analysis revealed that programs aimed at enhancing social competence had a larger effect than those targeting the prevention of problem behavior, and programs using other-report assessments showed a larger effect than those relying on self-report measures. However, this finding may have been partly attributable to publication bias, necessitating caution in the interpretation of results.
16	2021	(Shiota et al., 2021)	The aim of the review was to examine the effectiveness of programs utilizing positive emotions to stimulate desired behavioral change. The authors considered how positive emotions can serve as a motivational tool for behavior change in three key domains: healthy eating and physical activity, prosocial behavior, and environmentally responsible behavior.	The findings indicated that programs based on positive emotions can be effective when they emphasize the immediate pleasure derived from desired behavior and when positive emotions are employed as direct reinforcement. For successful behavior change, it is important to associate desired actions with immediate positive experiences rather than solely with distal, abstract benefits. The authors also noted that social rewards for desired behavior (e.g., approval and social support) are particularly effective and less susceptible to negative side effects compared to material incentives.

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
17	2021	(Smith et al., 2021)	The aim of the review was to conduct a meta-analysis of randomized controlled trials of the Good Behavior Game (GBG) to evaluate its short-term impact on student learning outcomes.	The findings demonstrated that GBG significantly outperformed control conditions on three outcome measures: teacher-rated behavioral problems ( $g = 0.095$ ), peer-rated behavioral problems ( $g = 0.190$ ), and peer-rated shyness/withdrawal ( $g = 0.091$ ). The effect of GBG on behavioral problems was stronger for girls than for boys according to teacher ratings. A significant effect on reading was observed only among boys ( $g = 0.316$ ). The authors note that the effects of GBG proved more modest ( $g = 0.09 - 0.49$ ) than previously reported in meta-analyses of single-case studies, and conclude that GBG may not be as effective as initially assumed.
18	2021	(I. D. S. Freitas et al., 2021)	The aim of the review was to describe programs targeting the development of prosocial behavior among children and adolescents in school settings, based on the analysis of studies published between 2000 and 2020.	Analysis of 21 articles established that the majority of programs (19 out of 21) demonstrated positive effects not only in terms of increased prosocial behavior but also in improvements in social-emotional skills, reductions in disruptive behavior, enhanced interpersonal relationships, and academic achievement. The authors note that, despite the diversity of approaches, formats, and theoretical frameworks, the vast majority of programs proved effective, and their implementation contributes to a favorable school climate and to the prevention of various psychological and behavioral problems. The need for further research on the sustainability of obtained effects, the comparative effectiveness of different models, and the development and adaptation of such programs in the Global South — where such initiatives remain underrepresented — is emphasized.
19	2020	(Laguna et al., 2020)	The aim of this review was to systematically analyze studies evaluating the effectiveness of programs promoting prosocial behavior, with a focus on helping behavior. The review encompassed experimental and quasi-experimental studies conducted across various settings.	Analysis of 49 articles meeting the inclusion criteria identified 63 programs, the majority of which targeted children and adolescents. The authors identified three primary strategies for promoting prosocial behavior: behavioral, cognitive, and emotional. The majority of programs (71%) were described by the researchers as effective in increasing prosocial behavior. The review provides methodological recommendations for researchers on conducting effectiveness studies of programs aimed at developing prosocial behavior, as well as practical recommendations for practitioners on empirically validated strategies for promoting helping behavior.
20	2020	(E. E. Lee et al., 2020)	The aim of this review was to evaluate the effectiveness of programs targeting specific components of wisdom, including prosocial behavior, emotional regulation, and spirituality.	Analysis of 57 randomized clinical trials ( $N = 7,096$ participants) revealed that programs effectively improved all three components of wisdom. The meta-analysis yielded significant standardized mean differences for prosocial behavior (23 studies; $SMD = 0.43$ ), emotional regulation (12 studies; $SMD = 0.67$ ), and spirituality (12 studies; $SMD = 1.00$ ). Despite considerable heterogeneity and the presence of publication bias, 47% of studies demonstrated significant improvements with medium to large effect sizes. Programs targeting older adults were particularly effective for prosocial behavior. The findings confirm that components of wisdom can be successfully cultivated in individuals with mental or physical illness, as well as in the general population.
21	2020	(A. Lee & Gage, 2020)	The aim of the review was to systematize the full range of effects of School-Wide Positive Behavior Interventions and Supports (SWPBIS) — a multi-tiered support framework for preventing problem behavior and enhancing prosocial behavior among schoolchildren — at the school level. The authors aimed to conduct a systematic review complementing and extending existing evidence by analyzing both published and unpublished studies.	Analysis of a total of 29 studies (including seven randomized controlled trials and 22 quasi-experimental group studies) conducted in the United States and European countries demonstrated a significant reduction in school disciplinary incidents alongside improvements in academic achievement, with small to moderate effect sizes.
22	2018	(Spinrad & Gal, 2018)	The aim of the review was to examine approaches to fostering prosocial behavior and empathy in children. The authors analyzed various types of prosocial behavior, distinguishing between intrinsically and extrinsically motivated prosocial actions, and examined the role of empathy and sympathy in shaping prosocial behavior.	The review identified key socialization factors contributing to the development of prosocial behavior in children: parental warmth and sensitivity, emotional socialization practices, and the encouragement of prosocial actions in the absence of material rewards. The review also confirmed the effectiveness of school-based and family programs in improving children's prosocial behavior. The authors highlight the need for further research to understand the motivation underlying different types of prosocial

№	Year	Bibliographic Reference	Aim and Objectives of the Review	Key Findings Related to Aims and Objectives
				behavior and the conditions under which children display prosociality toward different groups of people.
23	2017	(Forgeron et al., 2017)	The aim of the review was to identify and evaluate the effectiveness of psychosocial programs for improving the social functioning of children and adolescents with chronic somatic conditions.	The systematic review included 13 quantitative studies encompassing children with various chronic conditions (e.g., diabetes, epilepsy, cerebral palsy, respiratory diseases). The broad range of program formats and content precluded meta-analysis. Despite small effect sizes, the findings indicate reductions in loneliness and peer-related difficulties alongside increases in prosocial behavior and social acceptance following program participation. Most programs were primarily oriented toward the development of disease-related communication skills, which imposed limitations on their scope. The most pronounced improvements were observed in programs specifically targeting social skill development and comprising multiple sessions. The authors emphasize the need for further research and the development of more targeted programs capable of addressing the unique social challenges of this population to enhance social functioning and overall well-being.
24	2016	(Lane & Ledford, 2016)	The aim of the review was to identify and evaluate the effectiveness of programs targeting the development of sharing behavior in children with delays or deficits in social skill development. The authors analyzed various types of programs, assessed the methodological rigor of studies, and evaluated intervention effectiveness.	A review of 20 studies demonstrated that the most effective program components include reinforcement of prosocial behavior, role-playing with adults, verbal and physical prompting, and live modeling. The majority of methodologically rigorous studies yielded positive results in enhancing material-sharing behavior among children with autism spectrum disorders and learning difficulties. The authors note that children who demonstrate age-appropriate sharing behavior are more likely to be regarded as friends by their peers and to have greater opportunities to practice other prosocial skills, thereby underscoring the importance of such programs.
25	2015	(Montgomery & Maunders, 2015)	The aim of the review was to evaluate the effects of creative bibliotherapy for the prevention and reduction of internalizing and behavioral problems in children aged 5 — 16 years, and for the enhancement of prosocial behavior.	The authors conducted a systematic review of randomized controlled trials, assessing the methodological rigor and effectiveness of programs. The findings demonstrated that creative bibliotherapy exerts small to moderate positive effects on internalizing problems ( $= 0.48 - 1.28$ ), behavioral problems ( $= 0.53 - 1.09$ ), and prosocial behavior ( $= 0 - 1.2$ ) in children. The most effective program components include the identification of unhelpful beliefs, challenging their significance, and forming more realistic thoughts and assumptions, consistent with the mechanisms of cognitive-behavioral therapy.
26	2012	(Davidson & McEwen, 2012)	The aim of the review was to analyze the impact of social factors and targeted programs (e.g., cognitive therapy, physical activity, meditation) on neuroplasticity, and to examine the potential of these measures for enhancing well-being and developing prosocial behavior.	The review demonstrated that both stressful and supportive social influences substantially affect brain structure and function, particularly in areas associated with emotion and self-regulation (amygdala, hippocampus, prefrontal cortex). Programs aimed at developing prosocial behavior and reducing stress can induce neuroplastic changes, including increased prefrontal cortex volume and decreased amygdala volume, accompanied by improvements in emotional functioning and behavior. The authors underscore that well-being and self-regulation may be conceptualized as skills amenable to purposeful cultivation; however, further research is needed to clarify the mechanisms and long-term durability of these changes.
27	2009	(Biglan & Hinds, 2009)	The aim of the review was to analyze experimental studies on the effectiveness of community-level programs targeting the prevention and reduction of substance use, antisocial behavior, and associated risk factors among youth and adults. The authors argue that most psychological and behavioral problems are interrelated and conditioned by similar adverse environmental factors; therefore, to maximize effectiveness, comprehensive programs oriented toward creating supportive, nurturing environments in families, schools, and communities should be developed and implemented.	The analysis leads the authors to conclude that community-level programs can substantially reduce alcohol, tobacco, and other substance use, as well as diminish antisocial behavior among youth. However, most existing programs were found to focus on isolated problems without addressing their interrelationships, and rarely target modifications to the underlying environmental conditions that foster problem behavior. The authors recommend shifting the focus of research and practice toward the creation and maintenance of prosocial, supportive environments that minimize stress and adverse influences, and emphasize the need to integrate efforts at the level of families, educational institutions, and local communities for the sustainable promotion of well-being and the prevention of a broad range of psychological and behavioral disorders.

### **Информация об авторах**

*Оксана Рудольфовна Михайлова*, кандидат социологических наук, доцент кафедры анализа социальных институтов, департамент социологии, факультет социальных наук, научный сотрудник Центра исследований современного детства, Институт образования, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО «НИУ ВШЭ»; Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0236-6992>, e-mail: [oxanamikhailova@gmail.com](mailto:oxanamikhailova@gmail.com)

*Александра Алексеевна Бочавер*, доктор психологических наук, старший научный сотрудник, директор Центра исследований современного детства, Институт образования, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО «НИУ ВШЭ»), Москва, Российская Федерация; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6131-5602>, e-mail: [a-bochaver@yandex.ru](mailto:a-bochaver@yandex.ru)

### **Information about the authors**

*Oxana R. Mikhaylova*, Candidate of Science (Sociology), Associate Professor, Department of Sociology, HSE University; Researcher, Center for Modern Childhood Research, Institute of Education, HSE University, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0236-6992>, e-mail: [0000-0002-0236-6992](mailto:0000-0002-0236-6992)

*Alexandra A. Bochaver*, Doctor of Science (Psychology), Senior Researcher, Head of the Center for Modern Childhood Research, Institute of Education, HSE University, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6131-5602>, e-mail: [a-bochaver@yandex.ru](mailto:a-bochaver@yandex.ru)

### **Вклад авторов**

Михайлова О.Р. — идеи исследования; сбор и анализ данных; написание и оформление рукописи.

Бочавер А.А. — идеи исследования; интерпретация результатов; аннотирование, написание и оформление рукописи.

Авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

### **Contribution of the authors**

Oxana R. Mikhaylova — ideas; data collection and analysis, writing and design of the manuscript.

Alexandra A. Bochaver— ideas; interpretation of the results, annotation, writing and design of the manuscript.

The authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

### **Конфликт интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

### **Conflict of interest**

The authors declare no conflict of interest.

### **Декларация об этике**

Исследование представляет собой теоретический анализ и не требует этического согласования.

### **Ethics statement**

This study is a theoretical analysis and did not require ethical approval.

Поступила в редакцию 29.06.2025

Поступила после рецензирования 28.11.2025

Принята к публикации 05.12.2025

Опубликована 30.03.2026

Received 2025.06.29

Revised 2025.11.28

Accepted 2025.12.05

Published 2026.03.30