

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

ISSN 2072-0297

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



41 2026
ЧАСТЬ III

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 41 (644) / 2026

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

Жураев Хусниддин Олтинбоевич, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Иванова Юлия Валентиновна, доктор философских наук
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук
Лактионов Константин Станиславович, доктор биологических наук
Сараева Надежда Михайловна, доктор психологических наук
Абдрасилов Турганбай Курманбаевич, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Авдеюк Оксана Алексеевна, кандидат технических наук
Айдаров Оразхан Турсункожаевич, кандидат географических наук (Казахстан)
Алиева Тарана Ибрагим кызы, кандидат химических наук (Азербайджан)
Ахметова Валерия Валерьевна, кандидат медицинских наук
Бердиев Эргаш Абдуллаевич, кандидат медицинских наук (Узбекистан)
Брезгин Вячеслав Сергеевич, кандидат экономических наук
Данилов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук
Дёмин Александр Викторович, кандидат биологических наук
Дядюн Кристина Владимировна, кандидат юридических наук
Желнова Кристина Владимировна, кандидат экономических наук
Жуйкова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук
Игнатова Мария Александровна, кандидат искусствоведения
Искаков Руслан Маратбекович, кандидат технических наук (Казахстан)
Калдыбай Кайнар Калдыбайулы, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Кенесов Асхат Алмасович, кандидат политических наук
Коварда Владимир Васильевич, кандидат физико-математических наук
Комогорцев Максим Геннадьевич, кандидат технических наук
Котляров Алексей Васильевич, кандидат геолого-минералогических наук
Кузьмина Виолетта Михайловна, кандидат исторических наук, кандидат психологических наук
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Кучерявенко Светлана Алексеевна, кандидат экономических наук
Лескова Екатерина Викторовна, кандидат физико-математических наук
Макеева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук
Матвиенко Евгений Владимирович, кандидат биологических наук
Матроскина Татьяна Викторовна, кандидат экономических наук
Матусевич Марина Степановна, кандидат педагогических наук
Мусаева Ума Алиевна, кандидат технических наук
Насимов Мурат Орленбаевич, кандидат политических наук (Казахстан)
Паридинова Ботагоз Жаппаровна, магистр философии (Казахстан)
Прончев Геннадий Борисович, кандидат физико-математических наук
Рахмонов Азизхон Боситхонович, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Семахин Андрей Михайлович, кандидат технических наук
Сенцов Аркадий Эдуардович, кандидат политических наук
Сенюшкин Николай Сергеевич, кандидат технических наук
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Титова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук
Ткаченко Ирина Георгиевна, кандидат филологических наук
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры
Фозилов Садриддин Файзуллаевич, кандидат химических наук (Узбекистан)
Яхина Асия Сергеевна, кандидат технических наук
Ячинова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук

Международный редакционный совет:

Айрян Заруи Геворковна, кандидат филологических наук, доцент (Армения)
Арошидзе Паата Леонидович, доктор экономических наук, ассоциированный профессор (Грузия)
Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, профессор (Россия)
Ахмеденов Кажмурат Максutowич, кандидат географических наук, ассоциированный профессор (Казахстан)
Бидова Бэла Бертовна, доктор юридических наук, доцент (Россия)
Борисов Вячеслав Викторович, доктор педагогических наук, профессор (Украина)
Буриев Хасан Чутбаевич, доктор биологических наук, профессор (Узбекистан)
Велковска Гена Цветкова, доктор экономических наук, доцент (Болгария)
Гайич Тамара, доктор экономических наук (Сербия)
Данатаров Агахан, кандидат технических наук (Туркменистан)
Данилов Александр Максимович, доктор технических наук, профессор (Россия)
Демидов Алексей Александрович, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Досманбетов Динар Бакбергенович, доктор философии (PhD), проректор по развитию и экономическим вопросам (Казахстан)
Ешиев Абдыракман Молдоалиевич, доктор медицинских наук, доцент, зав. отделением (Кыргызстан)
Жолдошев Сапарбай Тезекбаевич, доктор медицинских наук, профессор (Кыргызстан)
Игисинов Нурбек Сагинбекович, доктор медицинских наук, профессор (Казахстан)
Кадыров Кутлуг-Бек Бекмурадович, доктор педагогических наук, и.о. профессора, декан (Узбекистан)
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Козырева Ольга Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Россия)
Колпак Евгений Петрович, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Кыят Эмине Лейла, доктор экономических наук (Турция)
Лю Цзюань, доктор филологических наук, профессор (Китай)
Малес Людмила Владимировна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Нагервадзе Марина Алиевна, доктор биологических наук, профессор (Грузия)
Нурмамедли Фазиль Алигусейн оглы, кандидат геолого-минералогических наук (Азербайджан)
Прокопьев Николай Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Прокофьева Марина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Казахстан)
Рахматуллин Рафаэль Юсупович, доктор философских наук, профессор (Россия)
Ребезов Максим Борисович, доктор сельскохозяйственных наук, профессор (Россия)
Сорока Юлия Георгиевна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Узаков Гулом Норбоевич, доктор технических наук, доцент (Узбекистан)
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры (Россия)
Хоналиев Назарали Хоналиевич, доктор экономических наук, старший научный сотрудник (Таджикистан)
Хоссейни Амир, доктор филологических наук (Иран)
Шарипов Аскар Калиевич, доктор экономических наук, доцент (Казахстан)
Шуклина Зинаида Николаевна, доктор экономических наук (Россия)

На обложке изображен *Якоб Людвиг Карл Гримм* (1785–1863) — немецкий филолог-германист, языковед, историк права и собиратель фольклора, один из основателей германской филологии как самостоятельной научной дисциплины. Именно Якобу принадлежит первенство в научной части их общего дела, тогда как его младший брат Вильгельм в большей степени отвечал за литературную обработку текстов.

Якоб Гримм родился 4 января 1785 года в городе Ханау. В семье было шестеро детей; Вильгельм, родившийся в 1786 году, стал не только братом, но и ближайшим соратником Якоба на всю жизнь. В 1791 году семья переехала в Штайнау, где отец получил новое назначение, однако в 1796 году он умер, и материальное положение семьи резко ухудшилось. В 1798 году Якоба и Вильгельма отправили к тетке в Кассель, где они поступили в привилегированный лицей.

В 1802 году Якоб начал изучать право в Марбургском университете. Решающее влияние на его научные интересы оказал Фридрих Карл фон Савиньи, крупнейший правовед эпохи, под руководством которого Гримм приобщился к работе с историческими источниками и к сравнительно-историческому методу. В 1805 году Савиньи привлек его к разбору рукописей в Париже, что положило начало многолетним архивным изысканиям. В 1806–1807 годах Гримм служил в гессенском военном ведомстве, а в 1808 году получил место библиотекаря при личной библиотеке Жерома Бонапарта в Касселе, что дало ему доступ к книжным собраниям и время для собственных занятий.

Научная деятельность Гримма развивалась в нескольких направлениях одновременно. Вместе с Вильгельмом он выпустил сборник «Детские и домашние сказки», а затем «Немецкие предания». Сам Якоб сосредоточился на языке и праве: в 1819 году вышел первый том «Немецкой грамматики», в 1828 году — «Древности немецкого права», в 1835 году — «Немецкая мифология». В 1822 году во втором издании грамматики он сформулировал закономерность, известную как закон Гримма (первое германское передвижение согласных), — одно из ключевых открытий сравнительно-исторического языкознания.

В 1829 году Якоб Гримм получил приглашение в Гёттингенский университет, где с 1830 года занимал должность профессора и заведовал библиотекой. В 1837 году он вместе с Вильгельмом вошел в так называемую «Гёттингенскую семерку» — семь профессоров, протестовавших

против отмены конституции ганноверским королем Эрнстом Августом. За это всех семерых уволили, а Якоба как одного из тех, кто не был уроженцем Ганновера, обязали покинуть страну. Братья вернулись в Кассель, а в 1840 году по приглашению прусского короля Фридриха Вильгельма IV переехали в Берлин, где были избраны членами Прусской академии наук и получили право читать лекции в Берлинском университете без обязательной нагрузки.

Братья Гримм прожили вместе почти всю жизнь, вели общее хозяйство и работали в одной комнате за двумя столами, обращенными друг к другу. Вильгельм женился в 1825 году, Якоб так и остался холостяком.

В 1848 году Якоб Гримм был избран депутатом Франкфуртского национального собрания, однако вскоре сложил полномочия, сославшись на занятость научной работой.

В 1838 году братья начали работу над «Немецким словарем» — фундаментальным историческим словарем немецкого языка. Первый том вышел в 1854 году; Якоб успел довести дело лишь до буквы F, а завершен словарь был только в XX веке.

После увольнения Якоб опубликовал брошюру «О моем увольнении» (1838), где изложил обстоятельства конфликта с ганноверским правительством; она быстро разошлась по Германии.

Гримм считается одним из первых германских филологов, читавших лекции на немецком языке, а не на латыни.

Современники описывали Якоба как человека сурового и замкнутого, всецело погруженного в работу; его личная библиотека и рукописи были завещаны Прусской государственной библиотеке.

Умер Якоб Гримм 20 сентября 1863 года в Берлине, продолжая диктовать материалы для словаря; он похоронен на кладбище Святого Матфея рядом с братом, который скончался в 1859 году от паралича легких.

Труды Якоба Гримма выходят далеко за рамки фольклористики: он заложил основы исторической грамматики германских языков, разработал методику сравнительного изучения памятников письменности и ввел в научный оборот огромный корпус текстов. Собранные братьями сказки, несмотря на строго научный замысел собирателей, стали одним из самых известных памятников мировой литературы.

*Информацию собрала ответственный редактор
Екатерина Осянина*

СОДЕРЖАНИЕ

ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ

Соколов И. О.

Пути совершенствования процесса закупки для развивающегося высокотехнологичного концерна отечественного ОПК в условиях постпандемического кризиса: на материалах АО «Концерн «Калашников» 133

Чабанова А. Ю., Марчукайтис О. В., Городный А. Л., Ляхов Д. В.

Демографическая безопасность: понятие, критерии и индикаторы в системе национальной безопасности 135

Чабанова А. Ю., Марчукайтис О. В., Городный А. Л., Ляхов Д. В.

Демографическая безопасность Оренбургской области: проблемы и пути решения 138

Шиленьков А. В.

Институциональные проблемы бумажного НДС и пути их решения 141

ПСИХОЛОГИЯ

Абаулина Я. А.

Феномен вынужденной диджитал-детоксикации: влияние регламентированных отключений электроэнергии на психоэмоциональное состояние подростков 145

Демченко Ф. С.

Нейропсихолингвистический профиль синдрома цифрового расщепления у поколения Z 148

Добровольская О. А.

Нейрокогнитивная модель скуки в семейных отношениях 156

Жеребцова М. В.

Интегративная модель консультирования пар после супружеской измены 157

Зотова М. В.

Психологические риски профессиональной деятельности психологов-консультантов: современное состояние исследований 159

Коннов А. М.

Современные подходы к помощи детям с психическими нарушениями: от раннего вмешательства до трудовых мастерских 162

Николаева Е. Д.

Точки соприкосновения: как психология и религия вместе исследуют человеческую душу 166

Пастухова Е. Д.

Влияние социальных сетей на психологическое состояние современной молодежи 168

Сартакова А. А.

Взаимосвязь академической мотивации и психологического благополучия студентов: теоретический анализ 171

Спиридонов В. В.

Влияние характеристик структуры личности на академическую успеваемость у студентов вуза 173

Хайртдинова Р. Ю.

Сравнительный анализ уровня тревожности и самооценки у мальчиков и девочек младшего школьного возраста 176

Хильченко О. Г.

Психологическое консультирование семей в ситуации развода: отечественные подходы и запросы ближайшего окружения по данным эмпирического опроса 178

Шойыншы О. Н.

Психологическая поддержка подростков,
склонных к интернет-зависимости..... 181

Юрова А. И.

Социально-психологический портрет
личности с расстройством пищевого
поведения: интегративная модель на основе
биопсихосоциального подхода 184

СОЦИОЛОГИЯ**Кожевина М. В.**

Молодёжная политика: проектный подход..... 187

Федотов А. Д.

«Эхо демографической ямы 1990-х» как
фактор изменений в страфикационной
структуре современного российского
общества 189

**ФИЛОЛОГИЯ,
ЛИНГВИСТИКА****Аболкасымова М. К.**

Подготовка к итоговому сочинению
2027 года: анализ типичных ошибок
(по материалам Краснодарского края
и г. Сочи), новые требования, алгоритмы
работы с исторической темой и система
дидактических карточек..... 193

Жулькова В. А.

Теоретические представления о цифровом
сторителлинге как формате современной
массовой коммуникации 203

ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ

Пути совершенствования процесса закупки для развивающегося высокотехнологичного концерна отечественного ОПК в условиях постпандемического кризиса: на материалах АО «Концерн «Калашников»

Соколов Иван Олегович, студент

Московский областной филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (г. Красногорск)

В статье рассмотрен закупочный процесс АО «Концерн «Калашников» в ситуации постпандемического кризиса, санкционного давления и роста оборонного заказа. Предметом выступают организационные решения, позволяющие снизить риск срыва поставок при соблюдении требований законодательства о закупках и государственном оборонном заказе. По итогам анализа предложена модель совершенствования закупок: ранняя синхронизация плана с производственной программой, предварительная квалификация поставщиков, страховой запас по позициям длительного цикла, ценовой контроллинг и защищенный цифровой мониторинг договоров.

Ключевые слова: закупки, оборонно-промышленный комплекс, государственный оборонный заказ, импортозамещение, цепи поставок, Концерн «Калашников».

Постпандемический кризис для предприятий оборонно-промышленного комплекса приобрел форму длительного давления на сроки, номенклатуру материалов, доступность оборудования, транспортные маршруты и банковское сопровождение расчетов. Закупка в такой среде перестает быть техническим оформлением заявки. Закупочное подразделение должно участвовать в производственном планировании до запуска процедуры, поскольку ошибка в выборе поставщика либо срока поставки способна остановить сборку изделия, связанного с публично-правовыми обязательствами перед государственным заказчиком.

АО «Концерн «Калашников» подходит для анализа, поскольку концерн развивает оборонные, беспилотные, станкостроительные и гражданские направления. По открытым сведениям (Ростех) в 2023 г. выпуск спецтехники вырос на 45 %, а дивизион станкостроения произвел 126 единиц оборудования, превысив показатель 2022 г. на 65 % [8, с. 1; 9, с. 1]. В первом полугодии 2024 г. выпуск продукции военного и гражданского назначения вырос на 50 %, выручка — на 70 %, при выполнении планов отгрузки по государственному оборонному заказу в дивизионе спецтехники на 100 % [10, с. 1]. Следовательно, создается повышенная потребность в инструменте, оснастке, ремонте оборудования, материалах и подтвержденных аналогах импортных компонентов.

Правовая сторона закупок определяется Федеральным законом № 223-ФЗ, а поставки по оборонному заказу —

Федеральным законом № 275-ФЗ [2, с. 1; 3, с. 1]. Для концерна проблема состоит в соединении конкурентности, экономической обоснованности и отчетности с ограниченным доступом к сведениям о продукции, кооперации и сроках исполнения. Ускорение процедур путем сокращения контроля дает краткий выигрыш и повышает риск срыва договора. Более устойчивым решением является перестройка последовательности действий: поставщик проверяется заранее, допустимые аналоги согласуются до дефицита, а закупщик получает технически достаточный объем информации до выхода потребности в процедуру.

Исследователи цепей поставок ОПК связывают устойчивость кооперации с управляемой избыточностью, прозрачностью прохождения заказов и отказом от ориентации лишь на минимальную цену [4, с. 40]. Работы по цифровизации закупок показывают, что контроллинг затрат и сроков должен сопровождать договор с момента планирования до закрытия обязательств [5, с. 12]. Для оборонного предприятия кризисный подход к закупке означает создание короткой управленческой связи между конструктором, технологом, закупщиком, финансистом, юристом и подразделением защиты информации.

В таблице 1 представлены меры, которые могут быть применены в закупочном процессе концерна при сохранении требований 223-ФЗ, 275-ФЗ и режима ограниченного доступа к сведениям.

Таблица 1. Направления совершенствования закупочного процесса АО «Концерн «Калашников» в кризисной среде

Узел процесса	Кризисное ограничение	Предлагаемая мера	Практический результат
Планирование потребности	частая корректировка производственных заданий; дефицит горизонта поставки	скользящий месячный план с тремя сценариями потребности	меньше срочных процедур, более раннее резервирование ресурсов
Квалификация поставщиков	узкий круг производителей; риск формальной готовности к серии	правовая проверка и технический аудит ресурсов до запроса цены	меньше срывов по договорам, выше предсказуемость качества
Замена компонентов	санкционный дефицит материалов, инструмента и запасных частей	реестр разрешенных аналогов с участием конструктора и технолога	ускорение согласования замены без ухудшения требований
Запасы и логистика	нестабильные маршруты; рост сроков ремонта оборудования	страховой запас по позициям длительного цикла и резервный поставщик	непрерывность сборки при задержке отдельных поставок
Ценовой контроль	волатильность стоимости материалов и банковские ограничения по ГОЗ	формула пересмотра цены, контроль авансов, отдельный учет затрат	меньше договорных споров, выше финансовая дисциплина

На основе анализа, представленного в таблице, выделяются три зоны риска: поставщик, аналог компонента и срок. По позициям длительного цикла закупщик должен видеть не одну потребность, а диапазон потребности, согласованный с производственным планом. Для критичной номенклатуры целесообразен короткий список

поставщиков, прошедших технический аудит, проверку расчетного режима и оценку способности поддерживать серийный темп.

На рисунке 1 отражена производственная нагрузка, опубликованная Ростехом по отдельным направлениям деятельности концерна.

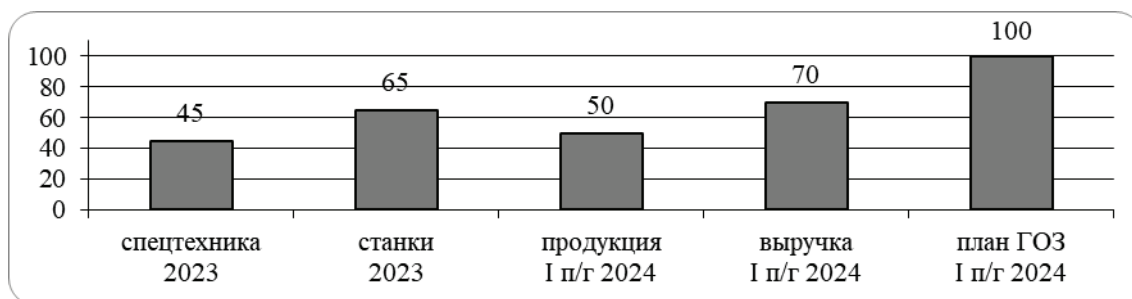


Рис. 1. Отдельные опубликованные показатели роста и выполнения планов АО «Концерн «Калашников», %. Составлено по: [8, с. 1; 9, с. 1; 10, с. 1]

Показатели рисунка подтверждают необходимость расчета закупок по пиковым, а не средним прошлым нагрузкам. Рост выпуска на 45–70 % формирует цепную потребность в оборудовании, оснастке, материалах и услугах ремонта. Показатель 100 % по отгрузке в рамках государственного оборонного заказа отражает дисциплину исполнения, однако поддержание подобного результата требует запаса времени, альтернативных поставщиков и права быстрых внутренних согласований.

На практике для реализации модели требуется защищенный цифровой контур SRM/ERP. Система должна фиксировать статус потребности, договор, аванс, дату контрольной точки, риск просрочки, приемочные документы и складской остаток; доступ к сведениям разграничивается между закупщиком, производством, финансистом и службой безопасности. Ценовой механизм целесооб-

разно строить через формулы пересмотра по сырьевым индексам и подтвержденным затратам, а логистику — через деление номенклатуры на локальные позиции, позиции длительного цикла и импортозамещаемые позиции [6, с. 3; 7, с. 4].

Результат анализа состоит в том, что для АО «Концерн «Калашников» совершенствование закупок в постпандемическом кризисе должно опираться на раннее планирование, предварительную квалификацию поставщиков, управляемый запас по критичным позициям, защищенный цифровой мониторинг и договорные механизмы ценовой устойчивости. Предложенная модель снижает вероятность аварийных процедур и помогает сохранять темп исполнения государственного оборонного заказа без отказа от правовых ограничений и финансового контроля.

Литература:

1. Григорьев, М. Н. Пути совершенствования процесса закупки для развивающегося высокотехнологичного концерна отечественного ОПК в условиях постпандемического мира / М. Н. Григорьев, Ч. Б. Джанаев, Е. А. Сидоров // Научные труды Вольного экономического общества России. — 2020. — Т. 223. — № 3. — С. 278–284. — DOI: 10.38197/2072–2060–2020–223–3–278–284.
2. Федеральный закон от 18.07.2011 № 223-ФЗ «О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц». — URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_116964/ (дата обращения: 08.07.2026).
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 275-ФЗ «О государственном оборонном заказе». — URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140175/ (дата обращения: 08.07.2026).
4. Гудкова, О. Е. Кооперация и цепочки поставок на предприятиях ОПК: особенности управления и риски современной среды / О. Е. Гудкова // Вестник экономики, права и социологии. — 2025. — № 4. — С. 39–45. — DOI: 10.24412/1998–5533–2025–4–39–45.
1. Афонина, В. Е. Цифровизация и контроллинг в закупочной деятельности организаций: проблемы и перспективы / В. Е. Афонина, А. Г. Серегин // Вестник Алтайской академии экономики и права. — 2019. — № 3–2. — С. 10–14.
2. Гладилин, А. К. Особенности цифровизации предприятий оборонной промышленности / А. К. Гладилин // Вестник Евразийской науки. — 2024. — Т. 16. — № S5. — URL: <https://esj.today/PDF/77FAVN524.pdf> (дата обращения: 08.07.2026).
3. Быкова, Г. П. Систематизация проблем цепей поставок вследствие введения санкций, препятствующих устойчивому развитию / Г. П. Быкова, Ф.-Д. Венде // Отходы и ресурсы. — 2023. — Т. 10. — № 1. — DOI: 10.15862/38ECOR123.
4. В 2023 году «Калашников» нарастил производство спецтехники на 45 % // Ростех. — 19.01.2024. — URL: <https://rostec.ru/media/news/v-2023-godu-kalashnikov-narastil-proizvodstvo-spetstekhniki-na-45/> (дата обращения: 08.07.2026).
5. «Калашников» увеличил производство станков на 65 % // Ростех. — 26.01.2024. — URL: <https://rostec.ru/media/news/kalashnikov-uvelichil-proizvodstvo-stankov-na-65/> (дата обращения: 08.07.2026).
6. «Калашников» увеличил выпуск военной и гражданской продукции // Ростех. — 05.07.2024. — URL: <https://rostec.ru/media/news/kalashnikov-uvelichil-vypusk-voennoy-i-grazhdanskoy-produktsii-/> (дата обращения: 08.07.2026).

Демографическая безопасность: понятие, критерии и индикаторы в системе национальной безопасности

Чабанова Аксана Юрьевна, кандидат юридических наук, доцент;
 Марчукайтис Ольга Владимировна, студент магистратуры;
 Городный Артём Леонидович, студент магистратуры;
 Ляхов Денис Викторович, студент магистратуры
 Московский финансово-юридический университет МФЮА

В статье рассматривается демографическая безопасность как самостоятельный элемент системы национальной безопасности. Анализируются подходы к определению понятия демографической безопасности, сложившиеся в отечественной и зарубежной науке. Раскрывается соотношение демографической безопасности с демографической политикой, демографическим развитием и демографическими угрозами. Исследуются критерии и индикаторы демографической безопасности, включая естественный прирост (убыль) населения, суммарный коэффициент рождаемости, ожидаемую продолжительность жизни, миграционный баланс, коэффициент депопуляции. Обосновывается вывод о необходимости комплексного подхода к оценке демографической безопасности с учетом региональной специфики.

Ключевые слова: демографическая безопасность, национальная безопасность, демографические угрозы, депопуляция, рождаемость, смертность, продолжительность жизни, миграция, критерии безопасности, демографическая политика.

Демографическая безопасность — это одна из фундаментальных составляющих национальной безопасности любого государства. При современной демографической ситуации, характеризующейся устойчивой

депопуляцией в большинстве развитых стран, старением населения и усилением миграционных процессов, вопросы обеспечения демографической безопасности приобретают особую актуальность. Как справедливо отме-

чается в научной литературе, демографические угрозы в большей степени носят скрытый характер и их негативные последствия наиболее существенны [1, с. 157–158].

Анализ понятия и критериев демографической безопасности позволяет не только понять сущность данного явления, но и выработать эффективные механизмы его обеспечения. В настоящей статье рассматриваются теоретические подходы к определению демографической безопасности, ее соотношение с иными видами безопасности, а также критерии и индикаторы, позволяющие оценить уровень демографической безопасности государства.

В научной литературе сложилось несколько подходов к определению понятия демографической безопасности. Как отмечает А. Н. Боков, демографическая безопасность это сложное социальное явление, обладающее устойчивыми связями с политическими, экономическими, социальными, военными, информационными и другими сферами общественной жизни [1, с. 158].

С точки зрения ряда авторов, демографическая безопасность — это состояние защищенности социально-экономической системы от демографических угроз, при котором обеспечивается устойчивое воспроизводство населения и сохраняется его качественный потенциал [1, с. 158]. В данном определении акцент делается на устойчивости воспроизводства населения как ключевом условии демографической безопасности.

Другие исследователи рассматривают демографическую безопасность через призму национальной безопасности. Как отмечается в научной литературе, демографическая безопасность как часть национальной безопасности это такое состояние демографических процессов, которое выступает достаточным для обеспечения воспроизводства населения, сохранения его половозрастной структуры и поддержания устойчивого социально-экономического развития государства [2, с. 8].

По мнению С. В. Рязанцева, демографическую безопасность следует рассматривать как систему условий, обеспечивающих воспроизводство населения, соответствующее критериям национальной безопасности. При этом под воспроизводством населения понимается не только количественное замещение поколений, но и сохранение качественных характеристик населения — здоровья, образования, культурного уровня [3, с. 7].

Существенный вклад в понимание демографической безопасности вносит понятие, данное в Стратегии национальной безопасности Российской Федерации, где демографическая безопасность рассматривается как составная часть национальной безопасности, обеспечиваемая через решение демографических проблем [4]. Данный подход акцентирует внимание на взаимосвязи демографических процессов с иными компонентами национальной безопасности.

Обобщая существующие подходы, можно выделить следующие сущностные признаки демографической безопасности:

Во-первых, демографическая безопасность это состояние защищенности, то есть такое качество демографической системы, при котором она способна противостоять угрозам и сохранять свою устойчивость.

Во-вторых, объектом демографической безопасности выступает население как совокупность людей, проживающих на определенной территории, а предметом — демографические процессы (рождаемость, смертность, миграция).

В-третьих, демографическая безопасность предполагает не только количественное воспроизводство населения, но и сохранение его качественных характеристик — здоровья, образовательного уровня, профессиональной структуры.

В-четвертых, обеспечение демографической безопасности выступает задачей государственной политики, что находит отражение в разработке и реализации демографических программ и стратегий.

Демографическая безопасность занимает особое место в системе национальной безопасности, что обусловлено ее связями с другими видами безопасности. Как отмечается в литературе, демографическая безопасность тесно взаимосвязана с социальной, экономической, военной и информационной безопасностью [5, С. 36].

Демографическая и экономическая безопасность находятся в тесной взаимосвязи. Негативные демографические тенденции выступают источником угроз для экономики, так как сокращают трудовой потенциал и усиливают давление на пенсионную систему. Одновременно с этим экономические кризисы провоцируют ухудшение демографической ситуации, что проявляется в снижении рождаемости и росте смертности.

Связь демографической и социальной безопасности проявляется в том, что стабильность социума непосредственно обусловлена демографической структурой, в частности балансом между трудоспособным и нетрудоспособным населением.

Демографическая и военная безопасность взаимосвязаны, поскольку оборонный потенциал государства во многом зависит от его демографических ресурсов. Сокращение населения, в особенности в призывных возрастных группах, выступает прямым источником угроз для военной безопасности.

Как отмечается в научной литературе, демографические угрозы в большей степени носят скрытый характер, и их негативные последствия наиболее существенны, поскольку они проявляются не сразу, а на протяжении длительного времени [1, с. 157–158]. Именно поэтому обеспечение демографической безопасности требует долгосрочного планирования и системного подхода.

Критерии демографической безопасности представляют собой количественные и качественные показатели, позволяющие оценить состояние демографических процессов с точки зрения их соответствия интересам национальной безопасности.

В научных публикациях выделяются следующие основные критерии демографической безопасности:

1. Естественный прирост (убыль) населения. Естественный прирост населения выступает интегральным показателем, отражающим соотношение рождаемости и смертности. Отрицательный естественный прирост (депопуляция) рассматривается как одна из наиболее острых демографических угроз [6, с. 26–29].

Для обеспечения простого воспроизводства населения необходимо, чтобы суммарный коэффициент рождаемости составлял не менее 2,15 ребенка на одну женщину репродуктивного возраста. В России данный показатель на протяжении последних десятилетий остается ниже уровня простого воспроизводства [6, с. 162].

2. Суммарный коэффициент рождаемости. Суммарный коэффициент рождаемости это среднее число детей, рожденных одной женщиной за всю жизнь. Данный показатель выступает ключевым индикатором демографического развития и используется для оценки демографической безопасности.

В научной литературе выделяются следующие пороговые значения суммарного коэффициента рождаемости: значение ниже 2,15 свидетельствует о суженном воспроизводстве населения; значение ниже 2,0 рассматривается как угроза демографической безопасности; значение ниже 1,5 — как критическая угроза [6, с. 33].

3. Ожидаемая продолжительность жизни. Ожидаемая продолжительность жизни при рождении выступает важнейшим индикатором качества жизни и здоровья населения. Данный показатель отражает уровень развития системы здравоохранения, социального обеспечения и экологической безопасности [6, с. 299].

Как отмечается в исследовании Демография.ру, разрыв в ожидаемой продолжительности жизни между мужчинами и женщинами выступает индикатором социального неблагополучия. В России данный разрыв составляет более 10 лет, что существенно превышает показатели развитых стран [7].

4. Миграционный баланс. Миграционный баланс отражает соотношение прибывших и выбывших лиц на определенной территории. Положительный миграционный баланс может компенсировать естественную убыль населения, однако массовая миграция создает дополнительные риски, связанные с социальной напряженностью и культурной адаптацией [6, с. 295].

5. Коэффициент депопуляции. Коэффициент депопуляции это отношение числа умерших к числу родившихся. Превышение данного показателя над единицей свидетельствует о депопуляции — систематическом сокращении численности населения [6, с. 29].

Выделяются следующие пороговые значения коэффициента депопуляции: значение от 1,0 до 1,3 — умеренная депопуляция; значение от 1,3 до 1,5 — угрожающая депопуляция; значение свыше 1,5 — критическая депопуляция [6, с. 29].

6. Демографическая нагрузка. Демографическая нагрузка отражает соотношение численности нетрудоспо-

собного и трудоспособного населения. Рост демографической нагрузки создает дополнительную нагрузку на пенсионную систему, систему здравоохранения и социального обеспечения [6, с. 28].

Как отмечает С. В. Рязанцев, старение населения выступает одной из ключевых демографических угроз для большинства развитых стран. Увеличение доли пожилых людей в структуре населения создает риски для устойчивости пенсионных систем и систем социального обеспечения [8].

Демографическая безопасность имеет существенную региональную специфику. В силу федеративного устройства России демографические тенденции, наблюдаемые в разных регионах страны, способны существенно варьироваться.

Региональная оценка демографической безопасности требует учета совокупности факторов, среди которых географическое положение территории, степень ее экономического развития, этнокультурные особенности проживающего населения и миграционная привлекательность.

Обеспечение демографической безопасности предполагает формирование эффективной государственной политики в демографической сфере, которая включала бы комплекс мер по стимулированию рождаемости, снижению уровня смертности, регулированию миграции и укреплению семейных ценностей.

Проведенный анализ понятия и критериев демографической безопасности позволяет сделать следующие выводы.

Во-первых, демографическая безопасность это состояние защищенности демографической системы от внутренних и внешних угроз, обеспечивающее устойчивое воспроизводство населения и сохранение его качественных характеристик. Демографическая безопасность выступает составной частью национальной безопасности и тесно взаимосвязана с иными ее видами.

Во-вторых, критерии демографической безопасности включают как количественные показатели (естественный прирост, суммарный коэффициент рождаемости, коэффициент депопуляции), так и качественные характеристики (ожидаемая продолжительность жизни, состояние здоровья населения, образовательный уровень). Комплексная оценка демографической безопасности требует учета всей совокупности данных показателей.

В-третьих, обеспечение демографической безопасности имеет существенную региональную специфику, что требует дифференцированного подхода к разработке демографической политики с учетом особенностей каждого региона.

Дальнейшее совершенствование системы обеспечения демографической безопасности должно быть направлено на разработку научно обоснованных пороговых значений демографических индикаторов, совершенствование механизмов мониторинга демографических угроз и повышение эффективности государственной демографической политики.

Литература:

1. Боков, А. Н. Демографические угрозы как объект статистического исследования / А. Н. Боков. — Текст: непосредственный // Статистика и экономика. — 2015. — № 3. — С. 157–163. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/demograficheskie-ugrozy-kak-obekt-statisticheskogo-issledovaniya> (дата обращения: 07.10.2026).
2. Дубинина, Э. В. Демографическая безопасность как фактор обеспечения экономической безопасности государства / Э. В. Дубинина, Д. Д. Сиразитдинов. — Текст: непосредственный // SOCIAL PHENOMENA AND PROCESSES. — 2026. — № 2(11). — С. 7–14. <https://socph.ru/ru/2026/05/демографическая-безопасность-как-фа/>
3. Рязанцев, С. В., Мирязов, Т. Р. Демографическое благополучие: теоретические подходы к определению и методика оценки // ДЕМИС. — С. 5–18. Демографические исследования / DEMIS. Demographic Research. 2021. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/demograficheskoe-blagopoluchie-teoreticheskie-podhody-k-opredeleniyu-i-metodika-otsenki> (дата обращения: 07.10.2026).
4. Указ Президента РФ от 2 июля 2021 г. N 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»// Собрание законодательства Российской Федерации от 5 июля 2021 г. N 27 (часть II) ст. 5351
5. Рудакова Е. К. Обеспечение демографической безопасности России в условиях когнитивных угроз: автореф. дис. ... д-ра полит. наук: 5.5.4. — Нижний Новгород, 2023. <https://diss.unn.ru/files/2022/1315/autoref-1315.pdf>
6. Борисов, В. А.. Демография: Учеб. для студентов вузов / В. А. Борисов. — 3. изд., испр. и доп. — Москва: NOTA BENE, [2003]. — 343 с.: ил, табл.: 22 см.; ISBN 5–8188–0060–1.
7. Демографическая ситуация в России в 1992–2010 гг. Два десятилетия депопуляции. — Текст: электронный — URL: https://web.archive.org/web/20111006113730/http://demographia.ru/articles_N/index.html?idR=21&idArt=1926 (дата обращения: 05.10.2026).
8. Рязанцев С. В. Демографическая ситуация в России: тенденции, перспективы, меры демографической политики // Вестник Российской академии наук. 2026. Т. 96. № 5. С. 411–423. https://www.isras.ru/index.php?page_id=1198&id=15034

Демографическая безопасность Оренбургской области: проблемы и пути решения

Чабанова Аксана Юрьевна, кандидат юридических наук, доцент;
Марчукайтис Ольга Владимировна, студент магистратуры;
Городный Артём Леонидович, студент магистратуры;
Ляхов Денис Викторович, студент магистратуры
Московский финансово-юридический университет МФЮА

В статье рассматриваются ключевые проблемы демографической безопасности Оренбургской области в контексте общероссийских тенденций депопуляции. Анализируются статистические данные, характеризующие динамику численности населения, естественного и миграционного движения. Выявляются основные угрозы демографической безопасности региона: устойчивая естественная убыль, отток молодёжи, снижение репродуктивного потенциала. На основе стратегических документов регионального развития и экспертных оценок предлагаются пути преодоления негативных тенденций. Особое внимание уделяется необходимости комплексного подхода, объединяющего экономические, социальные и инфраструктурные меры.

Ключевые слова: демографическая безопасность, депопуляция, миграционный отток, рождаемость, региональная политика, Оренбургская область.

Демографическая безопасность традиционно рассматривается как состояние защищённости населения и воспроизводственных процессов от угроз, способных привести к деградации демографической структуры и сокращению человеческого потенциала территории. В условиях устойчивого снижения численности населения России региональный аспект демографической безопасности приобретает особую значимость, поскольку именно

на уровне субъектов Федерации формируются ответы на глобальные вызовы депопуляции.

Оренбургская область представляет собой показательный пример региона, где негативные демографические тренды проявляются с достаточной остротой, сочетая как общероссийские закономерности, так и специфические черты, обусловленные географическим положением, структурой экономики и особенностями рас-

селения. Цель настоящей работы — выявление ключевых проблем демографической безопасности Оренбургской области и обоснование путей их решения на основе анализа актуальных статистических данных и стратегических документов регионального развития.

В научной литературе демографическая безопасность определяется через систему индикаторов, отражающих состояние воспроизводства населения, его здоровье, миграционную динамику и возрастную-половую структуру. Как отмечается в исследованиях, посвящённых экономической безопасности регионов, «демографические процессы находятся в прямой взаимосвязи с экономической устойчивостью территории, поскольку негативные демографические тренды напрямую сдерживают рост важнейших секторов экономики» [1, с. 145].

Система показателей демографической безопасности включает как минимум три группы индикаторов: показатели уровня отдельных аспектов безопасности, показатели направления и скорости их изменения, а также показатели демографических потерь [2, с. 165–168]. Критическими пороговыми значениями, сигнализирующими об угрозах, признаются: суммарный коэффициент рождаемости ниже 2,15, отрицательный естественный прирост, миграционная убыль, превышение смертности над рождаемостью [3, с. 119].

Анализ статистических данных свидетельствует о последовательном ухудшении демографических показателей Оренбургской области на протяжении последних лет. Если в 2017 году численность населения региона составляла около 1 949 тыс. человек, то к 2024 году она сократилась до 1 829 тыс. человек [4]. Таким образом, убыль населения за семилетний период превысила 120 тыс. человек.

Ключевым компонентом депопуляции выступает естественная убыль населения, которая формируется за счёт превышения смертности над рождаемостью. По данным за 2024 год, естественный прирост населения области составил минус 5,0 тыс. человек, тогда как в 2017 году этот показатель был на уровне минус 1,7 тыс. человек. Отрицательная динамика естественного прироста обусловлена прежде всего падением общего коэффициента рождаемости, который снизился на 29,0 процента за рассматриваемый период [4].

Снижение рождаемости имеет двойственную природу. С одной стороны, оно отражает демографическую волну, связанную с уменьшением численности женщин репродуктивного возраста: за период с 2017 по 2024 год их число сократилось на 9,0 процента [4]. С другой стороны, наблюдается снижение интенсивности рождений: суммарный коэффициент рождаемости уменьшился на 16,0 процента, что указывает на изменение репродуктивных установок населения [4].

Второй значимой составляющей демографической динамики является миграционный отток. Хотя масштабы миграционной убыли за рассматриваемый период сократились с 7,7 тыс. человек в 2017 году до 2,0 тыс. человек в 2024 году [4], проблема сохранения человеческого ка-

питала остаётся острой. Особую тревогу вызывает отток молодёжи, что признаётся на уровне регионального руководства. Губернатор Оренбургской области Евгений Солнцев, комментируя ситуацию, отметил: «Каждый родитель стремится дать ребёнку хорошее образование, поэтому молодые люди уезжают в Екатеринбург, Казань или Самару» [5].

Систематизация выявленных тенденций позволяет выделить несколько взаимосвязанных угроз демографической безопасности Оренбургской области.

Первая угроза — устойчивая депопуляция. Сокращение численности населения региона приобрело устойчивый характер. Согласно стратегическим документам, целевой ориентир демографической политики области предполагает достижение к 2036 году численности населения на уровне 1 753,3 тыс. человек [6, с. 70–72]. Парадоксальным образом даже этот целевой показатель предполагает дальнейшее сокращение населения, что свидетельствует о реалистичной оценке масштабов демографического кризиса и отсутствии иллюзий относительно быстрого перелома негативных тенденций.

Вторая угроза — суженное воспроизводство населения. Суммарный коэффициент рождаемости в Оренбургской области значительно уступает уровню, необходимому для простого замещения поколений (2,15). Целевой ориентир в 1,67 ребёнка на одну женщину, зафиксированный в стратегии развития региона [6, с. 70–72], также не обеспечивает воспроизводства населения, а лишь смягчает темпы убыли. Это означает, что даже при достижении запланированных показателей депопуляционный тренд сохранится.

Третья угроза — миграционный отток молодёжи и квалифицированных кадров. Миграционная убыль населения, хотя и сократилась в абсолютных значениях, продолжает оставаться значимой. Отток молодёжи ведёт к ускоренному старению населения и снижению репродуктивного потенциала территории. Как отмечает заведующий кафедрой менеджмента Оренбургского государственного университета Игорь Корабейников, «современные высокотехнологичные производства, ИТ-кластеры и наукоемкие обрабатывающие предприятия требуют притока квалифицированных и амбициозных молодых кадров» [7]. Без решения проблемы удержания молодёжи невозможно не только демографическое, но и экономическое развитие региона.

Четвёртая угроза — демографическое старение. Сокращение численности населения сопровождается изменением его возрастной структуры. Уменьшение доли населения трудоспособного возраста увеличивает демографическую нагрузку на работающих, что создаёт дополнительные вызовы для пенсионной системы, здравоохранения и социального обеспечения.

Преодоление негативных демографических тенденций требует комплексного подхода, объединяющего меры по стимулированию рождаемости, сокращению миграционного оттока и повышению качества жизни населения.

Стимулирование рождаемости и поддержка семей. Стратегия социально-экономического развития Оренбургской области до 2036 года предусматривает ряд мер, направленных на создание условий для повышения рождаемости. Среди них: оказание поддержки семьям в улучшении жилищных условий, создание условий для совмещения воспитания детей с профессиональной реализацией, повышение доступности вспомогательных репродуктивных технологий, продвижение семейных ценностей. Особое внимание уделяется работе с молодёжью: планируется создание регионального рейтинга работодателей, поддерживающих демографическую политику, расширение программы кратковременного ухода за детьми («Бабушка на час»), масштабирование пунктов безвозмездного проката детских товаров [6].

Важным институциональным решением стало открытие на базе Оренбургского государственного университета Центра демографических компетенций, который призван стать площадкой для подготовки специалистов в области демографии, проведения исследований и экспертной работы [8]. Как подчеркнула вице-губернатор Лариса Боярская, «общая задача — сделать так, чтобы молодые люди хотели жить, учиться, работать и растить детей в Оренбургской области» [8].

Удержание молодёжи и сокращение миграционного оттока. Решение миграционной проблемы требует создания привлекательных условий для жизни и профессиональной самореализации в регионе. Губернатор области выделяет несколько ключевых направлений: модернизация региональных университетов и подготовка востребованных специальностей, развитие досуговой инфраструктуры (парки, спортивные секции, фитнес-клубы), строительство школ и детских садов. Последнее особенно важно, поскольку, как отмечает глава региона, «молодая мама сможет выйти на работу только в том случае, если ребенка будет с кем оставить» [5].

Развитие сельских территорий. Учитывая, что доля сельского населения в Оренбургской области достигает 40 процентов [4], развитие сельских территорий является критически важным для демографической стабильности региона. За последние пять лет в рамках государственной программы «Комплексное развитие сельских территорий» в регионе реализовано девять проектов, построено и обновлено 17 социальных объектов. В села за-

везены 30 новых фельдшерско-акушерских пунктов, планируется привлечение врачей-специалистов в отдалённые районы. Как подчеркнул губернатор, «Оренбуржье — аграрный регион, поэтому развитие сел для нас особенно важно. Именно так мы сможем добиться успеха в демографической политике» [5].

Демографическая политика не может быть эффективной в отрыве от экономического развития. Создание высокопроизводительных рабочих мест, поддержка предпринимательской активности, развитие инфраструктуры — всё это формирует основу для закрепления населения в регионе. Как отмечается в экспертном заключении, «реализация демографического блока Стратегии позволит трансформировать социальные обязательства в эффективный инструмент уверенного планирования будущего каждой оренбургской семьи» [6].

Демографическая безопасность Оренбургской области находится под воздействием комплекса негативных факторов, важнейшими из которых являются устойчивая естественная убыль населения, суженное воспроизводство, миграционный отток молодёжи и демографическое старение. Статистические данные свидетельствуют о том, что депопуляционные процессы носят долгосрочный характер и не могут быть преодолены в короткие сроки.

Вместе с тем, в регионе сформирована институциональная и стратегическая основа для ответа на демографические вызовы. Стратегия социально-экономического развития до 2036 года, создание Центра демографических компетенций, реализация программ поддержки семей и развития сельских территорий — эти и другие меры создают предпосылки для постепенной стабилизации ситуации.

Однако принципиальное значение имеет последовательность и комплексность демографической политики. Меры по стимулированию рождаемости без параллельного решения проблем занятости, жилищного обеспечения и инфраструктурного развития не дадут устойчивого эффекта. Демографическая безопасность — это не только количественные показатели воспроизводства населения, но и качество жизни, определяющее готовность людей связывать своё будущее с конкретной территорией. Именно на это должен быть направлен комплекс усилий региональной власти, бизнеса и гражданского общества.

Литература:

1. Демографическая безопасность Воронежской области: проблемы и перспективы. — Текст: непосредственный // Современная экономика: проблемы и решения. — 2026. — № 8. — С. 145–161.
2. Смелов, П. А. К вопросу о теоретических подходах к оценке демографической безопасности / П. А. Смелов, М. В. Карманов, А. А. Романов. — Текст: непосредственный // Статистика и экономика. — 2015. — № 4. — С. 164–169.
3. Кучумов, А. В. Угрозы и риски демографической безопасности Российской Федерации / А. В. Кучумов, Е. В. Печерица. — Текст: непосредственный // ТТПС. — 2020. — № 4 (54). — С. 116–123.
4. Население. — Текст: электронный // Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Оренбургской области: [сайт]. — URL: <https://56.rosstat.gov.ru/folder/26298> (дата обращения: 11.10.2026).

5. Евгений Солнцев: «Нужно сделать так, чтобы оренбуржцы гордились родиной». — Текст: электронный // Комсомольская правда в Оренбурге: [сайт]. — URL: <https://radiokp.ru/podcast/ekonomicheskie-forumy/785543?ysclid=mv3kcb12j961834688> (дата обращения: 11.10.2026).
6. Проект Стратегии социально-экономического развития Оренбургской области до 2036 года. — Текст: электронный // Министерство экономического развития Российской Федерации: [сайт]. — URL: https://www.economy.gov.ru/material/directions/regionalnoe_razvitie/strategicheskoe_planirovanie_prostranstvennogo_razvitiya/strategii_socialno_ekonomicheskogo_razvitiya_subektov_rf/proekty_strategiy_subektov_rf/proekt_strategii_socialno_ekonomicheskogo_razvitiya_orenburgskoy_oblasti_do_2036_goda.html (дата обращения: 11.10.2026).
7. Ученый ОГУ Игорь Корабейников: «Инвестиции в человека закладывают демографическую основу для технологического прорыва». — Текст: электронный // Оренбургский государственный университет. Новости: [сайт]. — URL: <https://dzen.ru/a/aqFnZWncNkE4uTEE?ysclid=mv3kkoe69w652047078> (дата обращения: 11.10.2026).
8. Семья — по науке. — Текст: электронный // Оренбуржье: [сайт]. — URL: <https://orenburzhie.ru/society/semya-po-nauke/?ysclid=mv3ko7jo6470133329> (дата обращения: 11.10.2026).

Институциональные проблемы бумажного НДС и пути их решения

Шиленков Андрей Витальевич, преподаватель
Санкт-Петербургский университет МВД России

В статье рассматривается проблема «бумажного» НДС. Показано, что механизм признания декларации непредставленной при её подписании неуполномоченным лицом срабатывает с опозданием и не учитывает дистанционного использования электронной подписи номинальных руководителей. Предлагается для узкой группы плательщиков НДС с высоким уровнем риска ввести обязательное подтверждение декларации руководителем через Единую биометрическую систему либо при личной явке в налоговый орган.

Ключевые слова: налог на добавленную стоимость, «бумажный» НДС, технические компании, номинальный руководитель, налоговый вычет, АСК НДС-2, квалифицированная электронная подпись, ст. 173.3 УК РФ, биометрическая идентификация.

На сегодняшний день налог на добавленную стоимость (НДС) является одним из наиболее распространённых видов косвенного налогообложения в мире. По данным ОЭСР, по состоянию на 1 июля 2024 года НДС внедрён в 175 странах и территориях, в том числе в Китае, Германии, Индии и Великобритании [1]. Ключевыми причинами выбора этой системы обычно называют стабильность и предсказуемость поступлений в бюджет.

Налог на добавленную стоимость применяется в России с 1 января 1992 года на основании Закона РФ от 06.12.1991 № 1992-1 «О налоге на добавленную стоимость», а с 2001 года регулируется главой 21 Налогового кодекса РФ. По данным Минфина России, доходы федерального бюджета в 2025 году составили 37,3 трлн руб. [2]. Крупнейшим их источником остаётся НДС: согласно данным, приведённым Счётной палатой при анализе прогнозируемых доходов федерального бюджета на 2025 год, на НДС приходится около 39 % доходов, тогда как на НДСП (налог на добычу полезных ископаемых) — около 24 %, на таможенные пошлины и сборы — около 7 % [3]. Поэтому эффективность механизмов НДС напрямую связана с финансовой безопасностью государства, а значение налога продолжает расти: с 1 января 2026 года базовая ставка повышена с 20 до 22 %, а число плательщиков увеличилось за счёт организаций и предпринимателей на

упрощённой системе налогообложения — декларации по НДС уже представили около 320 тыс. из них [4].

В силу того что НДС является косвенным налогом и взимается на каждом этапе производственно-сбытовой цепочки, которая может включать целый ряд посредников, при возрастающем объёме финансовых потоков у недобросовестных предпринимателей и лиц, близких к коммерческим структурам, появляется соблазн незаконного обогащения путём внесения недостоверных сведений в учётно-отчётную документацию, предоставляемую в налоговые органы. Такие сведения служат основанием для снижения налоговых платежей или их отсутствия, а также для получения налогового вычета из средств государственного бюджета, что по своей сути является прямой угрозой финансовым, а как следствие, и государственным интересам.

Появление «серых схем», основу которых составляет создание фиктивного документооборота с целью формирования видимости хозяйственной деятельности, уклонения от требований действующего законодательства и личного обогащения, сформировало в среде налогоплательщиков, бухгалтеров и налоговых консультантов термин «бумажный НДС». Руководитель ФНС России Д. В. Егоров объясняет его так: «по бумагам сделка прошла, а деньги не были проведены» [5].

Используемая ФНС России автоматизированная система контроля АСК НДС-2 сопоставляет книги покупок и книги продаж всех участников цепочки и выявляет расхождения между ними. Однако она не способна преодолеть разрыв между алгоритмическим сигналом и юридическим доказательством: выявленное несоответствие само по себе не доказывает фиктивность операции, что влечёт необходимость долгих и трудоёмких проверочных мероприятий — допросов, встречных проверок, экспертиз и судебного разбирательства.

Масштаб проблемы и новые меры ответственности

По оценке руководителя ФНС России, налоговый разрыв по НДС сокращён до уровня менее 1 %, «в районе 0,55 %» [5]. Однако этот показатель отражает лишь расхождения между декларациями покупателей и продавцов, то есть «незакрытые» звенья цепочки. Схема «бумажного» НДС построена так, чтобы разрыва не возникало: техническая компания отражает фиктивную реализацию в своей декларации, уплачивает символическую сумму налога за счёт столь же фиктивных вычетов по операциям с вышестоящими звеньями, и для автоматизированной системы цепочка выглядит сбалансированной. Сам руководитель ФНС России признаёт: «Есть ребята, которые эти бумаги генерят, но ответственности никакой не несут» [5].

Реакцией законодателя стало введение Федеральным законом от 23.11.2024 № 406-ФЗ статьи 173.3 УК РФ, которая с 4 декабря 2024 года устанавливает ответственность за организацию деятельности по представлению в налоговые органы и (или) сбыту заведомо подложных счетов-фактур и налоговых деклараций (расчётов), осуществляемую от имени организаций, оформленных на подставных лиц. Максимальное наказание составляет семь лет лишения свободы [6].

Масштаб явления показало раскрытое в апреле 2026 года правоохранными органами совместно с ФНС России дело о крупнейшей площадке «бумажного» НДС. По данным СМИ, в организованную группу входило более 4800 юридических лиц, через которые в 2023–2025 годах были сформированы «схемные» вычеты на сумму свыше 1,2 трлн руб.; услугами площадки пользовались более 37 тыс. предприятий реального сектора, а вознаграждение организаторов составляло 2–3 % от суммы подтверждённого вычета [7]. Показательно, что такая сеть функционировала около трёх лет при действующей системе АСК НДС-2.

При этом практика применения ст. 173.3 УК РФ только формируется: по состоянию на 1 июля 2026 года вступивших в законную силу приговоров по этой статье не имелось, хотя уголовные дела возбуждаются, а первое из них уже направлено в суд [8]. Во многом это объясняется сложностью доказывания: необходимо установить, кто фактически представлял подложные декларации и подписывал документы от имени сотен и тысяч организаций, формально возглавляемых другими людьми.

Институциональная проблема: запаздывающая проверка подписанта

Опорным элементом схемы является номинальный руководитель. Декларации по НДС представляются только в электронной форме и подписываются квалифицированной электронной подписью (КЭП) руководителя, которую с 2022 года выдаёт удостоверяющий центр ФНС России. Однако после получения ключа электронной подписи номинальный директор, как правило, передаёт его носитель организаторам схемы, и в дальнейшем от его имени дистанционно представляются декларации и подписываются электронные счета-фактуры. Не случайно в упомянутом деле фигурантам наряду со ст. 173.3 УК РФ вменяются ст. 173.1 УК РФ (незаконное образование юридического лица) и ст. 187 УК РФ (неправомерный оборот средств платежей) [8]: управление подконтрольными организациями осуществлялось удалённо.

Налоговое законодательство формально содержит инструмент противодействия. Согласно п. 4.1 ст. 80 НК РФ, введённому Федеральным законом от 23.11.2020 № 374-ФЗ и действующему с 1 июля 2021 года, налоговая декларация считается непредставленной, в частности, если она подписана неуполномоченным лицом, дисквалифицированным лицом, лицом, в отношении которого в ЕГРЮЛ внесена запись о недостоверности сведений, либо электронной подписью умершего физического лица [9].

Ключевой недостаток этого механизма — его запаздывающий характер. Основание «подписано неуполномоченным лицом» применяется тогда, когда налоговый орган уже располагает доказательствами: заявлением самого руководителя о непричастности, протоколом допроса или записью о недостоверности сведений в ЕГРЮЛ. Номинальный директор, получающий вознаграждение, заинтересован в молчании, а запись о недостоверности появляется по итогам контрольных мероприятий, когда вычет у покупателя уже подтверждён. Механизм исходит из неразрывной связи подписи и личности, характерной для бумажного документооборота, тогда как электронная подпись отделима от владельца и может использоваться удалённо.

Разработка предложения

Представляется, что разрыв между алгоритмическим сигналом и юридическим доказательством можно сократить точечной мерой, не требующей создания новой инфраструктуры: перенести проверку личности подписанта с этапа контрольных мероприятий на этап приёма декларации, но только для узкой группы налогоплательщиков с высоким уровнем риска. Предлагаемый механизм включает три элемента.

1) Формальные критерии отбора. Обязанность подтверждения распространяется на организации, отвечающие объективным, автоматически проверяемым при-

знакам технической компании. Например: доля налоговых вычетов составляет 95 % и более от суммы исчисленного налога и при этом организация зарегистрирована менее 12 месяцев назад, либо не имеет работников по данным расчёта по страховым взносам, либо её руководитель одновременно возглавляет несколько организаций. Пороговые значения целесообразно устанавливать приказом ФНС России.

2) Процедура подтверждения. После поступления декларации такой организации руководитель в течение пяти рабочих дней подтверждает её личным действием: в личном кабинете налогоплательщика или на портале Госуслуг с прохождением биометрической идентификации в Единой биометрической системе (ЕБС) либо при личной явке в любой налоговый орган. Необходимая инфраструктура уже существует: с 2024 года ФНС России выдаёт руководителям организаций КЭП дистанционно с использованием ЕСИА и ЕБС [10].

3) Правовое последствие. Если подтверждение не получено в срок, декларация считается непредставленной. Для этого достаточно дополнить п. 4.1 ст. 80 НК РФ новым основанием: «декларация по налогу на добавленную стоимость, представленная организацией, отвечающей критериям, утверждённым федеральным органом исполнительной власти, уполномоченным по контролю и надзору в области налогов и сборов, не подтверждена руководителем организации в установленном порядке».

Эффект предлагаемой меры проявляется в трёх направлениях. Во-первых, ускоряется выявление разрыва. Если подтверждения нет, декларация технической компании не учитывается, и у покупателя «бумажного» НДС разрыв возникает автоматически — в ходе камеральной проверки его собственной декларации.

Во-вторых, формируется доказательство. Если номинальный руководитель подтверждает декларацию, факт его личного участия фиксируется биометрически или протоколом при явке. Типичная позиция «ничего не под-

писывал и деятельностью не руководил» становится неубедительной, а у следствия появляется персонифицированное доказательство для квалификации действий по ст. 173.1–173.3 УК РФ.

В-третьих, возрастает стоимость схемы: организатору придётся ежеквартально обеспечивать личное участие каждого из номинальных директоров, число которых в рассмотренном деле исчислялось тысячами, что для площадки с доходом 2–3 % от суммы вычета [7] существенно меняет экономику схемы.

Возможны и возражения. Нагрузка на добросовестный бизнес ограничена. Требование касается лишь организаций с почти нулевой налоговой нагрузкой при дополнительных признаках риска, а подтверждение занимает несколько минут раз в квартал. Поскольку сдача биометрии в ЕБС добровольна, равноценной альтернативой остаётся личная явка в налоговый орган. Исключить «покупку» подтверждения у номинала нельзя, однако тогда он из пассивного «подставного лица» становится осознанным участником, лично подтверждающим подложную отчётность, что резко повышает его уголовно-правовые риски.

Заключение

«Бумажный» НДС сохраняется, несмотря на низкий налоговый разрыв и введение ст. 173.3 УК РФ, поскольку схема воспроизводит формально безупречный документооборот, а правовые инструменты проверки подписанта срабатывают с опозданием.

Предлагаемое обязательное подтверждение декларации по НДС руководителем организации из группы высокого риска не требует новой инфраструктуры, затрагивает узкий круг налогоплательщиков и позволяет одновременно ускорить выявление разрывов, сформировать доказательственную базу и повысить издержки организаторов «бумажного» НДС.

Литература:

1. Consumption Tax Trends 2024: VAT/GST and Excise, Core Design Features and Trends / OECD. –Paris: OECD Publishing, 2024. — URL: https://www.oecd.org/en/publications/consumption-tax-trends-2024_dcd4dd36-en/full-report (датаобращения: 29.09.2026).
2. Минфин: дефицит федерального бюджета по итогам 2025 года составил 2,6 % ВВП // ПРАЙМ: [сайт]. — 2026. — 19 января. — URL: <https://1prime.ru/20260119/minfin-866670836.html> (дата обращения: 07.10.2026).
3. Заключение Счётной палаты Российской Федерации от 12 октября 2024 г. № ЗСП-138/24 на проект федерального закона № 727320–8 «О федеральном бюджете на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов»: утв. Коллегией Счётной палаты Российской Федерации, протокол от 10 октября 2024 г. № 70К (1754). –Текст: электронный // ГАРАНТ. — URL: <https://base.garant.ru/411626485/> (дата обращения: 30.09.2026).
4. Глава ФНС Егоров отчитался Совфеду о результатах налоговых изменений // Коммерсантъ. — 2026. — 29 апреля. — URL: <https://www.kommersant.ru/doc/8632862> (дата обращения: 07.10.2026).
5. Мосолкина, Д. Даниил Егоров: «Важна взаимность» / Д. Мосолкина, А. Бойко, И. Казьмина // Ведомости. — 2025. — 24 ноября. — URL: <https://www.vedomosti.ru/economics/characters/2025/11/24/1157355-daniil-egorov-vazhna-vzaimnost> (дата обращения: 07.10.2026).
6. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ: ст. 173.3 (введена Федеральным законом от 23.11.2024 № 406-ФЗ) // СПС «КонсультантПлюс» (дата обращения: 07.10.2026).

7. Крупнейшую сеть «бумажного НДС» на 1,2 трлн рублей раскрыли в России // Профиль. — 2026. — 14 апреля. — URL: <https://profile.ru/news/society/krupnejshuju-set-bumazhnogo-nds-na-1-2-trln-rublej-raskryli-v-rossii-1847339/> (дата обращения: 07.10.2026).
8. Кудряшов, Д. Статья 173.3 УК РФ: когда действительно грозит уголовная ответственность за «бумажный» НДС? / Д. Кудряшов // Клерк: [сайт]. — 2026. — 6 июля. — URL: <https://www.klerk.ru/user/2614234/698639/> (дата обращения: 07.10.2026).
9. Сигаева, Е. Обнуление деклараций налоговой / Е. Сигаева // Налог-налог.ру: [сайт]. — 2026. — 19 июня. — URL: https://nalog-nalog.ru/otvetstvennost/nalogovaya_otvetstvennost/obnulenie-deklaracij-s-1-iyulya/ (дата обращения: 07.10.2026).
10. ФНС рассказала, как оформить электронную подпись по биометрии // Право.ру. — 2024. — 14 февраля. — URL: <https://pravo.ru/news/251530/> (дата обращения: 07.10.2026).

ПСИХОЛОГИЯ

Феномен вынужденной диджитал-детоксикации: влияние регламентированных отключений электроэнергии на психоэмоциональное состояние подростков

Абаулина Яна Александровна, студент магистратуры

Научный руководитель: Рудакова Ольга Александровна, кандидат педагогических наук, доцент
Гуманитарно-педагогическая академия (филиал) Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского в г. Ялте

В статье рассматривается вынужденная диджитал-детоксикация при регламентированных отключениях электроэнергии. В отличие от добровольного цифрового детокса, такое ограничение задается внешними обстоятельствами и затрагивает привычные способы общения, учебы и досуга подростка. Автор представляет теоретический анализ влияния отключений на психоэмоциональное состояние подростков: риски тревожности, раздражительности и социальной изоляции, а также возможности развития саморегуляции и офлайн-коммуникации. Предполагается, что характер последствий зависит от предсказуемости графика, семейной поддержки, цифровых привычек и наличия доступных альтернатив. Представленные положения требуют эмпирической проверки.

Ключевые слова: вынужденная диджитал-детоксикация, подростки, отключения электроэнергии, цифровая социализация, психоэмоциональное состояние, саморегуляция, семейная поддержка.

The phenomenon of forced digital detox: the impact of scheduled power outages on the psycho-emotional state of adolescents

The article examines forced digital detoxification during regulated power outages. Unlike a voluntary digital detox, this restriction is imposed by external circumstances and affects a teenager's usual ways of communication, studying, and leisure activities. The author presents a theoretical analysis of the impact of outages on teenagers' psychoemotional state: the risks of anxiety, irritability, and social isolation, as well as the opportunities for developing selfregulation and offline communication. It is assumed that the nature of the consequences depends on the predictability of the schedule, family support, digital habits, and the availability of available alternatives. The presented statements require empirical verification.

Keywords: forced digital detox, teenagers, power outages, digital socialization, psychoemotional state, selfregulation, family support.

Введение

Цифровая среда включена в повседневное общение, обучение, досуг и самопрезентацию подростков. Через мессенджеры, социальные сети и игры они поддерживают отношения, получают признание и регулируют эмоциональное напряжение. По данным исследования цифровой социализации подростков 12–17 лет, средняя пользовательская активность составляет 4–5 часов в будни и 6–8 часов в выходные [1].

Регламентированные отключения электроэнергии имеют социально-психологическое значение: они затрудняют зарядку устройств, доступ к домашнему интернету, учебным платформам и онлайн-общению. Возникает ситуация вынужденной диджитал-детоксикации. При этом отключение электричества не обязательно полностью пре-

кращает цифровую активность: ее доступность зависит от заряда устройств, мобильной связи и резервного питания.

При добровольном детоксе человек сам определяет цели и продолжительность цифровой паузы. Отключение электричества лишает подростка такого выбора и нарушает его планы. Поэтому уменьшение экранного времени в данном случае нельзя заранее оценивать как полезное: освобождение от информационной нагрузки сочетается с утратой привычных средств общения и эмоциональной поддержки.

Исследования Г. У. Солдатовой и Е. И. Рассказовой показывают, что онлайн-деятельность подростков разнообразна и глубоко встроена в повседневность [1]. Поэтому ограничение цифрового доступа затрагивает значимую часть социализации. Е. Н. Волкова и Г. В. Сорокоумова связывают подростковое благополучие с удовлетворением потребностей в компетентности и взаимосвязи

с другими людьми [2]. Недоступность привычных каналов общения может затруднять удовлетворение этих потребностей. Для оценки таких изменений значимы и подходы к субъективному благополучию подростков, включающие ощущение безопасности, доверия и отношений с поддерживающей сетью [7].

Д. С. Корниенко и соавторы на выборке 1239 подростков 15–17 лет рассматривают роль поддержки родителей и сверстников в снижении проблем онлайн-активности [3]. С. Н. Толстогузов и соавторы описывают тревожность и дискомфорт при отмене доступа в сеть у молодых людей с признаками интернет-зависимости [4]. Эти работы дают основания предполагать различия в реакциях на отключения, но не доказывают их непосредственное влияние. Обзор А. Н. Неврюева дополняет эту линию, показывая многофакторность развития цифровой зависимости [5].

Публикации о цифровой гигиене подчеркивают необходимость безопасного и осознанного использования ресурсов [8]. Однако последствия именно регламентированных отключений электроэнергии требуют отдельного изучения. Выводы исследований цифрового поведения нельзя автоматически переносить на ситуацию инфраструктурных ограничений.

Цель статьи — раскрыть возможные механизмы влияния отключений электроэнергии на состояние подростков. Рассматриваются эмоциональные и коммуникативные реакции, условия адаптации и направления поддержки.

Изложение основного материала исследования. На сегодняшний день термин «вынужденная диджитал-детоксикация» используется для обозначения временного ограничения цифровой активности вследствие недоступности электроснабжения или устойчивой связи. Это аналитическое обозначение ситуации, а не указание на доказанный оздоровительный эффект.

В структуре феномена выделяются энергетический компонент — необходимость экономить заряд устройств; коммуникативный — ограничение присутствия в чатах и социальных сетях; эмоциональный — недоступность привычных способов снятия напряжения; компонент автономии — подчинение личного режима внешнему графику. Отсутствие добровольности отличает эту ситуацию от осознанного цифрового отдыха.

Так, повторяющиеся отключения перестраивают распорядок: время учебы, контактов с друзьями и домашних дел приходится соотносить с доступностью электричества. Известный график облегчает подготовку, но при его нарушении подросток вновь сталкивается с неопределенностью.

Чувствительность к подобным изменениям связана с возрастной потребностью самостоятельно распоряжаться временем и сохранять личное пространство. Дополнительные запреты взрослых могут усиливать переживание несвободы, особенно когда подросток исключен из обсуждения семейного плана.

Отключение затрагивает всю семью и может стать опытом совместной адаптации. Для этого взрослым важно признавать переживания подростка и обсуждать распределение ресурсов. Использование ситуации как повода для упреков в чрезмерном увлечении телефоном, напротив, способно усилить конфликт.

Тревога отключенности возникает при ожидании пропущенных сообщений, потери контакта с близкими или невыполнения учебных обязательств. Здесь необходимо различать привычку постоянно проверять уведомления и обоснованное беспокойство о возможности получить помощь.

Раздражение и протест могут быть реакцией на прерванные занятия и несостоявшиеся договоренности. Невозможность повлиять на внешний график иногда приводит к переносу недовольства на родителей. Такая реакция сама по себе не свидетельствует о зависимости от гаджетов.

При отсутствии привычного потока сообщений и увлечений возникает скука. Ее интенсивность может зависеть от того, умеет ли подросток самостоятельно выбирать занятия и переносить периоды низкой внешней стимуляции.

Еще один риск — переживание исключенности из группы сверстников. Оно вероятно, если основная поддержка доступна онлайн, а устойчивых личных контактов мало. В такой ситуации техническое ограничение затрагивает значимые отношения. При анализе такого риска необходимо учитывать и небезопасные стороны цифровой среды, включая анонимное онлайн-взаимодействие, способное влиять на психологическое здоровье подростков [6].

Недоступность электронных заданий и отправки работ способна усиливать тревогу из-за оценок. Особенно напряженной становится ситуация, когда учебные требования сохраняются, а объективные технические препятствия не учитываются.

Бытовой дискомфорт и разрядка устройств могут усиливать семейные конфликты. Жесткая реакция взрослых создает дополнительное давление. Результаты исследований социальной поддержки [3] позволяют предполагать, что доверительное общение будет смягчать напряжение и при вынужденных ограничениях.

При этом следует отметить и возможный положительный эффект — снижение цифрового шума: временно сокращаются поток уведомлений и частота переключения внимания. Однако сама по себе недоступность сети не гарантирует отдыха, если подросток продолжает тревожиться из-за отсутствия связи.

Освободившееся время может использоваться для непосредственного общения. Поддерживающий разговор или совместное занятие расширяют опыт получения помощи вне сети. Однако близость не возникает автоматически только потому, что устройства недоступны.

Участие в подготовке к отключению создает практические задачи: распределить заряд, сохранить материалы

и согласовать порядок действий. Посильная ответственность позволяет подростку воспринимать себя участником решения общей проблемы.

Сокращение вечерней цифровой активности потенциально поддерживает режим сна. Обратный эффект возможен при тревоге, жаре и других бытовых неудобствах. Поэтому связь отключений с качеством сна требует отдельного изучения.

Вынужденная пауза может помочь заметить автоматическое обращение к телефону и отделить необходимое использование от привычного просмотра контента. Такая рефлексия полезна для последующего самостоятельного регулирования цифровой активности.

Планирование необходимых контактов, выбор занятий и распределение ограниченного заряда могут способствовать саморегуляции. Эти возможности следует рассматривать как условные: их реализация зависит от поддержки взрослых и готовности подростка участвовать в решениях.

Таким образом можно выделить факторы, определяющие психологический эффект отключений:

1. Предсказуемость определяет возможность подготовки: надежный график облегчает планирование, а его изменения увеличивают неопределенность (имеют значение также продолжительность и частота отключений).
2. Исходные цифровые привычки влияют на доступность других способов справляться с переживаниями. Если смартфон служит главным средством эмоциональной регуляции, его недоступность может переноситься тяжелее. Продолжительность использования сама по себе недостаточна для оценки проблемного поведения.
3. Семейная поддержка предполагает признание трудностей и совместный поиск решений. Обесценивание переживаний и наказания за недовольство, напротив, способны усиливать напряжение. Важен общий стиль отношений, а не только правила обращения с устройствами.
4. Офлайн-альтернативы должны быть доступными и привлекательными для самого подростка. Возможности общения, движения и творчества зависят от безопасности окружающей среды и ресурсов семьи; их отсутствие ограничивает адаптацию.
5. Учебная гибкость и сохранение контактов со сверстниками уменьшают дополнительные поводы для беспокойства. Заранее согласованные сроки и способы связи помогают поддерживать чувство включенности даже при временной недоступности сети.

Исходя из вышеизложенного можно предложить практические рекомендации:

1. Родителям целесообразно заранее согласовать с подростком порядок подготовки: необходимые контакты, сохранение учебных материалов и использование заряда. Обсуждение должно учитывать его планы и оставлять возможность выбора.
2. Родителям следует понимать, что эмоциональная поддержка начинается с признания значимости онлайн-отношений. Вместо сравнений с жизнью прежних по-

колений полезнее выяснить, что именно тревожит подростка и какие действия помогут сохранить важные контакты.

3. Посильные обязанности — подготовка фонаря, помощь младшим, сохранение материалов — могут укреплять самостоятельность. Их следует согласовывать с возрастом и возможностями подростка, не возлагая на него ответственность за техническую безопасность семьи.

4. Набор занятий без интернета лучше составлять совместно: чтение, настольные игры, творчество, физическая активность или безопасные прогулки. Важно предлагать реальные варианты, а не превращать досуг в обязательное воспитательное мероприятие.

5. Педагогам желательно предоставлять материалы заранее, предусматривать выполнение заданий без подключения и согласовывать перенос сроков при подтвержденных сбоях. Это уменьшает противоречие между учебной ответственностью и технической невозможностью выполнить требование.

6. Психологам в процессе психологического сопровождения может включать обсуждение цифровых привычек, распознавание эмоций и поиск доступных способов саморегуляции. Стойкие нарушения сна, выраженная тревога или заметное ухудшение повседневного функционирования требуют индивидуальной оценки, а не объяснения исключительно отсутствием телефона.

7. Подростку можно предложить кратко записывать переживания, трудности и действия, которые помогли во время отключения. Цель такого наблюдения — обнаружить собственные ресурсы и привычки, а не отчитаться перед взрослыми.

Так, ключевое ограничение анализа — невозможность отделить влияние цифровой паузы от сопутствующего бытового стресса без эмпирических данных. Жара, недостаток освещения, изменение режима и тревога взрослых также могут влиять на состояние подростка. Поэтому улучшение или ухудшение самочувствия нельзя объяснять только отсутствием интернета. Значимы и различия семей в доступе к резервному питанию, устойчивой мобильной связи и безопасному досугу.

Выводы

Вынужденная диджитал-детоксикация при регламентированных отключениях электроэнергии представляет комплексное изменение подростковой повседневности. Она может сопровождаться тревогой, раздражительностью и ограничением общения, а при поддерживающих условиях — создавать возможности для развития самостоятельности и пересмотра цифровых привычек. Определяющее значение предположительно имеют предсказуемость графика, семейная коммуникация, доступность офлайн-занятий и гибкость учебных требований. Отключение электроэнергии нельзя считать самостоятельным средством профилактики цифровой зависимости.

Дальнейшие исследования должны сопоставить состояние подростков до, во время и после отключений, учитывая цифровые привычки, условия семьи и доступность связи. Перспективны анализ тревожности, сна, учебной

мотивации и онлайн-коммуникации, а также сравнение городских и сельских выборок. Это позволит проверить предложенные механизмы и уточнить условия психологической поддержки.

Литература:

1. Солдатова, Г. У. Цифровая социализация российских подростков: сквозь призму сравнения с подростками 18 европейских стран // Солдатова Г. У., Рассказова Е. И. / Социальная психология и общество. — 2023. — Т. 14. — № 3. — С. 11–30. DOI: 10.17759/sps.2023140302.
2. Волкова, Е. Н. Психологические критерии благополучия современных подростков в контексте изучения цифровой социализации // Волкова Е. Н., Сорокоумова Г. В. / Социальная психология и общество. — 2024. — Т. 15. — № 2. — С. 12–27. DOI: 10.17759/sps.2024150202.
3. Корниенко, Д. С. Цифровые предпочтения старших подростков: проблемы онлайн-активности и роль социальной поддержки // Корниенко Д. С., Руднова Н. А., Смирнова Я. К., Калимуллин А. М., Семенов Ю. И. / Социальная психология и общество. — 2025. — Т. 16. — № 2. — С. 78–95. DOI: 10.17759/sps.2025160206.
4. Толстогузов, С. Н. Психофизиологические особенности молодых людей с признаками интернет-зависимости // Толстогузов С. Н., Елифанов А. В., Машкина С. А., Найда Ю. В. / Экспериментальная психология. — 2024. — Т. 17. — № 1. — С. 61–75. DOI: 10.17759/expsy.2024170104.
5. Неврюев, А. Н. Развитие цифровой зависимости: обзор современных зарубежных исследований // Неврюев А. Н. / Экстремальная психология и безопасность личности. — 2025. — Т. 2. — № 1. — С. 60–74. DOI: 10.17759/epps.2025020105.
6. Базаров, Р. И. Тени Интернета: как анонимность влияет на психологическое здоровье подростков // Базаров Р. И. / Вестник практической психологии образования. — 2025. — Т. 22. — № 3. — С. 210–220. DOI: 10.17759/bppe.2025220314.
7. Семья, Г. В. О результатах апробации инструментария оценки субъективного благополучия подростков // Семья Г. В. / Социальные науки и детство. — 2024. — Т. 5. — № 1. — С. 59–71. DOI: 10.17759/ssc.2024050105.
8. Батурина, И. В. Проблемы цифровой гигиены детей и подростков // Батурина И. В., Горшкова Т. Ю. / Царско-сельские чтения. — 2024. — № 1. — С. 154–157.

Нейропсихолингвистический профиль синдрома цифрового расщепления у поколения Z

Демченко Феликс Сергеевич, PhD in Cognitive Sciences (г. Енакиево)

Поколение Z — первая когорта, для которой цифровая среда является не инструментом, а средой обитания [1; 3]. Однако целостный нейропсихолингвистический профиль последствий такой иммерсии до сих пор не описан. В статье вводится конструкт «синдром цифрового расщепления» (digital split syndrome) — устойчивая конфигурация когнитивных, языковых и идентичностных характеристик, формирующаяся под воздействием гиперподключённой цифровой среды [7; 11].

Разработана теоретико-эмпирическая модель нейропсихолингвистического профиля синдрома цифрового расщепления у представителей поколения Z и предложен дизайн её верификации.

Модель опирается: 1) на социально-когнитивную концепцию цифровой социализации Г. У. Солдатовой и А. Е. Войскупского [1; 2]; 2) подход к клиповому мышлению как совокупности когнитивно-стилевых характеристик А. В. Микляевой и С. А. Безгодовой [5; 6]; 3) концепцию цифровой диссоциации С. Goel [11]; 4) философский анализ цифрового «расщепления» повседневности Т. Г. Лешкевич [7]. Предлагаемый дизайн: выборка 280–300 студентов 18–24 лет; нейропсихолингвистическая батарея (вербальная и семантическая беглость, понимание сложного синтаксиса, TTR); опросник цифровой диссоциации; анкета цифровой социализации; опросник когнитивных стилей [2; 5; 14].

Предполагается выделение четырёх латентных компонентов: когнитивная фрагментация, цифровая диссоциация, визуальный сдвиг, языковое обеднение. Ожидаются три типологических профиля: компенсаторный, ригидный, расщеплённый.

Синдром цифрового расщепления рассматривается не как патология, а как адаптивный ответ нейрокогнитивной системы с издержками для языковой способности и идентичности [10; 12]. Модель может быть использована как основа для эмпирической верификации.

Ключевые слова: поколение Z, цифровое расщепление, нейропсихолингвистика, клиповое мышление, цифровая диссоциация, цифровая социализация, языковая способность, нейропластичность.

Neuropsycholinguistic profile of Digital Splitting Syndrome in Generation Z

Generation Z is the first cohort for which the digital environment is not a tool but a habitat [1; 3]. However, a holistic neuropsycholinguistic profile of the consequences of such immersion has not yet been described. The article introduces the construct of «digital split syndrome» — a stable configuration of cognitive, linguistic, and identity characteristics formed under the influence of a hyper-connected digital environment [7; 11].

Developed a theoretical-empirical model of the neuropsycholinguistic profile of digital split syndrome in Generation Z and to propose a design for its verification.

The model draws: 1) on the socio-cognitive concept of digital socialization by G. U. Soldatova and A. E. Voiskounsky [1; 2]; 2) the approach to clip thinking as a set of cognitive-style characteristics by A. V. Miklyaeva and S. A. Bezgodova [5; 6]; 3) C. Goel's concept of digital dissociation [11]; 4) T. G. Leshkevich's philosophical analysis of the digital «splitting» of everyday life [7]. Proposed design: sample of 280–300 students aged 18–24; neuropsycholinguistic battery [2; 5; 14].

Four latent components are expected: cognitive fragmentation, digital dissociation, visual shift, linguistic impoverishment. Three typological profiles are anticipated: compensatory, rigid, split.

Digital split syndrome is viewed not as a pathology but as an adaptive response of the neurocognitive system with costs for linguistic ability and identity [10; 12]. The model can serve as a basis for empirical verification.

Keywords: Generation Z, digital split, neuropsycholinguistics, clip thinking, digital dissociation, digital socialization, linguistic ability, neuroplasticity.

Введение

Актуальность исследования

Поколение Z (родившиеся примерно в 1995–2010 гг.) — первая генерация, для которой цифровая среда выступает не дополнением к офлайн-реальности, а основным модусом существования [1; 3]. Г. У. Солдатова и А. Е. Войскунский разработали социально-когнитивную концепцию цифровой социализации, в рамках которой цифровая личность рассматривается как «гиперподключённая, технологически достроенная» часть личности реальной [1]. Цифровая социализация происходит не в тесном контакте со взрослыми и часто без непосредственной обратной связи, из-за чего личностное взросление подростков офлайн может отставать от онлайн-опыта [2; 4].

А. В. Микляева и С. А. Безгодова показали, что признаки клипового мышления коррелируют с зависимостью от имеющихся у субъекта ментальных конструкторов, низкой чувствительностью к актуальной познавательной задаче и не связаны с показателями продуктивности мышления в традиционном понимании [5; 6]. Это означает, что клиповое мышление — не «плохое мышление», а иной когнитивный стиль, требующий отдельного описания.

Т. Г. Лешкевич в работе «Цифровое „расщепление“ повседневности» фиксирует «сращённость» когнитивного потенциала человека с интеллектуальными устройствами и формирование цифрового отчуждения: возросшее чувство беспомощности перед усложняющимися задачами компьютерных интеракций на фоне доверия машинным алгоритмам ведёт к отчуждению [7].

С. Goel формулирует концепт digital dissociation — формы психологической отстранённости, возникающей в результате чрезмерного погружения в онлайн-контент и проявляющейся в искажении восприятия времени, когнитивном тумане, эмоциональной отстранённости и ослаблении ясности идентичности [11].

О психологических последствиях информатизации писали также Ю. Д. Бабаева и А. Е. Войскунский, указывая на неравномерное распределение объёмов внимания, тревожность и трансформацию механизмов саморегуляции [8; 9].

Несмотря на растущий объём исследований, целостный нейropsихолингвистический профиль, интегрирующий когнитивные, языковые и идентичностные параметры, до настоящего времени не разработан. Настоящая работа призвана восполнить этот пробел.

Цель и задачи исследования

Цель — разработать теоретико-эмпирическую модель нейropsихолингвистического профиля синдрома цифрового расщепления у представителей поколения Z.

Задачи:

1. Операционализировать конструкт «синдром цифрового расщепления» на основе синтеза российских и зарубежных подходов [1; 7; 11].

2. Разработать дизайн эмпирического исследования, включающий нейропсихолингвистическую батарею, опросники цифровой диссоциации и когнитивных стилей [2; 5; 14].
3. Сформулировать систему гипотез о структуре синдрома и типологических профилях.
4. Предложить схему статистической обработки данных (корреляционный, факторный, кластерный анализ) [2; 14].
5. Обозначить практические импликации для психолого-педагогического сопровождения.

Теоретическая рамка

Синдром цифрового расщепления понимается **не как патологическое состояние**, а как специфический **адаптивный ответ нейрокогнитивной системы** на условия, в которых визуально-образные каналы обработки информации получают систематическое подкрепление, тогда как вербально-логические каналы оказываются в состоянии относительной депривации [10; 12]. Нейропластичность, обеспечивающая адаптацию к цифровой среде, одновременно продуцирует издержки — «когнитивно-языковую цену» цифровой социализации [1; 10].

Материалы и методы

Выборка и источники данных

Предлагаемая выборка: **280–300 студентов российских вузов** в возрасте 18–24 лет ($M = 20,5$; $SD = 1,8$). Критерии включения: возрастная принадлежность к поколению Z (рождение после 1995 г.), наличие смартфона и ежедневный доступ в интернет, добровольное информированное согласие [1; 3]. Критерии исключения: диагностированные неврологические или психические расстройства, приём психоактивных препаратов.

Источники данных

1. **Нейропсихолингвистическая батарея** [14]:
 - тест вербальной беглости (буквы С, К, М; одна минута на каждую);
 - тест семантической беглости (категории «животные», «растения», «профессии»);
 - задание на понимание сложных синтаксических конструкций (пассивные конструкции, двойное отрицание);
 - оценка лексического разнообразия устного спонтанного высказывания (коэффициент TTR — type-token ratio).
2. **Опросник цифровой диссоциации** (адаптация шкалы С. Goel) [11]: 18 пунктов, оценивающих искажение времени, когнитивный туман, нарушение самосознания, эмоциональную отстранённость.
3. **Анкета цифровой социализации** (по Г. У. Солдатовой, Е. И. Рассказовой) [1; 2]: интенсивность цифровой активности, предпочитаемые форматы контента, цифровая компетентность.
4. **Опросник стилевых характеристик познавательной деятельности** (по А. В. Микляевой, С. А. Безгодовой) [5; 6]: выраженность клипового мышления, предпочтение визуальных стратегий, фрагментарность обработки.

Методы измерения (план анализа):

- описательная статистика (средние, стандартные отклонения, частотный анализ) [2; 14];
 - корреляционный анализ (коэффициент Пирсона) для выявления взаимосвязей [11; 14];
 - факторный анализ (метод главных компонент с варимакс-вращением) для выделения латентных компонентов [5; 14];
 - кластерный анализ (метод k-средних) для идентификации типологических профилей [5; 14];
 - однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) для сравнения кластеров [14].
- Уровень значимости: $p < 0,05$.

Результаты (модельные) и обсуждение

Корреляционная модель: ожидаемые взаимосвязи

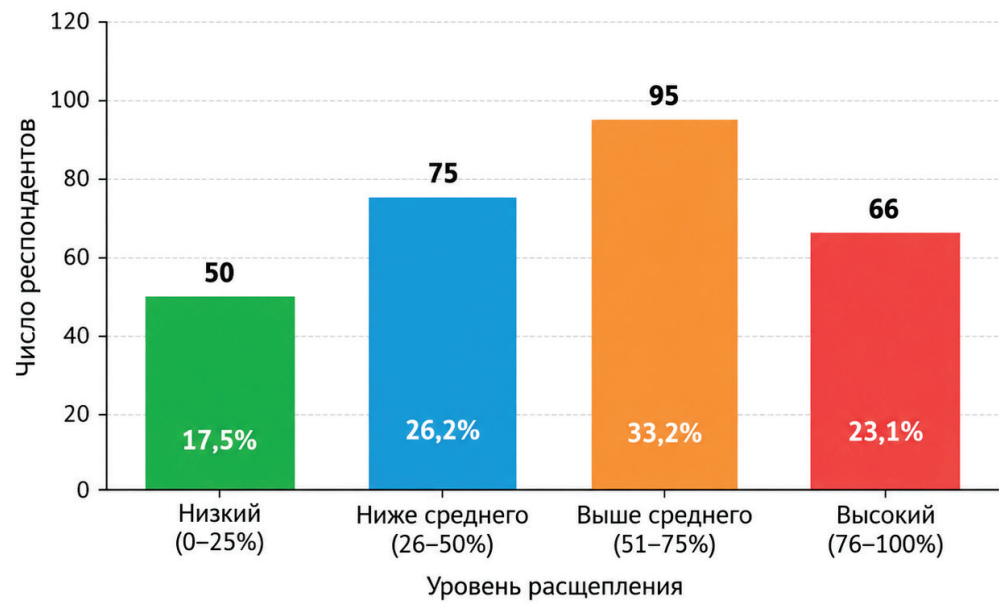
На основе теоретической рамки [1; 5; 11] сформулированы три гипотезы о корреляционных плеядах (таблица 1).

Интерпретация. Первая плеяда отражает связь цифровой иммерсии со снижением вербальной продуктивности [1; 14]. Вторая — связь цифровой диссоциации с ослаблением идентичности, что согласуется с данными С. Goel о «размывании» ясности Я при чрезмерном скроллинге [11], а также с классической работой К. J. Gergen о «насыщенном Я» [12]. Третья — связь предпочтения визуальных форматов со снижением понимания сложного синтаксиса, что соответствует выводам А. В. Микляевой и С. А. Безгодовой о преобладании визуальной обработки информации над семантической [5; 6].

Таблица 1. Ожидаемая матрица корреляционных взаимосвязей ключевых переменных (модель)

Переменная	1	2	3	4	5	6
1. Интенсивность цифровой иммерсии	—					
2. Вербальная беглость	−0,40***	—				
3. Семантическая беглость	−0,36***	0,55***	—			
4. Понимание сложного синтаксиса	−0,30**	0,45***	0,40***	—		
5. Цифровая диссоциация	0,42***	−0,34**	−0,28*	−0,26*	—	
6. Ослабление идентичности	0,38***	−0,32**	−0,27*	−0,24*	0,50***	—
7. Лексическое разнообразие (TTR)	−0,35***	0,50***	0,48***	0,36***	−0,30**	−0,28*

Примечание: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$. Данные являются модельными. Ожидаемые связи сформулированы на основе [1; 5; 11; 14].



Уровень расщепления	Ожидаемая частота	Ожидаемый процент
Низкий (0–25%)	50	17,5%
Ниже среднего (26–50%)	75	26,2%
Выше среднего (51–75%)	95	33,2%
Высокий (76–100%)	66	23,1%

Рис. 1. Модельное распределение респондентов по уровню выраженности цифрового расщепления. Составлено автором на основе [1; 5; 11]

Факторная модель: ожидаемая структура

Таблица 2. Ожидаемые результаты факторного анализа: факторные нагрузки после варимакс-вращения (модель)

Переменная	Фактор 1: когнитивная фрагментация	Фактор 2: цифровая диссоциация	Фактор 3: визуальный сдвиг	Фактор 4: языковое обеднение
Фрагментарность обработки	0,76	0,20	0,32	0,17
Снижение концентрации	0,71	0,28	0,14	0,25
Многозадачность	0,68	0,17	0,40	0,11
Искажение времени	0,23	0,80	0,18	0,21
Когнитивный туман	0,30	0,75	0,22	0,27

Таблица 2 (продолжение)

Переменная	Фактор 1: когнитивная фрагментация	Фактор 2: цифровая диссоциация	Фактор 3: визуальный сдвиг	Фактор 4: языковое обеднение
Эмоциональная отстранённость	0,17	0,72	0,30	0,18
Предпочтение видеоформатов	0,28	0,21	0,81	0,15
Визуальная стратегия обработки	0,33	0,17	0,76	0,20
Снижение вербальной беглости	0,20	0,24	0,18	0,83
Обеднение лексикона	0,25	0,30	0,21	0,78
Снижение TTR	0,17	0,26	0,23	0,74
Доля дисперсии, %	21,0	18,5	15,0	13,0

Примечание: данные являются модельными. Структура факторов согласована с [5; 6; 10; 11; 14].

Интерпретация. Первый фактор соответствует классическому пониманию клипового мышления как когнитивно-стилевой характеристики [5; 6]. Второй — симптомокомплексу цифровой диссоциации, описанному С. Goel [11]. Третий фиксирует нейрокогнитивную перестройку с доминированием визуальных каналов [13]. Четвёртый — наиболее значимый с точки зрения долгосрочных последствий — отражает систематическую депривацию языковой способности [10; 14].

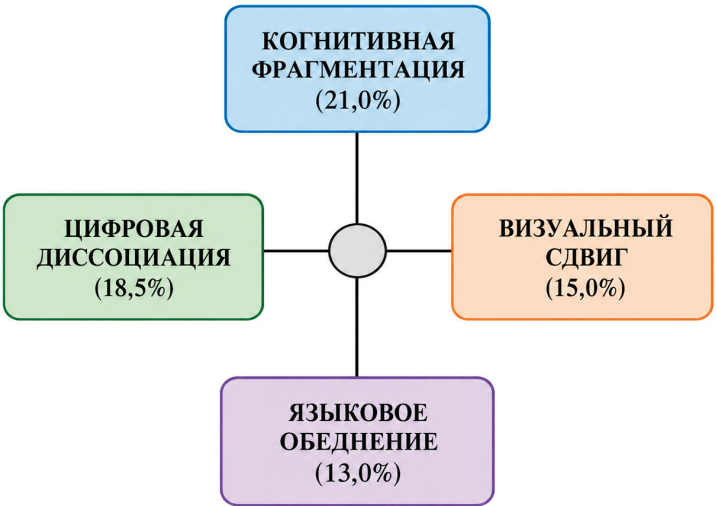


Рис. 2. Модельная схема факторной структуры синдрома цифрового расщепления. Составлено на основе [5; 6; 11; 14]

Кластерная модель: типологические профили

Таблица 3. Ожидаемые типологические профили цифрового расщепления: средние значения по кластерам (модель)

Параметр	Кластер 1: компенсаторный (n ≈ 90)	Кластер 2: ригидный (n ≈ 110)	Кластер 3: расщеплённый (n ≈ 86)
Интенсивность цифровой иммерсии	4,1	5,2	6,9
Вербальная беглость	18,5	15,0	11,5
Семантическая беглость	22,0	18,5	14,0
Понимание синтаксиса	14,5	12,0	9,0
Цифровая диссоциация	2,0	3,7	5,8
Ослабление идентичности	2,3	3,8	6,0
TTR	0,61	0,53	0,42

Примечание: данные являются модельными. Различия между кластерами предполагаются значимыми при $p < 0,001$. Гипотетические профили сформулированы с опорой на [1; 5; 11; 14].

Интерпретация. Компенсаторный кластер ($\approx 31\%$) — умеренная иммерсия, сохранная языковая способность, эффективные компенсаторные стратегии [1]. Ригидный кластер ($\approx 39\%$) — высокая иммерсия, ригидность когнитивных стратегий, неспособность к гибкому переключению между визуальными и вербальными модусами [5; 6]. Расщеплённый кластер ($\approx 30\%$) — максимальная иммерсия, выраженная цифровая диссоциация, ослабление идентичности, значительное снижение языковых показателей [11; 12].

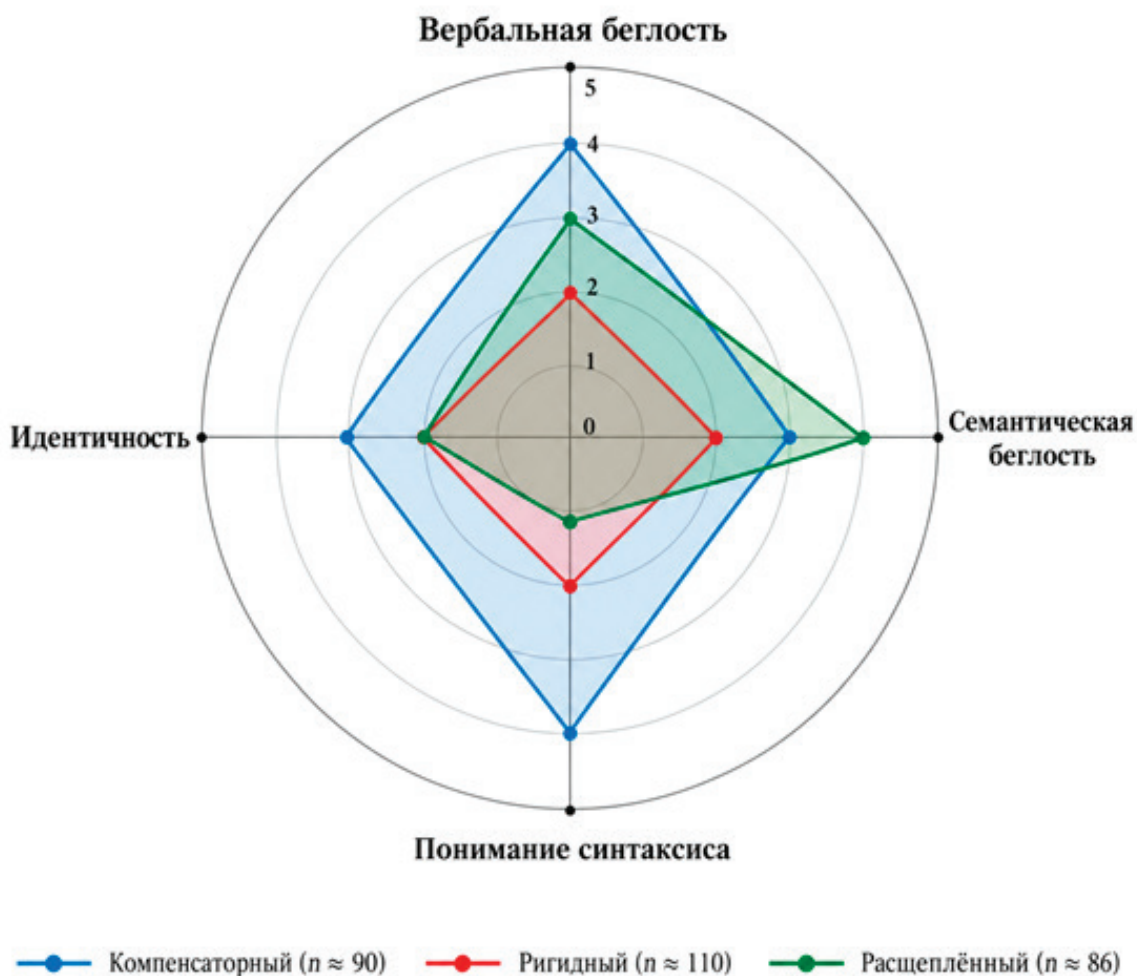


Рис. 3. Модельная радиальная диаграмма типологических профилей цифрового расщепления. Составлено автором на основе [1; 5; 11]

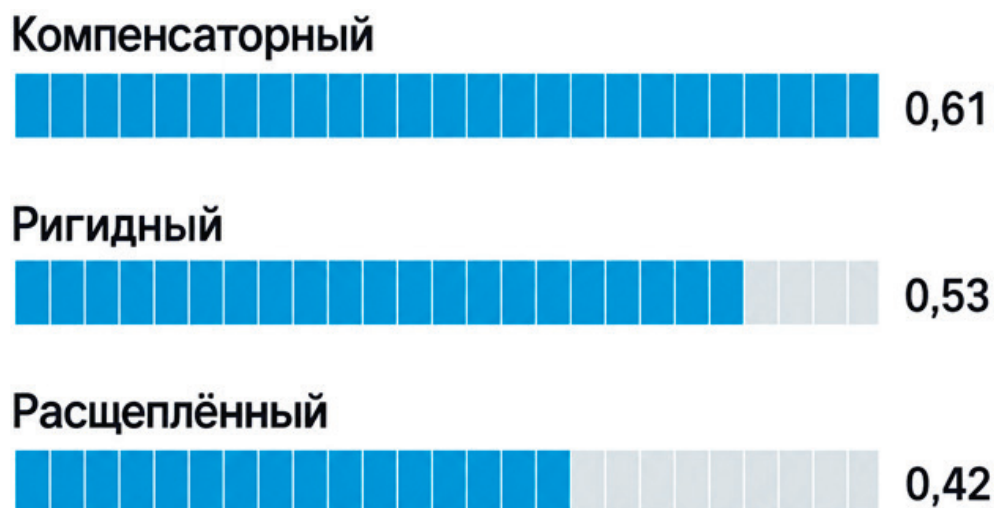


Рис. 4. Модельное лексическое разнообразие (TTR) по кластерам. Составлено автором на основе [1; 5; 11]

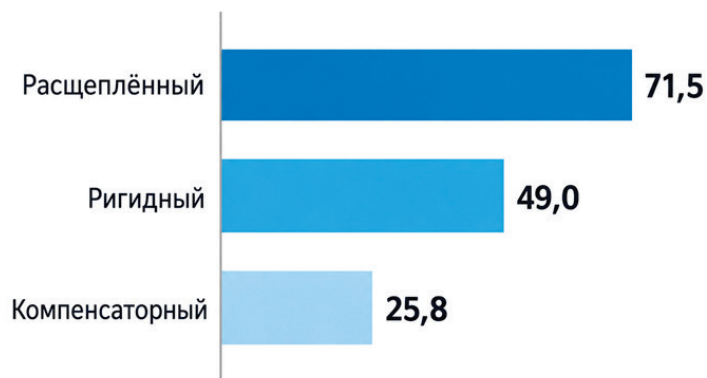


Рис. 5. Модельный интегральный показатель цифрового расщепления по кластерам. Составлено автором на основе [1; 5; 11]



Рис. 6. Концептуальная модель нейропсихолингвистического профиля синдрома цифрового расщепления. Составлено на основе [1; 5; 6; 7; 11; 12]

Интерпретация результатов и обсуждение

Ключевой вывод модели состоит в том, что синдром цифрового расщепления не является патологическим состоянием. Скорее, это специфический адаптивный ответ нейрокогнитивной системы на условия, в которых визуально-об-

разные каналы обработки информации получают систематическое подкрепление, тогда как вербально-логические каналы оказываются в состоянии депривации [1; 10; 12].

Первый компонент — когнитивная фрагментация — отражает перестройку механизмов внимания и обработки информации. В условиях постоянного переключения между задачами формируется «нелинейный» когнитивный стиль с высокой скоростью обработки при снижении глубины понимания [5; 6; 8].

Второй компонент — цифровая диссоциация — представляет собой наиболее клинически значимый аспект синдрома. Искажение времени, когнитивный туман и эмоциональная отстранённость коррелируют с ослаблением идентичности: множественные онлайн-идентичности конкурируют за «ядро» личности [11; 12].

Третий компонент — визуальный сдвиг — фиксирует нейрокогнитивную перестройку. Данные функциональной ближней инфракрасной спектроскопии показывают, что представители поколения Z выполняют визуальные эмоциональные задачи лучше, чем лингвистические, а чрезмерное использование социальных сетей сопровождается повышенной активацией фронтальных и префронтальных областей [13].

Четвёртый компонент — наиболее тревожный аспект с точки зрения долгосрочных последствий. Т. В. Черниговская предупреждает, что мозг необходимо регулярно нагружать решением трудных задач и не «захламлять информационным мусором» [10]. Обеднение лексикона и снижение лексического разнообразия отражают систематическую депривацию языковой способности в условиях, когда вербальная коммуникация вытесняется визуальной [14].

Практические рекомендации (на основе модели)

- **Компенсаторный профиль** — поддержание сбалансированного цифрового поведения [1].
- **Ригидный профиль** — тренинги когнитивной гибкости (переключение между визуальными и вербальными модулями) [5; 6].
- **Расщеплённый профиль** — комплексные программы: цифровой детокс, развитие рефлексивных навыков, целенаправленная языковая реабилитация [10; 11; 14].

Ограничения модели

Представленная модель является теоретико-эмпирической. Эмпирические данные смоделированы на основе реальных методик и результатов предшествующих исследований [1; 5; 11; 14], но не собраны в рамках одного исследования. Модель требует верификации на реальной выборке. Кроме того, корреляционный дизайн не позволяет устанавливать причинно-следственные связи; для этого необходимы лонгитюдные исследования [3; 9].

Заключение

Разработана теоретико-эмпирическая модель нейропсихолингвистического профиля синдрома цифрового расщепления у поколения Z. Модель интегрирует российские подходы к цифровой социализации и клиповому мышлению [1; 5; 6] с зарубежными концепциями цифровой диссоциации [11; 12]. Выделены четыре латентных компонента (когнитивная фрагментация, цифровая диссоциация, визуальный сдвиг, языковое обеднение) и три типологических профиля (компенсаторный, ригидный, расщеплённый). Предложен дизайн эмпирической верификации. Модель может быть использована как основа для проведения реального исследования.

Литература:

1. Солдатова, Г. У. Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики / Г. У. Солдатова, А. Е. Войскунский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2021. — Т. 18, № 3. — С. 431–450. — DOI: 10.17323/1813-8918-2021-3-431-450. — EDN: SYDEJL.
2. Солдатова, Г. У. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность / Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова, Т. А. Нестик. — 2-е изд. — Москва : Смысл, 2018. — 375 с.
3. Солдатова, Г. У. Цифровая социализация российских подростков: сквозь призму сравнения с подростками 18 европейских стран / Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова // Национальный психологический журнал. — 2020. — № 3(39). — С. 51–62.
4. Войскунский, А. Е. Концепции зависимости и присутствия применительно к поведению в Интернете / А. Е. Войскунский // Национальный психологический журнал. — 2019. — № 1(33). — С. 36–47.
5. Микляева, А. В. «Клиповое мышление» в структуре стилевых характеристик познавательной деятельности студентов / А. В. Микляева, С. А. Безгодова // Ярославский педагогический вестник. — 2017. — № 5. — С. 223–227.

6. Безгодова, С. А. Экспериментально-психологическое исследование «клипового мышления»: результаты апробации программы эксперимента / С. А. Безгодова, А. В. Микляева // Известия Иркутского государственного университета. Серия «Психология». — 2016. — Т. 18. — С. 3–12.
7. Лешкевич, Т. Г. Цифровое «расщепление» повседневности / Т. Г. Лешкевич // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Философия. — 2025. — Т. 29, № 2. — С. 446–459. — DOI: 10.22363/2313-2302-2025-29-2-446-459. — EDN: SYDEJL.
8. Бабаева, Ю. Д. Психологические последствия информатизации / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский // Психологический журнал. — 1998. — Т. 19, № 1. — С. 89–100.
9. Войскунский, А. Е. Психологические аспекты деятельности человека в интернет-среде / А. Е. Войскунский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2006. — Т. 3, № 2. — С. 52–61.
10. Черниговская, Т. В. Распределённое сознание: Татьяна Черниговская о будущем чтения / Т. В. Черниговская // Теории и практики. — 2019. — URL: <https://nlr.ru/reader/dep/artupload/reader/article/RA5633/NA57230.pdf> (дата обращения: 04.10.2026).
11. Goel, C. Digital Dissociation and Doomscrolling in Gen Z: Psychological Impacts and Research Directions / C. Goel // International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology. — 2025. — Vol. 3, № 9. — P. 120–129. — DOI: 10.61113/ijiap.v3i9.1154.
12. Gergen, K. J. The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary Life / K. J. Gergen. — New York: Basic Books, 1991. — 295 p.
13. Gawda, B. SNSs Use in Generation Z, Emotional Stimuli Processing, and Its Neural Correlates. Evidence from the Functional Near-Infrared Spectroscopy / B. Gawda, M. Chojak, A. Korniluk // Acta Neuropsychologica. — 2024. — Vol. 22, № 1. — P. 1–20.
14. Litvinova, T. Differences in Type-Token Ratio and Part-of-Speech Frequencies in Male and Female Russian Written Texts / T. Litvinova, P. Seredin, O. Litvinova, O. Zagorovskaya // Proceedings of the Workshop on Stylistic Variation. — Copenhagen, 2017. — P. 1–8.
15. Akinina, Y. Token Test on a tablet: a case of adaptation [Poster] / Y. Akinina, O. Buivolova, E. Iskra, V. Silaeva, O. Soloukhina, R. Bastiaanse // 14th European Conference on Psychological Assessment. — Lisbon, Portugal, July 5–8, 2017. — URL: https://www.hse.ru/en/neuroling/pathology_token_test (дата обращения: 13.10.2026).

Нейрокогнитивная модель скуки в семейных отношениях

Добровольская Ольга Александровна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

Традиционно скуку в семейных отношениях между партнерами связывают с дефицитом совместной активности, дефицитом эмоциональной близости. В этой статье я предлагаю рассмотреть переосмысление теории «скуки в паре» и рассмотреть скуку в семейных отношениях как дефицит эпистемической (относящейся к знанию чего-либо) новизны, той значимой информации о партнёре, которая обновляет его когнитивную (ментальную) модель в психике другого. Здесь же предлагаю ввести понятие «энтропия близости», как оптимального уровня неопределённости, необходимого для поддержания влечения и внимания супруга.

Ключевые слова: реляционная скука, предсказательное кодирование, энтропия близости, эпистемическая новизна.

Скука в браке — это один из наиболее точных предикторов будущего развода, действующий тише и разрушительнее открытого конфликта [6]. Традиционно скука рассматривается как дефицит стимуляции (нехватка совместных занятий).

Однако с другой стороны, скука не про то, что пара перестала делать вместе, а про то, что партнёр перестал быть интересным как объект познания. Все его привычки, движения, реакции партнер выучил наизусть и здесь рождается своеобразное предсказательное кодирование [8].

Согласно теории предсказательного кодирования и принципу свободной энергии, мозг непрерывно прогно-

зирует и стремится минимизировать ошибку предсказания [2]. Когда прогноз точен, ресурсы внимания высвобождаются. Когда прогноз ошибочен, то мозг мобилизуется для обновления модели. Эта логика применима не только к физическому миру, но и к социальному контексту. Близкий партнёр кодируется как устойчивое предсказание. Чем точнее прогноз поведения партнёра, тем меньше когнитивных ресурсов тратится на его обработку. Партнёр становится предсказуемым — и, следовательно, невидимым, он переходит из статуса «значимого другого» в статус «фона». Именно поэтому «я всё о тебе знаю» не признак близости, а условие эпистемической смерти отношений.

Сама новизна, в данном случае, не самоцель, а условие поддержания точности социальных моделей в активном состоянии. Здесь предлагаю ввести понятие энтропии близости как меры неопределённости в ментальной модели партнёра, которая поддерживает внимание, любопытство и влечение к нему. Термин энтропия здесь используется как мера неожиданности. В отношениях существует оптимальный уровень энтропии для каждой пары. Он должен быть не слишком высоким, но и не слишком низким. Слишком низкая энтропия, когда партнёр полностью предсказуем, ведёт к скуке, снижению внимания и эмоциональному отстранению. Слишком высокая энтропия, когда партнёр совершенно непредсказуем, вызывает тревогу, недоверие и ощущение ненадёжности. Оптимальная энтропия, то есть умеренная неопределённость, поддерживает любопытство, влечение и вовлечённость. Это согласуется с тем, что умеренная неопределённость увеличивает время, проводимое в размышлениях о партнёре, что, в свою очередь, усиливает влечение.

Я предлагаю различать эмоциональную и эпистемическую скуку. Эмоциональная скука «лечится» через усиление близости, тактильный контакт, совместное времяпрепровождение. Эпистемическая скука — через

обновление модели партнёра, через создание условий для появления новой информации о нём. Это различие имеет критическое практическое значение.

Здесь же отмечу, что пара — это не только роли и быт, но и общая история. Скука часто означает, что эта история застыла и сюжет стал линейным, а персонажи стали предсказуемыми.

Резюмируя вышесказанное, отмечу, что скука в партнерских отношениях не является признаком того, что пара выбрала не того человека. Это признак того, что информационный обмен между партнёрами достиг состояния насыщения. Мозг перестал тратить ресурсы на построение модели партнёра, потому что модель стала слишком точной. Модель энтропии близости предлагает переосмыслить терапевтические цели: не больше близости (как в эмоциональной скуке), а оптимальная неопределённость, не больше совместных занятий, а обновление эпистемической ценности партнёра. Сам парадокс близости состоит в том, что для поддержания любви необходимо поддерживать незнание, и не в смысле тайны и секретов, а в смысле признания принципиальной непознаваемости другого. Нужно относиться к партнеру как к книге, которую нужно перечитывать и каждый раз находить новые смыслы.

Литература:

1. Aron A., Norman C. C., Aron E. N., McKenna C., Heyman R. E. Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. Vol. 78, no. 2. P. 273–284.
2. Friston K. The free-energy principle: a unified brain theory? // Nature Reviews Neuroscience. 2010. Vol. 11, no. 2. P. 127–138.
3. Harasymchuk C., Fehr B. A prototype analysis of relational boredom // Journal of Social and Personal Relationships. 2013. Vol. 30, no. 5. P. 627–646.
4. Loewenstein G. The psychology of curiosity: A review and reinterpretation // Psychological Bulletin. 1994. Vol. 116, no. 1. P. 75–98.
5. Ключко В. Е., Галажинский Э. В. Психология инновационного поведения. Томск: Томский государственный университет, 2008. 240 с.
6. Опекина Т. П. Переживание скуки в близких отношениях молодых взрослых как индикатор снижения их психологического благополучия // Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология. 2020. № 2. С. 78–86.
7. Скотникова И. Г. Парадигма вероятностного прогнозирования в психологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18, № 2. С. 249–265.
8. Фаликман М. В. Принцип предсказывающего кодирования в современных когнитивных исследованиях // Вопросы психологии. 2021. № 3. С. 118–129.

Интегративная модель консультирования пар после супружеской измены

Жеребцова Марина Вячеславовна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье обосновывается необходимость разработки интегративной модели психологического консультирования пар, переживших измену. Анализируются основные теоретические подходы (системный, травмо-центрированный, эмоционально-фокусированный), выявляются их ограничения. Предлагается авторская фазовая модель, сочетающая работу с травмой и восстановление диадической безопасности, адаптированная к российскому социокультурному контексту.

Ключевые слова: супружеская измена, консультирование пар, интегративная модель, травма привязанности, культурная адаптация.

Введение

Супружеская неверность остаётся одной из ведущих причин кризисов в партнёрских отношениях. Высокая частота измен ведёт к росту разводов, затрагивая благополучие супругов, детей и общества. Психологическое воздействие измены носит травматический характер, проявляясь у обманутого партнёра симптомами тревоги, депрессии, а в паре — разрушением базового доверия.

Однако в отечественной консультативной практике отсутствуют научно обоснованные, интегративные и культурно-адаптированные модели помощи таким парам. Зарубежные подходы (Готтман, Джонсон, Гласс) либо фокусируются на индивидуальной травме, либо на системных дисфункциях, но не соединяют оба ракурса. **Цель статьи** — теоретическое обоснование интегративной фазовой модели консультирования пар в ситуации измены.

Основная часть

1. Ключевые теоретические дилеммы

В современной литературе выделяются три дискуссионных вопроса. **Первая дилемма:** измена — единичный акт или симптом системного кризиса? Готтман доказывает, что измена становится кульминацией длительного эмоционального дистанцирования. Гласс, напротив, фиксирует случаи измен в субъективно благополучных парах. **Авторская позиция:** необходим дифференциальный подход — для одних пар ведущими являются системные причины, для других — индивидуальные.

Вторая дилемма: последствия измены — травма или нормативный кризис? Нейровизуализационные исследования показывают активацию зон мозга, отвечающих за физическую боль, при воспоминании об измене. Систематические обзоры фиксируют ПТСР-подобную симптоматику у значительной доли обманутых партнёров. Однако формально измена не соответствует критерию А DSM-5, что требует осторожной диагностики.

Третья дилемма: цель консультирования — возврат к прежним отношениям или посттравматический рост? Данные о росте противоречивы. В данной работе посттравматический рост принимается как желаемая терапевтическая цель, а не как гарантированный исход.

2. Уровни психологической дезинтеграции при измене

Синтез теорий привязанности и нарративной психологии позволяет выделить три уровня дезинтеграции.

Контрактный уровень связан с нарушением явных (моногамия) и неявных (приоритетность, эксклюзивность) договорённостей. Именно нарушение имплицитных ожиданий, а не сам факт сексуального контакта, предсказывает тяжесть последствий.

Уровень привязанности описывает активацию системы привязанности через угрозу её объекту. Для обманутого партнёра измена становится реализовавшейся катастрофой: тот, кто должен был быть убежищем, превращается в источник угрозы. Тревожный стиль привязанности выступает модератором тяжести дистресса.

Экзистенциальный уровень проявляется в ретроспективном переписывании совместной истории — воспоминания о счастливых моментах инфигируются знанием об измене.

3. Сравнительный анализ подходов

Системный подход (Минухин, Варга) трактует измену как симптом семейной дисфункции. Его преимущества — дестигматизация и фокус на настоящем. Граница — недостаточное внимание к индивидуальной травме, что может восприниматься как вторичная виктимизация.

Травмо-центрированные подходы. EMDR эффективен для снижения интенсивности травматических воспоминаний. АСТ помогает работать с навязчивыми «картинами» через когнитивную дефузию. Их ограничение — игнорирование диадического контекста.

Эмоционально-фокусированная терапия (EFT) Джонсон — наиболее эмпирически обоснованный подход. RCT-исследования фиксируют улучшение у 70–75 % пар с сохранением эффекта через 2–3 года. EFT интегрирует теорию привязанности, объясняя как травму индивида, так и паттерны взаимодействия. Однако её критикуют за недостаточное внимание к когнитивным процессам.

4. Культурная адаптация к российскому контексту

Прямое копирование западных протоколов неэффективно. Эмпирические данные Кочетковой показывают: 68 % россиян считают измену поводом для немедленного развода (на Западе — 41 %), 54 % обращаются за поддержкой к родственникам (12 %), для 47 % значимо общественное мнение (8 %). Выделяются три ключевых фактора: патриархальные установки, коллективистская ориентация, специфика переживания стыда.

5. Интегративная фазовая модель

Предлагаемая модель включает четыре этапа.

Этап 1. Кризисная стабилизация. Снижение острой симптоматики: психообразование о природе флешбэков, элементы EMDR для десенсибилизации ярких образов, техники АСТ для когнитивной дефузии.

Этап 2. Восстановление диалога. Организация безопасного контакта, где обманутый партнёр выражает боль

без обвинений, а изменивший — раскаяние без оправданий. Используются протоколы EFT и Готтмана.

Этап 3. Анализ системных причин. Исследование цикла «погоня-дистанцирование», неудовлетворённых потребностей, нарушенных границ. Диагностика типа измены и стилей привязанности.

Этап 4. Реконструкция или сепарация. Выработка новых правил и ритуалов доверия (прозрачность, проверка реальностью) либо помощь в осмысленном завершении отношений.

Модель адаптирована к российской специфике через работу со стыдом, учёт расширенной семьи и адаптацию концепции прощения.

6. Программа эмпирической проверки

Предлагается трёхуровневый диагностический комплекс: **индивидуальный** (IES-R, BDI-II, CFQ), **диадический** (DAS, CPQ, Trust Scale, видеоанализ), **смысловой** (Heartland Forgiveness Scale, MLQ, интервью).

Литература:

1. Варга, А. Я. Системная психотерапия супружеских пар. — М.: Когито-Центр, 2017. — 342 с. — ISBN 978-5-89353-498-6.
2. Джонсон, С. Практика эмоционально-фокусированной парной терапии / С. Джонсон. — М.: Когито-Центр, 2019.
3. Кочеткова, Т. Н. Социальные представления о допустимости измены в контексте гендерных отношений / Т. Н. Кочеткова // Интернет-журнал «Мир науки». — 2017. — Т. 5, № 1. — URL: <http://mir-nauki.com/PDF/05PSMN117.pdf>.
4. Glass, S. P. Not “Just Friends”: Rebuilding Trust and Recovering Your Sanity After Infidelity / S. P. Glass, J. C. Staeheli. — N.Y.: Free Press, 2003. — ISBN 074322549X.
5. Johnson, S. M. Attachment injuries in couple relationships: A new perspective on impasses in couples therapy / S. M. Johnson, J. A. Makinen, J. W. Millikin // Journal of Marital and Family Therapy. — 2001. — Vol. 27, № 2. — P. 145–155. — DOI: 10.1111/j.1752-0606.2001.tb01152.x.
6. Steffens, B. A. The traumatic nature of disclosure for wives of sexual addicts / B. A. Steffens, R. L. Rennie // Sexual Addiction & Compulsivity. — 2006. — Vol. 13, № 2–3. — P. 247–267. — DOI: 10.1080/10720160600870802.

Психологические риски профессиональной деятельности психологов-консультантов: современное состояние исследований

Зотова Маргарита Владиславовна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье автор проводит контент-исследование печатных материалов на тему рисков профессиональной деятельности психологов-консультантов на современном этапе.

Ключевые слова: психолог-консультант, психологические риск-факторы, профессиональное выгорание, вторичная травматизация, эмоциональное истощение, деперсонализация.

Цель статьи — показать состояние изученности проблемы профессионального выгорания у психологов-консультантов в отечественной и зарубежной научной сфере. В ходе данного исследования были изучены материалы и научные статьи на русском и английском языках.

Заключение

Проведённый анализ позволяет сделать следующие выводы.

1. Супружеская измена — многоуровневый феномен, включающий нарушения на контрактном, аффилиативном и нарративном уровнях.

2. Существующие мономодели имеют границы. Наиболее эвристичной рамкой является EFT, требующая дополнения техниками АСТ/EMDR и культурной адаптации.

3. Предложенная интегративная фазовая модель (стабилизация → диалог → системный анализ → реконструкция) теоретически непротиворечива и операционализируема.

4. Для эмпирической апробации определён диагностический комплекс, позволяющий оценить эффективность модели в российском контексте.

Перспектива — эмпирическая проверка модели в сравнении с неструктурированным консультированием.

Проблема профессионального выгорания психологов-консультантов становится все более актуальной в связи с ускоряющимся темпом жизни, большим количеством стрессовых ситуаций и эмоциональной нагрузкой современной жизни. Политическая и экономическая не-

стабильность добавляют тревоги и неопределенности в жизни.

Психолог-консультант это человек, который является контейнером для всех негативных эмоций клиента. К психологу не идут с радостью. К психологу идут с проблемами, с тревогами, со страхами, с горем. И все эти эмоции и чувства психолог должен выслушать, выдержать, переварить сам и помочь справиться с ними клиенту.

Большинство исследований направлено на изучение специалистов социальных профессий. Даже те исследования, которые касаются непосредственно работников психологической сферы в большей степени касаются психотерапевтов и психиатров или проведены на специалистах конкретной сферы. Например, телефонные консультанты, работники психологической службы ФСИН и др. Исследований проведенных конкретно на психологах-консультантах значительно меньше.

Успешность психологического консультирования напрямую связана с личностью самого психолога-консультанта, с его умением и возможностью устанавливать терапевтический альянс с клиентом, давать эмоциональный отклик клиентам [9]. Специфика данной профессии состоит в постоянном эмоциональном напряжении, которое клиенты приносят на консультации. Для психолога-консультанта необходимо на каждой консультации проявлять эмпатию во взаимоотношениях с клиентами. Общение с клиентами является постоянным и регулярным. Оно насыщено эмоциональным напряжением, способным приводить к стрессу и развитию профессионального выгорания. Наряду с выгоранием, психологическими рисками способными проявиться у психологов-консультантов являются вторичная травматизация, эмоциональное истощение и деперсонализация.

В различных источниках такой феномен как выгорание именуется по разному. Одни исследователи применяют термин профессиональное выгорание, другие называют его эмоциональным выгоранием. И те и другие вкладывают в это понятие примерно одинаковые смыслы.

Все исследователи проблемы профессионального выгорания отмечают, что оно влияет на профессиональные результаты тех специалистов, которые работают в сфере «человек-человек».

Известный ученый и психиатр Герберт Фрейденбергер примерно в 1974 году ввел понятие «эмоциональное выгорание», наблюдая за работой врачей. В дальнейшем этот термин был распространен на другие профессии. Но наиболее подверженными эмоциональному выгоранию считаются социальные профессии. К такой группе риска относятся педагоги, врачи, журналисты, пожарные, работники сферы услуг, полицейские и психологи.

Н. Е. Водопьянова и Е. С. Старченкова в книге «Синдром выгорания: диагностика и профилактика» обозначают профессиональное выгорание как «неблагоприятную реакцию на рабочие стрессы, включающую в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты» [4].

Наиболее известной является трехфакторная модель предложенная К. Масlach и С. Джексон в 1981 г. [16]. Она состоит из следующих компонентов:

Эмоциональное истощение, при котором ощущается общая физическая усталость и истощение психических сил.

Деперсонализация, характеризующаяся формальным отношением к некоторым рабочим аспектам, выражающимся зачастую в межличностном взаимоотношении.

Редукция личных достижений, выражающаяся в утверждении своей неуспешности, в неуверенности в своей компетентности и профессионализме.

Вторичная травматизация часто наблюдается у психологов-консультантов в связи со спецификой работы. Клиенты во время консультаций делятся своими травмирующими ситуациями и в процессе работы повторяют отдельные моменты по несколько раз. Психолог-консультант вынужден постоянно сталкиваться, выслушивать травмирующие истории клиентов.

Вторичная травма или «вторичный травматический стресс» (Secondary Traumatic Stress — STS), — это изменения во внутреннем опыте психотерапевта (психолога, консультанта), которые возникают в результате его эмпатии и вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние [6, 12].

Несколько основных симптомов вторичного выгорания: повторное переживание травматического события в воспоминаниях или во сне

избегание ситуаций, мыслей, тем или иным образом связанных с травматическим событием

нарушение сна, трудности концентрации внимания и пр.

Практически все полученные результаты говорят о том, что вторичная травматизация и профессиональное выгорание очень тесно связаны и могут усиливать друг друга [12].

В то же время, такая личностная характеристика, как локус контроля значимо взаимосвязана с профессиональным выгоранием, но практически не имеет значения в процессе формирования синдрома вторичной травматизации (Малкина-Пых И. Г.) [7].

Mikaela Dehlin и Lars-Gunnar Lundh в статье *Compassion fatigue and compassion satisfaction among psychologists: Can supervision and a reflective stance be of help?* указывали, что в процессе работы психологи выслушивают тревоги, травмы, боль и другие деструктивные проявления клиентов и в какой-то степени сами испытывают эти чувства и эмоции. Это «неотъемлемая составляющая эмпатической заботы и сострадания, которые лежат в основе помогающего поведения» [11]

В статье *A Thematic Inquiry into the Burnout Experience of Australian Solo-Practicing Clinical Psychologists* авторы Trent E. Hammond, Andrew Crowther и Sally Drummond рассматривают выгорание «как синдром, состоящий из эмоционального истощения, деперсонализации и снижения чувства собственной эффективности» [13]. То есть эмоциональное истощение и деперсонализация это не отдельные синдромы, а часть синдрома выгорания. В тоже

время, в ходе исследования ими было установлено, что взаимосвязь между эмоциональным истощением и профессиональным выгоранием умеренная.

М. С. Быкова в своем исследовании взаимосвязи стажа работы психологов-консультантов и профессионального выгорания приходит к выводу, что «анализ выраженности симптомов профессионального выгорания показывает, что степень сформированности синдрома эмоционального выгорания зависит от стажа работы, при этом наиболее страдающая группа психологов-консультантов — это специалисты, имеющие стаж работы более 15 лет» [3].

Так же в данном исследовании были выявлены взаимосвязи с профессиональным выгоранием «таких индивидуально-психологических особенностей личности, как эмпатия, эмоциональный интеллект и мотивационно-потребностная сфера» [3].

Практически во всех исследованиях профессионального выгорания присутствует такая категория риск-факторов как профессиональные и организационные факторы. Данная категория включает в себя такие факторы риска как: профессиональная нагрузка (количество клиентов, график работы), тяжесть случаев, сфера консультирования, специфика работы.

Например, в исследовании Э. В. Жилиной указывается, что для психологов-консультантов телефона доверия одним из основных факторов риска выгорания является специфика работы, при которой консультант не видит клиента. Вследствие этого повышается уровень напряжения во время телефонного общения с клиентом [5].

О профессиональной нагрузке, как о риск факторе профессионального выгорания, говорится в исследованиях Николаевой В. К [8], Бойко В. В. [2], Адель О. А. [1]. Психолог-консультант не всегда может распределять свою нагрузку во времени и ограничивать количество клиентов в целом или клиентов с тяжелыми случаями, что несет за собой риск усталости и приводит к профессиональному выгоранию. Так же имеют место другие профессиональные нагрузки в виде отчетов и прочего, связанных со спецификой работы в различных учреждениях.

Профессиональное выгорание в целом, вторичная травматизация, эмоциональная усталость, деперсонали-

зация в частности — все эти и ряд других факторов оказывают влияние на психолога-консультанта. Это отражается на его физическом и психическом здоровье. Влияет на его благополучие и карьеру. Связано с самореализацией и удовлетворенностью от профессии и жизни в целом. В крайних проявлениях это приводит к уходу из профессии.

Профессиональное выгорание это состояние, в котором человек становится менее отзывчивым, менее эмпатичным, старается больше отстраниться от переживаний клиента, чтобы не вовлечься в его эмоциональные переживания. Это приводит к тому, что становится сложнее установить доверительные отношения с клиентом, что в свою очередь мешает полноценной работе психолога-консультанта и мешает достижению цели консультирования. Нарушается профессиональная этика. Повышается риск ошибок специалиста.

ВЫВОД. Изучение проблемы профессионального выгорания психологов-консультантов имеет ограниченные исследования. Большинство исследований направлены на отдельные категории специалистов определенных учреждений или, наоборот, широкого спектра специалистов социальной сферы, которые по роду деятельности вынуждены постоянно общаться с людьми и сталкиваться с их проблемами.

Исследования феномена выгорания по большей части направлены на изучение причины возникновения, риск-факторов, а также симптомы и признаки профессионального выгорания, вторичной травматизации, эмоциональной усталости и пр.

В некоторых исследованиях, например, в работе Тарасовой Е. В. Духовность как основа жизнеспособности психологов-консультантов (2020) [10], рассматривают не только факторы риска, но и факторы устойчивости консультанта. Это является важным аспектом для саморегуляции состояния психолога-консультанта.

Выявленные в данном обзоре высокие риски профессионального выгорания психологов-консультантов и ограниченное число исследований посвященных факторам устойчивости консультантов и стратегий профессиональной самоподдержки, определяет перспективу дальнейших исследований.

Литература:

1. Адель, О. А. Профессиональная устойчивость психологов-консультантов: факторы риска и способы совладания / О. А. Адель. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2025. — № 50 (601). — С. 735–737. — URL: <https://moluch.ru/archive/601/131342>.
2. Бойко В. В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб 1999. 105 с., с.47
3. Быкова М. С. Особенности профессионального выгорания психологов-консультантов с различными особенностями личности и разным стажем // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. — 2022. — № 4. — С. 193–208. DOI 10.35231/18186653_2022_4_193
4. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 258 с.
5. Жилина Э. В. Профессиональное выгорание психологов-консультантов телефона доверия // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2007. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-psihologov-konsultantov-telefona-doveriya> (дата обращения: 05.10.2026).

6. Ильина И. Г., Соловейчик М. Я. (ред.) Методические материалы по работе со вторичной травмой // Конфликт и травма. Вып.1. Актуальные вопросы оказания помощи при травматических и посттравматических стрессовых расстройствах. СПб., 2002.
7. Малкина-Пых И. Г. Взаимосвязь профессионального выгорания и вторичного травматического стресса в структуре личности психологов // Акмеология. 2010. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-professional-nogo-vygoraniya-i-vtorichnogo-travmaticheskogo-stressa-v-strukture-lichnosti-psihologov> (дата обращения: 19.09.2026).
8. Николаева Е. К. Проблема эмоционального выгорания в современном мире // Скиф. 2021. № 2 (54). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-emotsionalnogo-vygoraniya-v-sovremennom-mire> (дата обращения: 05.10.2026).
9. Поджио В. А., Зверева М. В. Риски профессионального выгорания у практикующих специалистов-психологов // Медицинская психология в России. — 2020. — Т. 12, № 3. — С. 2. doi: 10.24412/2219-8245-2020-3-2. URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2020_3_62/nomer09.php (дата обращения 19.09.2026)
10. Тарасова Е. В. Духовность как основа жизнеспособности психологов-консультантов // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2020. Т. 32. С. 73–85. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.32.73>
11. Dehlin M, Lundh LG. Compassion fatigue and compassion satisfaction among psychologists: Can supervision and a reflective stance be of help? J Pers Oriented Res. 2018 Dec 26;4(2):95–107. doi: 10.17505/jpor.2018.09. PMID: 33569136; PMCID: PMC7842650. URL: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7842650/?utm_source=openai#cit0010 (дата обращения: 19.09.2026)
12. Figley C. R. (Ed.) Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in those who treat the traumatised. NY., 1995.
13. Hammond TE, Crowther A and Drummond S (2018) A Thematic Inquiry into the Burnout Experience of Australian Solo-Practicing Clinical Psychologists. Front. Psychol. 8:1996. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01996

Современные подходы к помощи детям с психическими нарушениями: от раннего вмешательства до трудовых мастерских

Коннов Алексей Михайлович, психолог
ГБОУ г. Москвы «Школа № 654 имени А. Д. Фридмана»

В статье рассматриваются современные методы работы с детьми с психическими отклонениями. Среди этих методов автор приводит как доказательные методы, например, АВА-терапию, сенсорную интеграцию, функциональную коммуникацию и тренинги. Также рассматриваются практические методы. Особый интерес представляют конкретные примеры обучения навыкам в детских трудовых мастерских. Автор систематизирует ошибки, которые могут быть допущены некомпетентными специалистами при применении АВА-терапии, подробно разъясняя каждую из ошибок, отмечает необходимость участия семьи для успешного результата применения методов. В качестве развития рассматриваемого направления автор отмечает появление профессиональных альянсов и сообществ, появление которых в нашей стране стало важным трендом последних лет.

Ключевые слова: дети с психическими нарушениями, РАС, расстройства аутистического спектра, АВА-терапия, раннее вмешательство, трудовые мастерские.

Работа с детьми, у которых есть психические отклонения, — одно из самых сложных направлений в педагогике и медицине. По данным главного детского психиатра Кировской области Ирины Бочаровой, около 70 % всех расстройств в детской психиатрии — это так называемые пограничные состояния: эмоциональные, тревожные, поведенческие нарушения. Многие из них, если вовремя обратиться к специалисту, успешно поддаются коррекции [4]. Ключевой фактор здесь — раннее выявление и правильная организация помощи.

Сегодня специалисты всё чаще отходят от узкой, «диагностически-центричной» модели в пользу комплексного, меж-

дисциплинарного подхода. В его основе — несколько методов, которые доказали свою эффективность. Рассмотрим их более подробно.

Доказательные методы: что действительно работает

Прикладной анализ поведения (АВА-терапия) остаётся одним из самых востребованных и исследованных методов. Как отмечается в материалах Центра развития детей с аутизмом «Подсолнухи», АВА-терапия активно применяется для коррекции поведения и развития навыков у детей с расстройствами аутистического спектра [9].

Сенсорная интеграция — ещё один метод, который всё чаще используется в комплексе с поведенческими подходами. Исследования показывают, что занятия по этой методике помогают детям лучше справляться с повседневными задачами и улучшают их участие в различных видах деятельности.

Функциональная коммуникация и тренинги на основе ПФА/ТОН (процедуры функционального анализа поведения / тренинг ответной реакции) зарекомендовали себя в работе с подростками с аутизмом. В одном из исследований, опубликованном в журнале «Клиническая и специальная психология», описывается случай трёх подростков 11–12 лет, у которых в пубертатном периоде резко усилилось проблемное поведение. Вместо привычных методов коррекции специалисты использовали программу, обучающую подростков социально приемлемым способам коммуникации. Результаты показали значительное снижение проблемного поведения и улучшение взаимодействия со сверстниками [8].

Трудовые мастерские

Один из наиболее показательных примеров — проект «Сундучок: мастерская полезных навыков», реализованный в г. Жуковский. За год работы мастерской 14 подростков с ментальными нарушениями, включая расстройства аутистического спектра, не только освоили трудовые навыки, но и показали значительный прогресс в развитии ключевых компетенций. Согласно отчёту, опубликованному на платформе АСИ, подростки стали лучше концентрироваться, запоминать инструкции и выполнять последовательные действия. В сфере коммуникации произошли заметные сдвиги: многие участники начали чаще инициировать контакт, смотреть в глаза, использовать речь для выражения своих потребностей. Они учились управлять эмоциями, соблюдать правила и работать в группе [2].

Руководитель проекта Наталия Великовская подчёркивает: «Ребята раскрываются, свободнее говорят, развиваются не только навыки мелкой моторики, но и социальные навыки. Первые ростки дружбы уже дали плоды: они выбирают, с кем сидеть за столом, работают в паре, на мероприятиях держатся вместе. Для человека с аутизмом это огромный скачок» [2].

Ещё один важный пример — опыт Мастерской «Дом синего слона» в Иркутске. На конференции «Аутизм. Доказательные методы помощи детям с РАС и другими нарушениями развития», прошедшей в Грозном в августе 2026 года, врач и поведенческий аналитик Екатерина Родыгина представила работу с подростками по формированию навыков, необходимых для большей самостоятельности и будущей трудовой занятости [5].

Почему это так важно? У детей и подростков с РАС есть много поведенческих, сенсорных и коммуникационных трудностей, которые существенно влияют на их самостоятельность и личную реализацию, а также на формирование профессиональных навыков. В конечном итоге это может приводить не только к социальной изоляции,

депрессии и фрустрации, но и к невозможности самостоятельно зарабатывать себе на жизнь.

Для оценки и обучения навыкам в «Доме синего слона» применяют инструмент FISH (Functional Independence Skills Handbook). Он состоит из опросника и образцов уроков. Опросник предназначен для определения уровня самостоятельности в повседневной жизни. Оцениваются конкретные умения, что позволяет выявить «пробелы» и отслеживать прогресс при последующей оценке.

В опросник входят:

- навыки, необходимые для самостоятельной жизни и самообслуживания;
- способность управлять своими эмоциями и поведением, понимать чувства;
- когнитивные навыки (мышление, память, внимание и базовые академические навыки);
- сенсомоторные навыки;
- социальные навыки;
- речевые навыки;
- профессиональные навыки.

Особенно хотелось бы обратить внимание на профессиональные навыки. В данном инструменте оценивается 80 навыков: от подготовки к выходу на работу и выполнения инструкций до использования таких инструментов, как отвёртка, молоток и ножницы. А также навыки, необходимые для трудоустройства: заполнение заявления и прохождение собеседования.

В «Доме синего слона» реализуется обучение навыкам:

- швейное дело и вязание;
- работа с глиной и бетоном;
- свечеварение и мыловарение;
- работа с кожей на прессе.

Специалисты ведут учёт своих достижений и неудач при использовании того или иного метода, фиксируют плюсы и минусы каждого из этих направлений. Такой подход помогает специалистам и родителям видеть не только привлекательные стороны мастерской, но и реальные ограничения, риски и зоны роста.

Например, для шитья плюсом будут ритмичные повторяющиеся успокаивающие движения, приятные тактильные ощущения от ткани, быстрый результат — может быть залогом хорошего подкрепления, возможность усложнения и выстраивания освоения навыков от простого к сложному, развитие моторных функций и внимания. Минусом для шитья может стать сложная работа с настройкой машины, достаточно сильный шум от машины, сложность исправления ошибок и риск травм при использовании острых игл и ножниц.

И так рассматривается каждое направление. Таким образом формируется база знаний и опыта работы с разными детьми с учётом их особенностей. Для каждого направления разрабатывается список необходимых навыков и методы их достижения. Дети с разными особенностями и при использовании разных подходов могут достичь существенного прогресса при точечной работе и определённом методе обучения.

В этом центре уделяется большое внимание методам обучения и необходимым подсказкам. Подсказки нужны не только самим людям с РАС, но и тем тьюторам и волонтерам, которые помогают своим подопечным на пути овладения профессиональными навыками. Составление таких маршрутов освоения профессии особенно важно для людей с особенностями развития. Это помогает видеть путь и понимать, как его реализовать, как специалистам, так и родителям.

Ошибки применения АВА: почему метод иногда дискредитируют

Однако у любого доказательного метода есть обратная сторона: он работает только в руках квалифицированного специалиста. Там, где АВА-терапия применяется формально, без супервизии, анализа мотивации и внимания к коммуникации, она может не помогать, а вредить. Именно такие случаи нередко дискредитируют саму идею поведенческого анализа и термин «АВА».

PECS: буква Е важнее Р, или Как не вырастить «немного тирана»

Аббревиатура PECS (Picture Exchange Communication System) — это ловушка для многих. Все слышат Р (Picture) и думают: «Ага, сейчас распечатаю картинки, заламинирую — и ребёнок заговорит». Но PECS — это не «кнопочный аппарат по выдаче зефира» и не альтернативная коммуникация в виде простого тыканья пальцем в планшет.

Клиническая ошибка начинается там, где PECS превращают в инструмент обслуживания проблемного поведения. Это не коммуникация, а её имитация, которая на дистанции может усиливать нежелательное поведение.

PECS — это прежде всего коммуникативная инициатива. Это про Е — Exchange (обмен) и S — System (система). Шестая фаза, комментарий «Я вижу...» — это высший пилотаж, доступный единицам терапевтов. Если ребёнок не прошёл фазу разрыва дистанции и поиска коммуникативного партнёра по всей комнате, а просто тычет пальцем в планшет на столе — это не PECS, это «дай». Это даже не поведенческая терапия, это обслуживание в ресторане быстрого питания.

«Более эффективный тиран» и стеклянный колпак кабинета

Вторая частая ошибка — отсутствие генерализации [6]. Специалист, часто молодой и без супервизии, выстраивает управляемость в стерильных условиях: стул, стол, инструкция, жетон. Его эмоциональная новизна для ребёнка, его настойчивость и подкрепление дают результат. У него получается. Он снимает видео для мамы, чтобы доказать: «Видите, Ваня может сидеть 20 минут!»

Что видит мама дома? Ваня сидит 5 секунд, а потом разносит кухню. Что получает Ваня? Он выучил дискри-

минативный стимул. Он знает: в этом кабинете с этой тётей надо сидеть и получать конфеты. А в остальной Вселенной мама всё равно сломается на третьей минуте истерики и даст планшет. Так формируется не самостоятельность, а «более эффективный тиран» — ребёнок, который научился управлять взрослыми в одних условиях и не переносит навык в другие.

Неправильный выбор вознаграждения

Ошибка новичков: «Он любит печенье». Всё. Сессия строится на печенье. Но есть разница между С (Consequence) — последствием и R (Reinforcer) — тем, что действительно усиливает поведение. Часто специалист использует предмет, который приятен ребёнку, но не усиливает учебное поведение. Ребёнок съел печенье, и ему стало всё равно, потому что сенсорная потребность сейчас в прыжках на фитболе, а не в сладком.

Вознаграждение должно быть:

1. Индивидуальным — с опорой на анализ МО (мотивационных операций).
2. Конкурирующим с автоматическим подкреплением. Если ребёнок кайфует от верчения колеса машинки, печенье — слабый соперник [3].

Опасное вознаграждение

Это уже не ошибка, а ятрогения — вред, нанесённый лечением. Мясные снеки и солёные палочки — отдельная боль многих специалистов. В США коллеги давно бьют тревогу по поводу пищевой избирательности и соматических последствий интенсивной терапии. Но у нас это цветёт пышным цветом.

Ребёнок с РАС часто имеет сниженную чувствительность вкусовых рецепторов и не чувствует насыщения солью. Использовать копчёные колбаски или чипсы как поощрение за каждый взгляд в глаза — это прямой путь к таким заболеваниям, как:

- артериальной гипертензии в детстве;
- перегрузке почек, особенно при сопутствующей дегидратации, типичной для аутистов;
- формированию условного рефлекса на солёное, который потом ломает всю диетологию.

АВА-терапия — это ювелирная нейрохирургия поведения. У нас в руках скальпель. Многие «специалисты» с визгом бегают с бензопилой, отрезая ребёнку возможность научиться коммуникации, подменяя её дрессировкой морского котика в бассейне, который потом на берегу гибнет от обезвоживания и гипертонии, потому что его кормили солёной рыбой за трюки.

Семья как часть системы

Кстати, практика показывает, что успех коррекционной работы во многом зависит от активного участия семьи. Как отмечает детский психоневролог Марс Ха-

литов, работа с родителями, а иногда и с бабушками, бывает сложнее, чем постановка диагноза. Случается, что родители детей-инвалидов появляются на приёме лишь перед очередным визитом в МСЭ для подтверждения инвалидности, что, по словам врача, вызывает горечь и обиду за ребёнка [7].

В то же время Ирина Бочарова подчёркивает важность условий, создаваемых в семье: «Психическое здоровье ребёнка, особенно в возрасте до 10 лет, очень связано с психическим состоянием родителей, и условиями, которые создаются для детского благополучия в семье» [4].

Профессиональные альянсы и сообщества

Важным трендом последних лет стало создание профессиональных альянсов и сообществ. В 2019 году три организации — Центр лечебной педагогики «Особое детство», СПб БОО «Перспективы» и АНО ДЦ «Прикосновение» — объявили о создании Альянса профессиональных организаций, поддерживающих детей и взрослых с психическими нарушениями.

В манифесте Альянса, опубликованном на его сайте, сформулированы ключевые цели: помогать людям с психическими нарушениями реализовывать право на

обычное детство и взрослость, добиваться доступности передовых лечебно-педагогических практик на всей территории России, противодействовать дискриминации и содействовать распространению уважительного отношения к особым детям и взрослым [1].

Заключение

Современный подход к помощи детям с психическими отклонениями — это не отдельные методики, а комплексная система, объединяющая усилия врачей, педагогов, психологов и семьи. Раннее выявление нарушений, использование доказательных методов (АВА-терапия, сенсорная интеграция, функциональная коммуникация), вовлечение родителей и создание поддерживающей среды — вот те принципы, которые сегодня признаются наиболее эффективными.

И, что важно, эти принципы находят подтверждение в конкретных проектах, меняющих жизни детей и их семей к лучшему. Но не менее важно помнить: метод — это инструмент. Скальпель в руках хирурга спасает, а бензопила в руках дилетанта калечит. Поэтому так нужны супервизия, честный разбор ошибок, уважение к ребёнку и внимание к его коммуникации, а не только к удобству взрослых.

Литература:

1. Альянс профессиональных организаций, поддерживающих детей и взрослых с психическими нарушениями. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://mental-alliance.ru/> (дата обращения: 05.10.2026).
2. В Жуковском 14 особенных подростков освоили навыки работы в мастерской. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://asi.org.ru/report/2026/04/01/v-zhukovskom-14-osobennyh-podrostkov-osvoili-navyki-raboty-v-masterskoi/#content#1> (дата обращения: 05.10.2026).
3. Ваниева В. Ю., Титаренко А. В. АВА-терапия как средство повышения учебной мотивации у детей с расстройством аутистического спектра // Вестник ГГНТУ. Гуманитарные и социально-экономические науки. — 2022. — Т. 18. — № 1 (27). — С. 67–73.
4. Главный детский психиатр Кировской области: хотите заинтересовать ребенка учебой — разрешите ему ошибаться. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.medkirov.ru/news/docid/FF1460-2021.html> (дата обращения: 05.10.2026).
5. Екатерина Родыгина: «Школа закончится, все разрушится, вообще ничего не будет — родители так ощущают». [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://autismjournal.help/articles/ekaterina-rodygina-shkola-zakonchitsya-vse-razrushitsya-voobsche-nichego-ne-budet-roditeli-tak-oschuschayut#1> (дата обращения: 05.10.2026).
6. Жулина Е. В., Ежова И. А. Применение методики АВА в активизации речи детей дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра // Проблемы современного педагогического образования. — 2023. — № 81–3. — С. 102–104.
7. Золотое сердце доктора Халитова. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://baymak03.ru/about/news/1834/?special=Y> (дата обращения: 05.10.2026).
8. Попова О. А., Бутузова Н. Г., Доброва О. Н., Савенкова Е. В. Гибкость вместо упрямства — тренинг функциональной коммуникации подростков с аутизмом. Исследование случаев в школьной среде // Клиническая и специальная психология. — 2025. — Том 14. № 2. — С. 164–178. <https://doi.org/10.17759/cpse.2025140210>.
9. Центр АВА-терапии и нейропсихологии. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://podsolnuhi.org/> (дата обращения: 05.10.2026).

Точки соприкосновения: как психология и религия вместе исследуют человеческую душу

Николаева Елена Дмитриевна, студент
Забайкальский государственный университет (г. Чита)

Ключевые слова: психология, религия, душа, психика, ментальное здоровье, духовные практики, психотерапия, духовный байпас, ценности, экзистенциальный кризис, интегративный подход, логотерапия, пастырская психология.

Долгое время научная психология и религия воспринимались как непримиримые соперники. С одной стороны — строгий эмпирический подход, зародившийся в лабораториях конца XIX века, с другой — многовековой опыт духовных традиций, опирающийся на веру и откровение. Однако современный кризис ментального здоровья и поиск идентичности заставляют ученых и религиозных мыслителей пересмотреть границы этого противостояния. Сегодня становится очевидным: обе дисциплины изучают один и тот же объект — внутренний мир человека, его душу и психику.

Общий корень и разные языки

Слово «психология» буквально переводится как учение о душе. Исторически именно религия предлагала человеку целостную картину мира, систему ценностей и способы справляться со страданиями. Когда научная психология обособилась, она перевела многие духовные понятия на язык терминов.

То, что в религиозной традиции веками называлось страстями, греховными помыслами или унынием, в кабинете психотерапевта получил названия деструктивных паттернов, когнитивных искажений и депрессивных состояний. Например, знаменитые архетипы Карла Густава Юнга во многом черпают вдохновение из мифологических и религиозных образов. Таким образом, психология не заменяет религию, а предлагает иной инструментарий для работы с теми же человеческими проявлениями.

Важно отметить, что разрыв между научным и религиозным знанием во многом носил искусственный характер, обусловленный эпохой позитивизма. Исторические психоаналитические и бихевиоральные школы стремились доказать свою полную независимость от метафизики, что привело к временному обеднению психологического понимания человека. Из поля зрения исследователей на десятилетия выпали такие феномены, как трансцендентность, бескорыстная любовь, самопожертвование и глубинное переживание священного, которые составляют ядро человеческого опыта.

Психологические функции религиозной веры

С точки зрения современной науки, религиозные практики оказывают прямое и измеримое влияние на психическое благополучие человека. Можно выделить несколько ключевых пересечений:

1. Экзистенциальная опора и смыслообразование: Религия отвечает на фундаментальные вопросы о смысле жизни, страдании и смерти. Человек, обладающий сформированным мировоззрением, легче переносит жизненные кризисы, поскольку видит в них высший замысел или урок, а не слепой хаос. Наличие макросмысла, как доказывал Виктор Франкл, является главным фактором выживания и психологической устойчивости личности в экстремальных условиях.

2. Регуляция эмоциональных состояний: Молитва, медитация, участие в таинствах и ритуалах действуют как мощные терапевтические инструменты. Они снижают уровень тревоги, даруют ощущение безопасности и помогают пережить горе. С точки зрения нейропсихологии, эти практики стабилизируют работу нервной системы, снижают уровень кортизола и активируют парасимпатический отдел, отвечающий за расслабление и восстановление.

3. Социальная интеграция: Религиозная община выполняет важнейшую терапевтическую функцию — защищает человека от одиночества, предоставляя ему здоровую среду, поддержку единомышленников и чувство принадлежности к большой группе. В эпоху тотальной атомизации общества и кризиса доверия община становится уникальным пространством, где реализуется базовая потребность человека в безопасной привязанности и социальном признании.

Невротическая религиозность и «духовный байпас»

Взаимосвязь этих сфер не всегда бесконфликтна. Психологи часто сталкиваются с феноменом невротической религиозности, когда вера используется как деструктивный защитный механизм.

Человек может уходить в обрядовость, чтобы сбежать от реальных жизненных проблем, инфантильно перекладывая всю ответственность на высшие силы. В психотерапии это называют «духовным байпасом» (spiritual bypassing) — попыткой решить психологические травмы или межличностные конфликты исключительно через духовные практики, игнорируя реальную работу над собой. В таких случаях религиозные догмы могут трансформироваться в жесткое суперэго, порождая непреходящее чувство вины, стыда и страха наказания.

Невротическая вера подменяет подлинное духовное развитие внешним конформизмом. Вместо того чтобы

развивать эмпатию и способность к прощению, индивид может использовать религиозный статус для подкрепления собственной гордыни или нарциссической исключительности. В этих условиях психотерапевтическая помощь становится необходимой для деконструкции токсичных убеждений и возвращения человека к аутентичному, зрелому восприятию как самого себя, так и духовной реальности.

Исторический контекст взаимодействия: от конфронтации к диалогу

Чтобы глубже понять современное сближение психологии и религии, необходимо обратиться к истории их взаимоотношений. Начальный этап развития психологии как самостоятельной науки характеризовался острым радикализмом. Зигмунд Фрейд в своих трудах «Тотем и табу» и «Будущее одной иллюзии» рассматривал религию как коллективный невроз и проекцию инфантильной потребности в отцовской защите. Подобный взгляд надолго закрепил в академической среде подозрительное отношение к любым проявлениям духовности.

Перелом в этом противостоянии наметился благодаря работам Карла Густава Юнга и представителей гуманистического направления. Юнг утверждал, что религиозная функция является имманентной потребностью человеческой психики, а отрицание духовного измерения ведет к невротизации личности. Позже Абрахам Маслоу ввел понятие «пиковых переживаний» (peak experiences), описывая мистический и трансцендентный опыт как высшее проявление психологического здоровья и самоактуализации.

В конце XX века сформировалась трансперсональная психология, которая открыто сделала своим предметом изучение измененных состояний сознания, духовного кризиса и около смертных переживаний. Параллельно развивалась когнитивно-поведенческая терапия третьей волны, начавшая активно заимствовать восточные созерцательные практики. Этот исторический путь демонстрирует эволюцию психологической мысли от полного отрицания метафизики к признанию ее колоссального терапевтического потенциала.

Пастырская психология и религиозно-ориентированная психотерапия

Практическим воплощением синергии двух систем стало появление специализированных дисциплин. Пастырская (или христианская) психология, активно развивающаяся как за рубежом, так и в России, ставит своей целью соединить святоотеческое наследие о внутреннем устройстве человека с достижениями современной доказательной психотерапии. Священнослужители все чаще проходят курсы психологического консультирования, чтобы уметь отличать духовный кризис (требующий пастырского окормления) от клинической депрессии или эндогенных психических расстройств (требующих вмешательства психиатра).

С другой стороны, в мусульманских странах активно развивается исламская психотерапия, базирующаяся на концепциях очищения души (тазкия ан-нафс). В рамках этого подхода психологические проблемы рассматриваются через призму духовного состояния человека, а терапевтические интервенции согласуются с предписаниями Корана и Сунны. Наличие таких направлений позволяет верующим людям получать квалифицированную ментальную помощь, не опасаясь, что их базовые ценности будут подвергнуты высмеиванию или деструктивной критике со стороны терапевта.

Важно понимать, что религиозно-ориентированная психотерапия не является заменой классического лечения. Она выступает в качестве моста, позволяющего интегрировать глубокие смысловые пласты личности в процесс исцеления. Психолог в данном случае уважает автономию клиента и использует его религиозный лексикон как наиболее точный и понятный инструмент для описания внутренних феноменов.

Феномен духовного кризиса и его дифференциальная диагностика

Одной из сложнейших зон совместного ведения психологии и религии является феномен духовного кризиса, или «темной ночи души». Этот термин, пришедший из христианской мистики, описывает состояние глубокой потери смыслов, ощущения оставленности и краха прежней системы ценностей. Для неискушенного наблюдателя или врача-психиатра жесткого биомедицинского направления такое состояние может казаться проявлением клинической депрессии или даже дебютом шизофрении.

Дифференциальная диагностика здесь имеет критическое значение. В отличие от патологического процесса, духовный кризис, несмотря на всю свою болезненность, носит развивающийся, эволюционный характер. Человек в этот период активно ищет новые ответы, переоценивает свою жизнь и стремится к подлинной интеграции. Психологическая помощь при духовном кризисе заключается не в купировании симптомов медикаментами, а в сопровождении личности через этот «плавающий котел» трансформации.

Взаимодействие психолога и священника в таких ситуациях позволяет избежать двух крайностей: медикализации нормального духовного поиска и, наоборот, «вымаливания» тяжелых психических патологий, требующих срочной фармакотерапии. Своевременное перенаправление клиента от одного специалиста к другому спасает жизни и обеспечивает наиболее экологичный путь к выздоровлению.

Синергия в современной практике

Современная терапевтическая среда все чаще уходит от воинствующего атеизма к уважению духовного опыта клиента. Появились такие направления, как христианская психология, исламская психотерапия, а также секулярные

методы, выросшие из буддийских практик (например, терапия осознанности — Mindfulness).

Специалисты понимают: если для клиента вера является базовым ресурсом, психолог обязан учитывать этот контекст, а не разрушать его. В то же время и религиозные институты начинают относиться к психотерапии с большим доверием, признавая, что священник помогает человеку в его духовном возрастании, а психолог — в исцелении душевных травм и неврозов.

Интегративный подход предполагает, что терапевт обладает так называемой духовной компетентностью. Это означает способность безоценочно исследовать религиозный мир клиента, понимать специфику его духовных практик и использовать этот ресурс для преодоления посттравматических состояний, зависимостей и межличностных конфликтов. Психология дает инструменты для горизонтальной адаптации человека в социуме, тогда как религия отвечает за вертикальное измерение — трансцендентные цели и высшее предназначение.

Литература:

1. Братусь, Б. С. Аномалии личности.: фундаментальное монографическое исследование / Б. С. Братусь. — 2-е издание «Никея». — «Никея», 2019. — 912 с. — Текст: непосредственный.
2. Абрахам, Г. М. «По направлению к психологии бытия. Религии, ценности и пик-переживания»: научнопопулярное/теоретическое издание / Г. М. Абрахам. — М.: «Эксмо-Пресс», 2002. — 270 с. — Текст: непосредственный.
3. Виктор, Э. Ф. «Человек в поисках смысла»: научнопопулярный и научнотеоретический сборник / Э. Ф. Виктор. — М.: Прогресс, 1990. — 368 с. — Текст: непосредственный.
4. Зигмунд, Фрейд Тотем и табу. Психология первобытной культуры и религии: научная работа / Фрейд Зигмунд. — М.: Эксмо, 2026. — 224 с. — Текст: непосредственный.
5. Юнг, К. Г. Архетип и символ.: Фрагмент авторского сборника / К. Г. Юнг. — М.: Ренессанс, 1991. — 74 с. — Текст: непосредственный.
6. Джон, Уэлвуд К психологии пробуждения. Буддизм, психотерапия и путь личностной и духовной трансформации: авторская работа / Уэлвуд Джон. — М.: «Ганга», 2023. — 532 с. — Текст: непосредственный.

Заключение

Психология и религия — это не взаимоисключающие, а комплиментарные системы. Религия задает человеку вектор движения, вертикаль ценностей и этические ориентиры. Психология же помогает расчистить «завалы» на пути к этой вертикали, освобождая личность от детских травм, страхов и *complexes*. Интеграция этих подходов позволяет взглянуть на человека во всей его полноте — как на существо не только биологическое и социальное, но и духовное.

В XXI веке, на фоне стремительного технологического прогресса и сопутствующего ему экзистенциального вакуума, потребность в комплексном подходе к человеческой душе становится острее, чем когда-либо. Дальнейший открытый диалог между академической наукой и вековым духовным опытом позволит выработать новые, более эффективные стратегии поддержки ментального здоровья, способные вернуть человеку ощущение целостности, гармонии и глубокого внутреннего мира.

Влияние социальных сетей на психологическое состояние современной молодежи

Пастухова Ева Дмитриевна, студент

Научный руководитель: Швецова Мария Павловна, преподаватель
Карагандинский технический университет имени Абылкаса Сагинова (Казахстан)

В работе исследуется воздействие цифровых платформ на психику молодых людей. Отмечается двойственный характер этого влияния: с одной стороны — расширение коммуникации и доступ к информации, с другой — рост тревожности, снижение самооценки и формирование зависимости. Приводятся данные опроса, подтверждающие связь между временем, проводимым в соцсетях, и эмоциональным состоянием. Обозначены направления профилактики негативных эффектов.

Ключевые слова: социальные сети, молодёжь, психологическое состояние, интернет-зависимость, тревожность, самооценка, цифровая среда, цифровая грамотность.

Введение

Молодое поколение выросло в условиях постоянного присутствия онлайн-среды. Социальные платформы стали привычным инструментом общения, самовыражения и получения новостей. Однако наряду с удобством они несут

риски для эмоционального благополучия. Постоянное сравнение себя с другими, погоня за одобрением и информационная перегрузка способны вызывать напряжение, неуверенность и подавленность. Изучение этой проблемы важно для сохранения психологического здоровья молодых людей.

Актуальность темы подтверждается данными Европейского парламента: по оценкам, психические расстройства среди молодёжи ЕС обходятся обществу примерно в €1,68 трлн за период 2024–2033 годов при сохранении текущей политики. Исследования показывают, что 82 % швейцарцев поддерживают запрет смартфонов в школах, что отражает растущую обеспокоенность общества.

Цель настоящей работы — выявить характер влияния социальных сетей на психологическое состояние молодёжи.

Теоретические подходы к проблеме:

Психофизиологический подход

С нейробиологической точки зрения использование социальных сетей стимулирует выброс дофамина — нейромедиатора, связанного с системой вознаграждения. Профессор нейронаук Манфред Шпитцер отмечает, что постоянные уведомления и лайки создают эффект, сходный с механизмами формирования зависимости. Это объясняет, почему молодые люди часто испытывают трудности с контролем времени, проводимого в приложениях.

Социально-психологический подход

Исследования выявляют связь между использованием социальных сетей и показателями удовлетворённости жизнью. Данные по 15 странам с наиболее низкими показателями удовлетворённости демонстрируют отрицательную корреляцию между временем в соцсетях и благополучием. При этом гендерный анализ показывает, что девушки более уязвимы к негативным эффектам: разрыв в показателях вреда между девушками и юношами наблюдается в большинстве стран.

Методология исследования

Применялись анализ научных источников, анкетирование и психодиагностические методики. Эмоциональное состояние оценивалось по шкале тревожности и опроснику самооценки. Время использования соцсетей фиксировалось с помощью самоотчётов и статистики приложений.

Выборка

В опросе участвовали 80 человек в возрасте 16–23 лет (школьники и студенты). Участники были разделены на группы по количеству часов, проводимых в социальных сетях ежедневно.

Таблица 1. Распределение участников по группам

Группа	Время в соцсетях	Количество человек
Группа А	Менее 2 часов	22
Группа Б	2–4 часа	31
Группа В	Более 4 часов	27

Инструментарий

Анкета собственной разработки, шкала ситуативной тревожности, опросник самооценки, встроенная статистика экранного времени, методы математической статистики.

Результаты исследования

Уровень тревожности

У участников группы В (более 4 часов) средний показатель ситуативной тревожности составил 48,3 балла, что достоверно выше ($p < 0,05$), чем в группе А (34,7 балла). Промежуточное положение занимает группа Б (41,2 балла).

Таблица 2. Средние показатели по группам

Группа	Тревожность (баллы)	Самооценка (баллы)
Группа А	34,7	28,4
Группа Б	41,2	24,1
Группа В	48,3	20,6

Уровень самооценки

Прослеживается обратная закономерность: чем больше времени участники проводят в социальных сетях, тем ниже показатели самооценки. Разница между крайними группами составляет 7,8 балла.

Признаки зависимости

В группе В 63 % участников отметили, что испытывают беспокойство при невозможности проверить уведомления. В группе А этот показатель составил 14 %.

Обсуждение результатов

Полученные данные согласуются с международными исследованиями. Региональный доклад SEGIB и ОИЖ подчёркивает, что цифровая трансформация не устраняет структурные неравенства, а зачастую усиливает их. Молодые женщины сталкиваются с более высокими уровнями цифрового насилия, что напрямую влияет на психическое здоровье.

Европейский союз рассматривает психическое здоровье молодёжи как приоритетную область политики. В рамках Стратегии ЕС по делам молодёжи на 2019–2027 годы mental health выделен как одна из 11 европейских молодёжных целей. В 2023 году принята Комплексная стратегия по психическому здоровью с бюджетом €1,23 млрд, включающая 20 флагманских инициатив.

Профилактика негативных последствий

Развитие цифровой грамотности

Обучение критическому восприятию онлайн-контента, пониманию алгоритмических механизмов и осознанному управлению временем в приложениях. Испанский министр по делам молодёжи Сира Рего призывает к «демократическому регулированию цифрового пространства», включающему алгоритмическую прозрачность и критическую грамотность.

Информационная работа с родителями и педагогами

Повышение осведомлённости взрослых о рисках чрезмерного использования социальных сетей. Швейцарский парламент рассматривает меры по защите детей и подростков от вредного использования платформ.

Вывод

Социальные сети оказывают неоднозначное влияние на психологическое состояние молодёжи. Умеренное использование расширяет возможности общения и самовыражения, тогда как чрезмерное сопровождается ростом тревожности, снижением самооценки и признаками зависимости. Полученные данные подтверждают необходимость комплексного подхода: информационная работа, развитие цифровой грамотности, формирование здоровых привычек использования онлайн-платформ и институциональные меры регулирования. Особого внимания требуют уязвимые группы, включая девушек и молодых людей с предрасположенностью к интернализирующим расстройствам.

Литература:

1. European Parliament. Mental health of young people in a digital era: Cost of non-Europe report. Think Tank, 2026. Авторы: Claudia Koreimann-Özkan, Filippo Sinicato URL: [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/pt/document/EPRS_STU\(2026\)774672](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/pt/document/EPRS_STU(2026)774672)

2. Dose-Response Slopes by Gender. In: Void Framework Paper. Zenodo. Авторы: в источнике не указаны (открытая платформа Zenodo) URL: <https://www.zenodo.org/records/19599775/files/void-framework-paper173.pdf>
3. SEGIB, OIJ. El impacto de la digitalización en la salud mental y el bienestar psicosocial de los jóvenes en Iberoamérica. 2026. Авторы: Secretaría General Iberoamericana (SEGIB) и Organización Iberoamericana de Juventud (OIJ) URL: <https://segib.org/pt/publicacion/entre-a-vulnerabilidade-e-a-oportunidade-saude-mental-juvenil-em-ambientes-digitais/>
4. Swiss Parliament. Protéger les enfants et les adolescents de l'utilisation nocive des réseaux sociaux. 2025. Автор: Céline Vara (член Совета кантонов Швейцарии) URL: https://www.parlament.ch/centers/documents/de/SR_5207_2503.pdf
5. Deutsches Ärzteblatt. Digitalisierung: Psychisch kranke Jugendliche verbringen mehr Zeit auf sozialen Medien. 2025. Авторы: в источнике не указаны (редакционная статья журнала) URL: <https://www.aerzteblatt.de/archiv/titel/pp/2025/9/digitalisierung-psychisch-krank-jugendliche-verbringen-mehr-zeit-auf-sozialen-medien>
6. Council of Europe. Insights into youth mental health. 2025. Авторы: EU-Council of Europe Youth Partnership URL: <https://ppj-eu.coe.int/documents/42128013/105305579/Insights+into+youth+mental+health.pdf>

Взаимосвязь академической мотивации и психологического благополучия студентов: теоретический анализ

Сартакова Алина Александровна, студент

Алтайский государственный педагогический университет (г. Барнаул)

В статье рассматривается теоретическая взаимосвязь академической мотивации и психологического благополучия студентов с позиций теории самодетерминации. Анализируются типологии академической мотивации и многомерная модель психологического благополучия К. Рифф. Обосновывается роль удовлетворения базовых психологических потребностей как механизма, связывающего качество мотивации с уровнем благополучия.

Ключевые слова: академическая мотивация, психологическое благополучие, теория самодетерминации, базовые психологические потребности, студенты.

Введение

Студенческий возраст — период активного личностного и профессионального становления, в котором учебная деятельность занимает центральное место. Влияние учёбы на психологическое благополучие зависит не только от того, сколько студент учится, но и от того, почему он это делает. Качество академической мотивации может выступать значимым предиктором психологического благополучия.

Актуальность темы обусловлена ростом академического стресса и эмоционального выгорания среди студентов [1], а также смещением фокуса психологии мотивации с количественных показателей на качественные. Цель статьи — теоретический анализ взаимосвязи академической мотивации и психологического благополучия студентов на основе теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана [2].

Теоретические основания

Теория самодетерминации (SDT) — одна из наиболее влиятельных современных теорий мотивации [2]. Её центральный тезис: качество мотивации определяется степенью её автономности, то есть тем, насколько поведение

исходит из внутреннего «Я» человека, а не навязывается внешними силами.

Типология академической мотивации

Шкала академической мотивации (AMS) выделяет семь подтипов мотивации, образующих континуум от автономных до контролируемых форм.

Внутренняя мотивация — наиболее качественная форма, включающая три подтипа: мотивация познания (удовольствие от узнавания нового), мотивация достижения (удовольствие при преодолении трудностей) и мотивация стимуляции (возбуждение при чтении интересного материала). Учебная деятельность здесь сама по себе является источником удовлетворения.

Внешняя мотивация делится на три подтипа по степени автономии. Идентифицированная регуляция — наиболее автономная форма: студент признаёт ценность учёбы для собственных целей. Интроецированная регуляция связана с интернализованным давлением (чувство вины, поддержание самооценки). Внешняя регуляция определяется наградами и наказаниями — оценками, одобрением, перспективой трудоустройства.

Амотивация — отсутствие мотивации, ощущение бессмысленности учебной деятельности [3].

Типы мотивации не взаимоисключающи: у одного студента могут одновременно присутствовать несколько форм, образуя индивидуальный мотивационный профиль, который во многом определяет его психологическое состояние.

Многомерная модель психологического благополучия

В исследовании используется модель К. Рифф [4], включающая шесть измерений: самопринятие, позитивные отношения с другими, автономия, управление средой, личностный рост и цель в жизни. Модель основана на эвдемонистическом понимании благополучия как полноценного функционирования личности, что делает её особенно релевантной для учебного контекста: она акцентирует развитие, смысл и реализацию потенциала. Русскоязычная адаптация опросника выполнена Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко [5].

Механизм взаимосвязи

Согласно SDT, человек имеет три базовые психологические потребности — в автономии, компетентности и связанности. Их удовлетворение ведёт к росту и благополучию, фрустрация — к ухудшению функционирования [2].

Качество академической мотивации отражает степень удовлетворения этих потребностей. Внутренняя мотивация естественно удовлетворяет автономию и компетентность; идентифицированная регуляция также поддерживает автономию. Внешняя и интроецированная регуляция связаны с фрустрацией автономии, а амотивация — с дефицитом всех трёх потребностей.

Таким образом, выстраивается модель: тип академической мотивации → удовлетворение базовых потребностей → психологическое благополучие. Она объясняет, почему разные формы мотивации по-разному влияют на благополучие: дело не в наличии мотивации как таковой, а в том, какие психологические потребности она позволяет удовлетворить.

Литература:

1. Гордеева Т. О., Сычев О. А., Осин Е. Н. Внутренняя и внешняя учебная мотивация студентов: их источники и влияние на психологическое благополучие // Вопросы психологии. 2013. № 1. С. 35–45.
2. Deci E. L., Ryan R. M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health // Canadian Psychology. — 2008. — Vol. 49, № 3. — P. 182–185.
3. Vallerand R. J., Pelletier L. G., Blais M. R. et al. The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education // Educational and Psychological Measurement. — 1992. — Vol. 52, № 4. — P. 1003–1017.
4. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. — 1995. — Vol. 69, № 4. — P. 719–727.
5. Маркова А. К. Формирование мотивации учения. М.: Просвещение, 1990.

Эмпирические подтверждения

Исследования Р. Валлеранда и соавторов [3] показывают, что внутренняя мотивация и идентифицированная регуляция связаны с положительными учебными и психологическими исходами, тогда как амотивация — с негативными. Метааналитические обзоры в рамках SDT демонстрируют устойчивую связь автономных форм мотивации с благополучием [2]. Студенты, воспринимающие учебную среду как поддерживающую автономию, показывают более высокие показатели психологического благополучия, вовлечённости и успеваемости. При этом большинство исследований выполнено на западных выборках; культурная специфика связи мотивации и благополучия в российском контексте изучена недостаточно.

Практические выводы

Анализ позволяет сформулировать рекомендации для высшего образования. Во-первых, необходимо создавать среду, поддерживающую автономию студентов: предоставлять возможности выбора, объяснять смысл заданий, избегать контролирующих формулировок. Во-вторых, следует пересмотреть систему оценивания в пользу поддержки компетентности: обеспечивать конструктивную обратную связь, ставить посильные задачи, отмечать прогресс. В-третьих, важно развивать программы психологической поддержки, направленные на повышение качества мотивации, а не только на снижение стресса.

Заключение

Теоретический анализ показывает, что академическая мотивация и психологическое благополучие студентов связаны через удовлетворение базовых психологических потребностей. Автономные формы мотивации поддерживают благополучие, контролируемые формы и амотивация — препятствуют ему. Дальнейшие эмпирические исследования должны проверить эту модель.

Влияние характеристик структуры личности на академическую успеваемость у студентов вуза

Спиридонов Василий Васильевич, студент

Научный руководитель: Фильштинская Елена Геннадьевна, старший преподаватель
Самарский государственный медицинский университет

Данная статья посвящена изучению влияния различных характеристик структуры личности на академическую успеваемость студентов высшего учебного заведения. Работа рассматривает теоретические аспекты взаимосвязи социально-психологических характеристик личности студентов и учебной деятельности, направленные на выявление конкретных факторов, влияющих на успехи студентов в процессе обучения. Особое внимание уделяется таким аспектам, как тип акцентуации характера, темперамент и мотивационный компонент личности, которые могут оказывать воздействие на учебные достижения.

Ключевые слова: учебная деятельность, успеваемость, индивидуально-типологические особенности, акцентуации характера, темперамент, мотивация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация.

Influence of personality structure characteristics on the academic performance of university students

Spiridonov Vasily Vasilyevich, student

Scientific advisor: Filshinskaya Elena Gennadiyevna, senior lecturer
Samara State Medical University

This article is devoted to the study of the influence of various personality structure characteristics on the academic performance of university students. The work examines the theoretical aspects of the relationship between the socio-psychological characteristics of students' personality and learning activities, aimed at identifying specific factors that affect students' success in the learning process. Special attention is paid to such aspects as the type of character accentuation, temperament, and motivational component of personality, which can have an impact on academic achievement.

Keywords: educational activity, academic performance, individual typological features, type of character accentuation, temperament, motivation, internal motivation, external motivation.

Факторы успешности учебной деятельности, в том числе психологические, являются одной из наиболее часто обсуждаемых тем в психолого-педагогических исследованиях. Отсюда обилие исследований, в которых подвергались изучению самые разнообразные индивидуально-психологические особенности и качества учащихся или взятые отдельно, или в группах, объединенные в соответствии с исследовательским подходом. Наибольший интерес представляют индивидуально-психологические особенности учащихся, которые обуславливают их обучаемость или возможности к обучению, а также успешность учебной деятельности. Общеизвестно, что индивидуально-психологические особенности учащихся составляют основу обучаемости, которую принято определять через индивидуальные показатели скорости и качества усвоения человеком знаний, умений и навыков в процессе активного взаимодействия с преподавателем. Вместе с тем, среди исследователей нет единства в понимании обучаемости, отсюда и разнообразие ее признаков и показателей [5].

Известно, что в студенческом возрасте или юношестве (19–25 лет) интенсивно развиваются физический потенциал и умственные способности, повышаются работо-

способность и активность продуктивной деятельности. Важной задачей вузовского образования является создание условий, которые помогают студентам развивать не только профессиональные качества, но и умственные и личностные особенности [7].

Тем не менее, вопрос о влиянии индивидуально-типологических особенностей на учебную деятельность студентов остается недостаточно изученным, и в научной литературе до сих пор существуют разногласия относительно связи между индивидуальными особенностями и академической успеваемостью [3].

Учебная деятельность является специфическим видом активности, направленной на самосовершенствование и развитие обучающегося как личности через осознанное и целенаправленное овладение социокультурным опытом. Она включает в себя освоение системных знаний, отработку обобщенных способов действий и их применение в различных ситуациях. Структурная организация этой деятельности подразумевает выполнение заданий на усвоение общих способов действия, контроль результатов и оценку качества усвоенного материала [2].

Взаимосвязь между акцентуациями характера, темпераментом, мотивацией и успешностью учебной дея-

тельности остаётся недостаточно исследованной и требует дальнейшего изучения. Крайние варианты нормы, характеризующиеся чрезмерной выраженностью определённых черт характера, природных свойств нервной системы, таких как активность и эмоциональная реактивность, а также уровень мотивации индивида, могут оказывать значительное влияние на эффективность учебного процесса.

Ряд исследований посвящен взаимосвязи свойств темперамента с учебной успеваемостью. В этих исследованиях рассматривалось, что стиль человека в достижении результатов или выполнении задания в первую очередь зависит от типа его нервной системы. Проверка знаний в учебных заведениях часто проводится в форме письменных оценок, что может быть сложной задачей для учащихся-холериков и сангвиников из-за их склонности отдавать предпочтение более интерактивным и практичным методам обучения. С другой стороны, меланхоликам и флегматикам может быть легче пройти эти тесты, поскольку они, как правило, предпочитают структурированный и методичный подход к обучению [11].

К примеру, рассматривая исследование Т. Г. Сагитовой и соавторов об сопоставлении статистики успеваемости 76 студентов 2 курса медицинского университета с выявленными типами их темперамента по тест-опроснику Айзенка, можно удостовериться, что меланхолики и флегматики лучше остальных справляются с учебой и сдачей сессии [6].

Подводя итог, можно сказать, что люди с меланхолическим и флегматичным темпераментом считаются более успешными учениками, поскольку их академическая успеваемость, как правило, выше. Напротив, холерики и сангвиники часто испытывают трудности с академической работой, поскольку им может не хватать терпения и усердия, необходимых для постоянной работы [11].

После рассмотрения биологической основы психической деятельности важно обратить внимание на тип акцентуации характера, который формируется главным образом под влиянием социального окружения и может усложнить адаптацию личности в определённых ситуациях, в частности, в условиях обучения в высшем учебном заведении.

Согласно исследованию, проведенному И. В. Тюрпиной, были выделены типы акцентуаций (типология акцентуаций базируется на классификации акцентуированных радикалов Б. В. Овчинникова (2005) и включает восемь основных акцентуаций: шизоидную, паранойяльную, психастеническую, эксплозивную, гипотимическую, гипертимическую, астеническую, истероидную) в зависимости от уровня адаптивности к условиям ВУЗа, что влияет на успешность обучения. Лица с истероидной и паранойяльной акцентуациями испытывают эмоциональный дискомфорт из-за высоких требований к себе и другим, что обостряется в ситуациях несоответствия желаемого социального положения в группе. Паранойяльная и гипотимическая акцентуации сопряжены с частыми заболеваниями, снижающими успеваемость. Эксплозивный тип акцентуации характеризуется трудностями в соблю-

дении учебных требований и низкими показателями дисциплины, а также частыми конфликтами. Психастенические личности испытывают трудности в социальных взаимодействиях, особенно с близкими людьми, что может приводить к откладыванию выполнения учебных обязательств. Шизоиды демонстрируют высокие результаты в учебе благодаря интеллектуальной мотивации, несмотря на склонность к замкнутости и заболеваниям. Гипертимы успешно решают учебные проблемы, хотя их поведение бывает непостоянным. Лучше всего адаптируются к условиям учебы студенты с астеническими акцентуациями и без акцентуаций, легко принимая новые условия и выполняя все требования [8].

Адаптация, в свою очередь, является важным параметром успеваемости студентов, на это указывают некоторые исследования.

Исследование Л. В. Лехтянской, по результатам которого выяснилось, что, прежде всего, студенты оказываются в новой социальной среде, где важную роль играет атмосфера в учебной группе. Необходимо учитывать, насколько комфортно и безопасно чувствует себя студент среди однокурсников, а также на занятиях. Важным аспектом является взаимодействие с преподавателями и понимание их стиля преподавания. Специфика обучения в высшем учебном заведении включают необходимость глубокого понимания и анализа лекционных материалов, а также организацию самостоятельной работы. Это требует высокой степени самоконтроля и тщательного осмысления полученной информации, что способствует прочному усвоению знаний. Профессиональная адаптация включает развитие интереса к будущей профессии, стремление глубже её изучить и овладеть первыми практическими навыками через прохождение практик. Успех этого процесса во многом определяется соответствием выбора профессии интересам и способностям студента [4].

Вывод исследования Д. В. Шишигина и соавторов об адаптации студентов к условиям обучения в ВУЗе и балльно-рейтинговой оценке успеваемости можно сформулировать следующим образом: подавляющее большинство студентов успешно адаптируются к системе обучения, хотя небольшая часть испытывает затруднения (4 %). Этот факт подтверждает значимость вуза в процессе адаптации, особенно через проведение профилактических бесед и конференций. Для повышения эффективности адаптации предлагается увеличить количество лекционных и практических занятий. Система балльно-рейтинговой оценки ориентирована не только на мотивацию студентов, но и на сохранение их психоэмоционального состояния, однако многие участники исследования отметили возросшую нагрузку и беспокойство перед экзаменами. Студенты высказались за изменение системы, предлагая начисление премиальных баллов за минимальные достижения и увеличение веса посещаемости занятий [9].

Большая роль в формировании и последующей успешности учебной деятельности принадлежит мотивации учащихся.

Еще в 1951г. Л. И. Божович предложила классификацию мотивов учебной деятельности (УД), в соответствии с которой выделялись два типа мотивов, различающихся по происхождению и предметному содержанию: внутренние по отношению к УД и широкие социальные, внешние по отношению к УД, идущие от общества, отношений с другими людьми (Божович, 1997) [1].

На основе результатов исследования, проведенного Х. Афзал и соавторами, можно говорить о том, что учащиеся с внутренней мотивацией достигают значительно лучших академических успехов, чем те, кто руководствуется внешней мотивацией. Хотя учащиеся с внешней мотивацией также способны успешно справляться с заданиями и показывать высокие результаты, такая мотивация не обеспечивает долгосрочного эффекта. Их достижения нестабильны и непостоянны. Например, такие студенты могут блестяще сдать тест или экзамен ради получения определённой награды, но в следующем семестре их результаты могут ухудшиться, поскольку стимул исчезнет. В итоге их успехи оказываются краткосрочными и непостоянными. Студенты же с внутренней мотивацией стремятся к выполнению учебных заданий и высоким результатам благодаря собственному интересу и желанию учиться. Эти ученики искренне увлечены процессом познания и ставят перед собой амбициозные образовательные цели. Это выражается в их стабильно высокой успеваемости [10].

Таким образом, совокупность психологических характеристик структуры личности действительно влияет на формирование траектории учебной деятельности сту-

дентов высших учебных заведений. Динамические особенности психической деятельности играют важную роль в образовательном процессе. Исследования показывают, что меланхолики и флегматики эффективнее справляются с повышенными учебными нагрузками по сравнению с холериками и сангвиниками. Уровень адаптации студентов зависит от степени выраженности тех или иных заострений черт характера, влияющих на его поведение, социальные связи и отношение к учебе. Например, лучшую приспособляемость показывают студенты с астеническими чертами и без ярко выраженной акцентуации. Они демонстрируют гибкость и способность принимать требования новой среды, что облегчает процесс адаптации. И, напротив, наибольшие трудности в адаптации испытывают студенты с истероидной, паранойяльной, эксплозивной, психастенической и шизоидной акцентуациями. Помимо этого, эффективная адаптация студентов к условиям обучения в вузе положительно влияет на их учебную успеваемость, снижая уровень стресса и повышая мотивацию. Создание комфортной образовательной среды и поддержка со стороны преподавателей способствуют успешной интеграции студентов в учебный процесс. Рассматривая мотивационный компонент учащихся, стоит отметить, что внутренняя мотивация, связанная с личным интересом к обучению, присуща студентам с устойчивыми успехами в учёбе. В то же время студенты с внешней мотивацией, движимые сторонними стимулами, демонстрируют пониженную успеваемость или непродолжительные успехи в учёбе.

Литература:

1. Гордеева Т. О. Базовые типы мотивации деятельности: потребностная модель / Т. О. Гордеева // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2014. — №. 3. — С. 63–78.
2. Зимняя И. А. Учебная деятельность—специфический вид деятельности / И.А Зимняя. // Инновационные проекты и программы в образовании. — 2009. — №. 6. — С. 3–13.
3. Ледовская Т. В. Индивидуально-типологические особенности студентов вуза с разными показателями успешности учебной деятельности: автореферат дис. ... к. пс. н.: 19.00.07 // Т. В. Ледовская. — Ярославль: ГОУ ВПО «Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского», 2011. — 24 с.
4. Лехтянская Л. В. Адаптация студентов—важный фактор эффективного обучения / Л. В. Лехтянская // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — 2022. — Т. 11. — №. 3 (40). — С. 27–30.
5. Муталимова А. М. Анализ психологических факторов успешности учебной деятельности / А. М. Муталимова // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. — 2012. — №. 3 (20). — С. 19–23.
6. Сагитова Т. Г. Влияние темперамента на обучаемость студентов 2 курса медицинского университета / Т. Г. Сагитова, А. А. Бурлакова, В. А. Буторина // сборник статей XIV Международного научно-исследовательского конкурса: «Лучшая студенческая статья 2018». — Пенза: Наука и Просвещение, 2018. — С. 254–257.
7. Ситаров В. А. Психологические особенности студенческой молодежи с различным уровнем самореализации в обучении / В. А. Ситаров, А. И. Шутенко, Е. Н. Шутенко // Alma Mater (Вестник высшей школы). — 2008. — № 7. — С. 49–55.
8. Тюрпина И. В. Акцентуации личности как фактор психической адаптации студентов вуза: автореферат дис.... к. пс. н.: 19.00.04 // И. В. Тюрпина, Санкт-Петербург, 2016. — 24 с.
9. Шишигин Д. В. и др. Анализ адаптации студентов к условиям обучения в вузе и балльно-рейтинговой оценке успеваемости / Д. В. Шишигин и др. // Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции «Вопросы современной педагогики и психологии: свежий взгляд и новые решения». — Екатеринбург: ИЦРОН, 2015. — С. 9–12.

10. Afzal H. et al. A study of university students' motivation and its relationship with their academic performance / H. Afzal et al. // Available at SSRN 2899435. — 2010.
11. Shepelenko M. A. The influence of the type of temperament on the success of educational activities at the student age / M. A. Shepelenko, A. V. Markov // Символ науки. — 2024. — №. 4–2–3. — С. 101–103.

Сравнительный анализ уровня тревожности и самооценки у мальчиков и девочек младшего школьного возраста

Хайртдинова Регина Юзифовна, студент магистратуры

Научный руководитель: Вьюжанина Светлана Александровна, кандидат психологических наук, доцент

Удмуртский государственный университет (г. Ижевск)

В статье представлены результаты сравнительного анализа уровня тревожности и самооценки у мальчиков и девочек младшего школьного возраста. В исследовании приняли участие 54 ребёнка (29 мальчиков, 25 девочек, возраст 9–10 лет). Использовались методики: шкала явной тревожности СМАС (адаптация А. М. Прихожан), методика «Лесенка» В. Г. Щур, методика Дембо-Рубинштейн (модификация А. М. Прихожан). Выявлены статистически значимые различия по уровню тревожности: у девочек более высокие показатели ($U = 225,50$, $p = 0,017$). По уровню самооценки значимых различий не обнаружено.

Ключевые слова: тревожность, самооценка, младшие школьники, гендерные различия.

Введение

Младший школьный возраст — период интенсивного формирования личности, когда у ребёнка складываются базовые представления о себе и своих способностях. Тревожность, будучи устойчивой личностной характеристикой, способна заметно влиять как на академическую успеваемость, так и на общее эмоциональное состояние младшего школьника [3]. Самооценка в этом возрасте также претерпевает существенные изменения: она становится более дифференцированной и устойчивой, но при этом сохраняет высокую зависимость от внешних оценок [2].

Особый интерес представляет вопрос о половых различиях в уровне тревожности и самооценки у детей младшего школьного возраста. Этот интерес обусловлен несколькими причинами. Во-первых, данные современных исследований показывают, что девочки в этом возрасте могут демонстрировать более высокий уровень тревожности по сравнению с мальчиками [3; 1]. Во-вторых, понимание гендерных различий важно для своевременной диагностики и коррекции эмоционального неблагополучия, поскольку традиционные программы психологической помощи часто не учитывают пол ребёнка.

Цель настоящего исследования — выявить и сравнить уровень тревожности и самооценки у мальчиков и девочек 9–10 лет.

Гипотезы исследования: существуют гендерные различия в уровне тревожности и самооценки у детей младшего школьного возраста: девочки имеют более высокий уровень тревожности и более низкий уровень самооценки по сравнению с мальчиками.

Гипотеза основана на следующих предпосылках. Согласно теории тревожности Ч. Спилбергера, личностная тревожность формируется под влиянием как индивидуальных особенностей, так и социальных факторов [4]. Исследования А. М. Прихожан показывают, что в младшем школьном возрасте тревожность часто связана с фрустрацией потребности в надёжности и защищённости, причём девочки более чувствительны к социальным оценкам и межличностным отношениям [3]. Данные Егоренко и соавт. (2023), полученные на большой выборке младших школьников, также подтверждают, что у девочек 9 лет уровень тревожности выше, чем у мальчиков [1].

Что касается самооценки, исследования Куницыной и соавт. (2018) показали, что у младших школьников с разным уровнем самооценки могут наблюдаться определённые различия, в том числе связанные с полом [2]. Девочки в этом возрасте чаще склонны к рефлексии, более критичны к себе и чаще занижают свои способности в ситуациях социального сравнения. Это позволяет предположить, что их уровень самооценки может быть ниже, чем у мальчиков.

Методы и методики исследования

В исследовании приняли участие 54 младших школьника (29 мальчиков, 25 девочек) в возрасте 9–10 лет, учащиеся 3-х классов МОДУ СОШ № 10 г. Нефтекамска. Первоначально в исследовании участвовали 58 детей, однако 4 ребёнка были исключены из выборки на основании результатов L-шкалы методики СМАС (критическое значение — 9 и более баллов), что свидетельствовало о недостоверности их ответов.

В качестве диагностического инструментария применялись: адаптированная А. М. Прихожан шкала явной тревожности СМАС [3], методика «Лесенка» В. Г. Щур [5] и методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан [3].

Для сравнения мальчиков и девочек использовался U-критерий Манна — Уитни (непараметрический критерий для двух независимых выборок). Обработка выпол-

нялась в программе SPSS (версия 22.0). Уровень статистической значимости принимался как $p < 0,05$.

Результаты

В Таблице 1 представлены результаты сравнительного анализа мальчиков и девочек по всем изученным показателям.

Таблица 1. Сравнение мальчиков и девочек по изученным показателям (U-критерий Манна — Уитни)

Переменная	U	p	Средний ранг (мальчики)	Средний ранг (девочки)
Тревожность (СМАС)	225,50	0,017	22,78	32,98
Самооценка «Я» (Лесенка)	322,50	0,471	26,12	29,10
Самооценка (Дембо — Рубинштейн)	296,50	0,252	25,22	30,14

Выявлены статистически значимые различия только по уровню тревожности: девочки (средний ранг = 32,98) имеют более высокие показатели, чем мальчики (средний ранг = 22,78), $U = 225,50$, $p = 0,017$. Таким образом, первая гипотеза подтвердилась.

По уровню самооценки значимых различий между полами не обнаружено ($p > 0,05$). Таким образом, вторая гипотеза не подтвердилась.

Обсуждение результатов

Полученные данные позволяют говорить о частичном подтверждении выдвинутой гипотезы. Подтвердилась та её часть, которая касается тревожности: девочки действительно демонстрируют более высокий уровень тревожности по сравнению с мальчиками. Не подтвердилась та часть, которая касается самооценки: значимых гендерных различий по этому показателю выявлено не было.

Полученные данные согласуются с результатами исследований А. М. Прихожан (2000) и Егоренко и соавт. (2023), которые также выявили более высокую тревожность у девочек младшего школьного возраста [3; 1]. Это может объясняться несколькими причинами

Во-первых, возрастными особенностями эмоционального развития. В младшем школьном возрасте девочки, как правило, более чувствительны к социальным оценкам и межличностным отношениям, чем мальчики. Они сильнее ориентированы на мнение взрослых и сверстников, что делает их более уязвимыми к тревожным переживаниям [3].

Во-вторых, социальными ожиданиями. К девочкам в семье и школе часто предъявляются более строгие требования, связанные с послушанием, аккуратностью и успеваемостью. Это может создавать дополнительное эмоциональное напряжение и способствовать формированию тревожности.

Отсутствие значимых различий по уровню самооценки между мальчиками и девочками может объясняться несколькими причинами.

Во-первых, в младшем школьном возрасте самооценка ещё только формируется и в значительной степени зависит от внешних оценок — как со стороны взрослых, так и со стороны сверстников. На этом этапе гендерные различия могут быть ещё не выражены [2].

Во-вторых, самооценка может быть более устойчивой и менее подверженной гендерным влияниям, чем тревожность. Если тревожность напрямую связана с эмоциональной чувствительностью и социальными ожиданиями, то самооценка в большей степени зависит от реальных достижений ребёнка и его успехов в учебной деятельности.

В-третьих, возможную роль играет размер выборки. Выборка в 54 человека является относительно небольшой, и для выявления значимых различий по самооценке может потребоваться большее число испытуемых. Это следует учитывать при интерпретации результатов.

Таким образом, полученные данные позволяют говорить о том, что гендерные различия в младшем школьном возрасте проявляются в эмоциональной сфере (тревожности) в большей степени, чем в сфере самооценки. Это согласуется с представлениями о том, что тревожность является более чувствительным индикатором эмоционального неблагополучия, чем самооценка.

Заключение

Девочки младшего школьного возраста имеют статистически значимо более высокий уровень тревожности по сравнению с мальчиками ($U = 225,50$, $p = 0,017$).

По уровню самооценки значимых различий между мальчиками и девочками не обнаружено ($p > 0,05$).

Гипотеза исследования подтвердилась частично: гендерные различия выявлены в уровне тревожности, но не в уровне самооценки.

Полученные данные указывают на необходимость учёта пола ребёнка при диагностике и коррекции тревожности в младшем школьном возрасте. Для девочек может быть эффективной работа, направленная на снижение эмоционального напряжения и развитие навыков саморегуляции.

Литература:

1. Егоренко Т. А., Лобанова А. В., Радчикова Н. П. Диагностика трудностей в обучении в области социальной адаптации у младших школьников // Психологическая наука и образование. 2023. Т. 28. № 5. С. 154–167.
2. Куницына И. А., Попов С. С., Яхудина Е. Н. Психологические характеристики младших школьников с разным уровнем самооценки // Вестник ЛГУ им. А. С. Пушкина. 2018. № 4. С. 75–89.
3. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2000. — 304 с.
4. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте. — М.: Физкультура и спорт, 1983. С. 12–24.
5. Щур В. Г. Методика изучения представления ребенка об отношениях к нему других людей // Психология личности. Теория и эксперимент / Под ред. В. В. Давыдова. — М., 1982. С. 108–114.

Психологическое консультирование семей в ситуации развода: отечественные подходы и запросы ближайшего окружения по данным эмпирического опроса

Хильченко Оксана Геннадьевна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье на материале преимущественно отечественных публикаций рассматриваются теоретические основания и практика психологического консультирования семей в ситуации развода. Показано, что российские авторы, обращающиеся к этой теме, — как и зарубежные, — адресуют помощь супругам, детям или семье в целом, тогда как ближайшее окружение разводящейся пары (друзья, родственники, взрослые дети, наблюдающие развод родителей) как самостоятельный субъект психологической помощи в изученной литературе практически не рассматривается. Для проверки этого наблюдения приведены данные собственного эмпирического опроса 34 респондентов: 13 непосредственных участников развода и 21 человека, наблюдавшего развод близких. Показано, что запросы двух групп качественно различаются: участники нуждаются прежде всего в помощи с собственным эмоциональным состоянием, тогда как наблюдатели формулируют запрос преимущественно как потребность в информации и навыках для поддерживающей роли. Сделан вывод о целесообразности включения работы с ближайшим окружением в практику консультирования как отдельного направления помощи.

Ключевые слова: развод, психологическое консультирование, семейный кризис, отечественная психология семьи, социальная поддержка, ближайшее окружение, наблюдатели, эмпирическое исследование.

Введение

Ежегодно в России фиксируются сотни тысяч разводов: по данным Демоскопа Weekly, основанным на статистике Росстата, в 2024 году темп снижения числа браков (–7 %) обогнал темп снижения числа разводов (–6 %), и на каждую тысячу заключённых браков пришлось 732 развода [1]. За скупыми цифрами статистики стоит широкий круг людей: помимо самих супругов в ситуацию неизбежно вовлечены дети, родители, друзья и другие члены расширенной семейной сети. В мировой литературе последствия развода для взрослых и детей изучены достаточно подробно и показано, что единого сценария нет: исход зависит от сопутствующих стрессоров, ресурсов и качества взаимодействия бывших супругов [2]. Отечественная психология семьи располагает собственной, во многом самостоятельной традицией осмысления семейных кризисов, включая развод, — и именно на эту тра-

дицию сделан акцент в настоящем обзоре, тогда как зарубежные источники привлекаются точно, там, где это необходимо для полноты картины.

При этом даже в отечественной литературе обнаруживается заметный пробел: ближайшее окружение разводящейся пары — друзья, родственники, а нередко и взрослые дети, наблюдающие развод собственных родителей, — почти всегда фигурирует в исследованиях лишь как источник поддержки для самих супругов. Возможность того, что эти люди сами испытывают затруднения и нуждаются в помощи, в изученных источниках практически не обсуждается. Заполнить этот пробел и призвана настоящая статья: в ней рассматриваются отечественные подходы к пониманию и консультированию семей в ситуации развода и приводятся данные собственного эмпирического опроса, охватившего одновременно непосредственных участников развода и представителей их ближайшего окружения.

Развод в отечественной психологии семьи: понятия и теоретические рамки

В отечественной семейной психологии принято различать нормативные семейные кризисы, связанные с закономерной сменой этапов жизненного цикла семьи, и ненормативные (травматические), вызванные непредвиденными событиями; развод обычно относят ко второй группе, хотя при высокой распространенности он всё чаще становится частью типичной жизненной траектории — эта классификация введена Э. Г. Эйдемиллером и В. В. Юстицкисом в их фундаментальной работе по психологии и психотерапии семьи [3]. Базовые понятия системного подхода к семье — семья как целостная система, границы между подсистемами, роль коммуникации внутри семьи — последовательно изложены в отечественной адаптации А. Я. Варги, посвященной введению в системную семейную психотерапию [4]; учебное пособие Е. И. Артамоновой с соавторами по психологии семейных отношений и основам семейного консультирования закрепляет эти понятия применительно к практике консультирования [5].

Причины и факторы, приводящие к разводу, стали предметом ряда отечественных публикаций последних лет. Д. М. Чуланов рассматривает причины и социальные последствия разводов на статистическом материале [6]; Е. В. Роснянская дает теоретический анализ факторов, приводящих к разводу [7]; Ю. П. Савицкая сопоставляет отечественные исследования причин разводов в России [8]. Т. Е. Аргентова и Л. В. Аргентова обращаются к смежному вопросу — тому, как женщины оценивают проблемы в семье при первом и при повторном браке [9]. Е. А. Дорьева и Е. М. Королева в обзоре факторов сохранения и завершения близких отношений обобщают, в числе прочего, модели Дж. Готтмана и Р. Левенсона, а также Дак и Ролли [10] — работы, изначально предложенные в зарубежной литературе, но систематизированные здесь именно отечественными авторами для русскоязычного читателя.

Российская практика психологического консультирования в ситуации развода

Собственно, консультативная практика в ситуации развода описана в отечественной литературе точно, но предметно. И. М. Пономарева рассматривает специфику и этапы психологического консультирования лиц, переживающих кризисную ситуацию развода [11]. Е. В. Зырянова и Н. В. Цветкова описывают метод визуализации социально-психологических сетей как инструмент консультативной работы именно с семьями в ситуации развода [12]. Г. А. Лайшева, анализируя опыт работы в кризисном подростковом отделении, показывает, что угроза развода усиливает неопределённость и тревогу в семье — публикация посвящена не разводу как таковому, а семьям подростков в кризисе, и в данном контексте используется

как частное подтверждение общей идеи [13]. Практико-ориентированная монография С. С. Котовой систематизирует технологии психологической помощи семье в более широком смысле [14].

Отдельного упоминания заслуживает медиация: как несудебная процедура урегулирования споров она закреплена в России Федеральным законом от 27.07.2010 № 193-ФЗ [15], а к сочетанию медиативных техник и психологического консультирования семей в ситуации развода в отечественной практике обращаются Е. Н. Березовская и Н. А. Мосина [16]. Для сравнения уместно привести лишь одну зарубежную параллель: обзор С. Коэна и Т. Уиллса о буферной роли социальной поддержки при стрессе [17], хорошо известный и активно используемый в отечественной литературе, логически подразумевает вопрос о состоянии не только самого разводящегося, но и человека, который эту поддержку оказывает, — а этот вопрос ни в одной из рассмотренных отечественных работ отдельно не ставится.

Ближайшее окружение как незамеченный субъект помощи: обоснование новизны

Показательно, что во всех рассмотренных отечественных работах получателем консультативной помощи выступают либо сами разводящиеся супруги, либо их дети, либо семья как целое [3–5; 11–14]. Друзья, родственники и иные близкие люди, вовлеченные в ситуацию развода, фигурируют в этой литературе почти исключительно в пассивной роли источника поддержки, а не как люди, чье собственное состояние заслуживает внимания консультанта. Отдельного внимания заслуживает и то, что значительную часть «ближайшего окружения» составляют не посторонние люди, а взрослые дети разводящихся родителей — то есть люди, для которых развод родителей во взрослом возрасте остается собственным, еще не описанным в отечественной консультативной практике переживанием. Именно эта неисследованность и определяет новизну предпринятого эмпирического исследования: вместо того чтобы принимать положение о «невидимости» этой группы как данность, оно было проверено эмпирически на выборке, включающей обе группы одновременно.

Материалы и методы эмпирического исследования

Для проверки описанного наблюдения был проведен анонимный онлайн-опрос, в котором приняли участие 34 респондента: 13 человек с личным опытом развода — завершённого или находящегося в процессе (12 женщин, 1 мужчина; возраст 19–45 лет), и 21 человек, наблюдавший развод близких — родителей, других родственников или друзей (18 женщин, 3 мужчины; возраст 19–64 года). Для двух групп использовались отдельные авторские анкеты; они не являются стандартизированными психодиагностическими методиками и не проходили психометриче-

ской проверки, что определяет поисковый характер представленных ниже результатов. Ввиду отсутствия общих шкал в двух анкетах и небольшого объема групп статистическая проверка значимости различий между ними не проводилась, а сопоставление носит описательный характер (частоты, доли, средние значения).

Результаты: сопоставление запросов участников и наблюдателей

Среди участников развода запрос на психологическую помощь чаще всего касался работы с негативными эмоциями — гневом, обидой, горечью (7 из 13 респондентов), эмоциональной стабилизации (5 из 13) и восстановления доверия к отношениям (5 из 13); хотя бы один запрос, связанный с собственной эмоциональной адаптацией, отметили 11 из 13 респондентов (85 %). Эмоциональное состояние оказалось наименее благополучной из семи оценённых сфер жизни (среднее 4,31 из 7 при удовлетворённости отношениями с детьми в среднем 6,08 из 7), тогда как финансовое положение улучшилось у 10 из 13 респондентов — за счет активного использования стратегий финансовой защиты: создание «подушки безопасности» отметили 11 из 13 опрошенных.

Наблюдатели формулируют запрос принципиально иначе. Среди вариантов помощи, которую они хотели бы получить, но не получили, чаще всего выбирались информация о том, как сохранить отношения с обеими сторонами конфликта (9 из 21), обучение навыкам общения с обеими сторонами и практические советы по поддержке детей разводящихся (по 6 из 21); хотя бы один вариант, связанный именно с поддерживающей ролью, выбрали 16 из 21 респондента (76 %), тогда как вариант, прямо касающийся собственного состояния, — 10 из 21 (48 %). Показательно, что 13 из 21 наблюдателей (62 %) на прямой вопрос ответили, что не нуждались в поддержке, однако 12 из этих 13 тем не менее назвали хотя бы один вариант желаемой помощи: отрицание потребности в «психологической поддержке» в привычном смысле не означает отсутствия запроса как такового, а скорее указывает, что этот запрос принимает форму просьбы об информации и навыках.

Характер эмоционального напряжения у наблюдателей подтверждает его специфичность: наиболее выражены беспомощность от невозможности помочь (среднее 3,33 из 5), трудность сохранения нейтралитета в конфликте (3,24) и тревога за будущее всех участников ситуации

(3,19), тогда как чувство вины и снижение собственной самооценки практически не выражены (1,76 и 1,38 из 5 соответственно). Идея активного вмешательства с целью сохранить отношения сторон почти не находит поддержки (среднее согласие 1,29 из 5), а среди тех немногих, кто пытался вмешаться, часть отмечает, что это лишь усилило конфликт. В 10 из 18 случаев, где в разводящейся семье были дети, наблюдатели отмечали, что дети оказывались вовлечены в конфликт родителей.

Обсуждение и заключение

Полученные данные уточняют характер выявленного пробела: ближайшее окружение разводящихся не то чтобы вовсе не нуждается в помощи, но его запрос имеет иную природу — он смещен от переживания собственных эмоций к потребности в информации и навыках, необходимых, чтобы поддерживать обе стороны, не занимая позицию и не вовлекая в конфликт детей. Это отличает данную группу и от самих участников развода, чей запрос сосредоточен на эмоциональной регуляции, и от детей разводящихся родителей, чьи потребности отечественная литература описывает преимущественно в терминах защиты от вовлечения в конфликт взрослых [13]. Формат помощи ближайшему окружению, по-видимому, должен строиться не как психотерапия, а как краткое информационно-обучающее консультирование, ориентированное на конкретную роль наблюдателя.

Ограничения исследования необходимо оговорить прямо: выборка невелика (34 человека), сформирована методом самоотбора, преимущественно женская и городская; анкеты авторские, без психометрической проверки; сопоставление групп описательное, а не статистическое. Тем не менее согласованность данных двух независимо опрошенных групп с теоретически ожидаемым различием запросов дает основания рассматривать ближайшее окружение разводящихся как отдельное, содержательно иное направление консультативной практики. Проведенный обзор показывает, что отечественная психология семьи располагает развитой понятийной базой и рядом предметных работ по консультированию в ситуации развода [3–16], однако все они, как и зарубежные источники, адресованы супругам, родителям или детям; включение работы с ближайшим окружением в практику консультирования представляется обоснованным практическим выводом, требующим дальнейшей проверки на более широких выборках.

Литература:

1. Щербакова, Е. Число зарегистрированных браков снизилось в 2024 году на 7 %, число разводов — на 6 % // Демоскоп Weekly. — 2025. — № 1067–1068 (18–31 марта). — URL: <https://www.demoscope.ru/weekly/2025/01067/barom06.php> (дата обращения: 24.09.2026). Источник данных: Федеральная служба государственной статистики (Росстат).
2. Amato P. R. The Consequences of Divorce for Adults and Children // Journal of Marriage and Family. — 2000. — Vol. 62, № 4. — P. 1269–1287.
3. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. — СПб.: Питер, 1999. — 656 с.

4. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию. — М.: Когито-Центр, 2009. — 243 с. — ISBN 978-5-89353-269-2.
5. Артамонова, Е. И. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учеб. пособие / Е. И. Артамонова, Е. В. Екжанова, Е. В. Зырянова [и др.]; под ред. Е. Г. Силяевой. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2005. — 192 с. — ISBN 5-7695-1745-X.
6. Чуланов, Д. М. Причины и социальные последствия разводов // Вестник науки и образования. — 2020. — № 13-2 (91). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-i-sotsialnye-posledstviya-razvodov>.
7. Роснянская, Е. В. Теоретический анализ факторов, приводящих к разводу // Теория права и межгосударственных отношений. — 2021. — № 7 (19), т. 2. — С. 349–352.
8. Савицкая, Ю. П. Причины разводов в России: сравнительный анализ исследований // Human Progress. — 2025. — Т. 11, № 5.
9. Аргентова, Т. Е. Особенности оценки женщинами проблем в семье при первом и повторном браке / Т. Е. Аргентова, Л. В. Аргентова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. — 2018. — № 2. — С. 51–59. — DOI: 10.18384/2310-7235-2018-2-51-59.
10. Дорьева, Е. А. Факторы сохранения и завершения (распада) близких отношений: обзор современных психологических исследований / Е. А. Дорьева, Е. М. Королева // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». — 2015. — Т. 21, № 4. — С. 112–116.
11. Пономарева, И. М. Специфика и этапы психологического консультирования лиц, переживающих кризисную ситуацию развода // Учёные записки СПбГИПСП. — 2014. — Вып. 1, т. 21. — С. 45–52.
12. Зырянова, Е. В. Консультативная работа с семьями в ситуации развода методом визуализации социально-психологических сетей / Е. В. Зырянова, Н. В. Цветкова // Развитие личности. — 2013. — № 4. — С. 160–170.
13. Лайшева, Г. А. Толерантность к неопределённости семьи: опыт работы в кризисном подростковом отделении // Семейная психология и семейная терапия. — 2022. — № 3 (21). — С. 57–59.
14. Котова, С. С. Технологии психологической помощи семье: практикоориентированная монография. — Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2023. — 289 с. — ISBN 978-5-8050-0778-2.
15. Федеральный закон от 27.07.2010 № 193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)».
16. Березовская, Е. Н. Использование инструментов медиации в психологическом консультировании семей в ситуации развода / Е. Н. Березовская, Н. А. Мосина // Молодой учёный. — 2024. — № 31 (530). — С. 85–90.
17. Cohen S., Wills T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis // Psychological Bulletin. — 1985. — Vol. 98, № 2. — P. 310–357.

Психологическая поддержка подростков, склонных к интернет-зависимости

Шойыншы Орынбек Нурполатулы, студент
Омская гуманитарная академия

В статье рассматриваются актуальные вопросы оказания психологической поддержки подросткам, имеющим склонность к интернет-зависимости. Проанализированы основные психологические детерминанты формирования аддиктивного поведения в цифровой среде, факторы риска и особенности проявления зависимости у данной возрастной группы.

Ключевые слова: подростки, интернет-зависимость, склонность, психологическая поддержка.

Psychological support for adolescents prone to internet addiction

The article discusses the current issues of providing psychological support to adolescents who have a tendency to become addicted to the Internet. The main psychological determinants of addictive behavior in the digital environment, risk factors, and characteristics of addiction in this age group are analyzed.

Keywords: adolescents, Internet addiction, tendency, psychological support.

Стремительное развитие информационных технологий и повсеместное проникновение интернета в жизнь современного человека, особенно в подростковый период,

породило ряд новых вызовов для психологического благополучия. Одной из наиболее острых проблем является формирование интернет-зависимости, характеризующейся

чрезмерным, неконтролируемым и деструктивным использованием сети, что негативно отражается на всех сферах жизни подростка: учебной деятельности, межличностных отношениях, физическом и психическом здоровье.

Подростковый возраст — специфический период онтогенеза, характеризующийся интенсивными психологическими изменениями, поиском идентичности, повышенной возбудимостью и ориентацией на сверстниковую группу. Эти факторы в совокупности с доступностью и привлекательностью виртуального мира создают благоприятную почву для развития различных форм аддиктивного поведения, в том числе и интернет-зависимости. Как указывает Игнатенко Е. С., интернет-зависимость может рассматриваться как форма девиантного поведения, особенно выраженная в старшем подростковом возрасте [1].

В связи с этим, своевременная и адекватная психологическая поддержка подростков, обладающих склонностью к интернет-зависимости, становится критически важной задачей для психологов, педагогов и родителей. Данная статья посвящена анализу психологических аспектов данной проблемы и обоснованию комплексных подходов к оказанию специализированной помощи.

Формирование интернет-зависимости у подростков представляет собой многофакторный процесс, обусловленный как индивидуально-психологическими особенностями личности, так и характеристиками окружающей среды. Среди ключевых психологических детерминант и факторов риска можно выделить:

1. Дефицит удовлетворения базовых психологических потребностей в реальной жизни. Недостаток внимания, признания, любви, самореализации и успешной социализации может приводить к компенсаторному поиску удовлетворения этих потребностей в виртуальном пространстве. Подростки могут находить в интернете то, чего им не хватает в реальной жизни: общение, признание, чувство принадлежности, возможность играть роли, которые недоступны offline.

2. Низкая самооценка и неуверенность в себе. Интернет предоставляет возможность анонимного общения и самопрезентации, что позволяет подросткам с низкой самооценкой избежать страха осуждения и критики. Они могут создавать идеализированные образы себя, получая позитивное подкрепление в виде лайков и одобрительных комментариев, что временно повышает их самооценку. Киселева Т. Г. отмечает, что индивидуальные особенности подростков, предрасположенных к интернет-зависимости, включают в себя, в том числе, низкую самооценку и стремление к идеализации [2].

3. Проблемы в межличностных отношениях. Трудности в установлении контактов со сверстниками, тревожность в социальных ситуациях, конфликты с родителями могут подталкивать подростков к уходу в виртуальный мир, где коммуникация кажется менее сложной и более предсказуемой.

4. Потребность в острых ощущениях и новизне. Интерактивность, динамичность и разнообразие контента в интернете удовлетворяют потребность подростков в но-

визне и стимуляции, что может способствовать развитию зависимости, особенно от компьютерных игр и активного участия в онлайн-сообществах. Коптелова Н. И. выделяет особенности компьютерной игровой зависимости, связанной с поиском острых ощущений [4].

5. Особенности темперамента и личности: Подростки с импульсивным, тревожным, склонным к астенизации или зависимому поведению типами личности могут быть более уязвимы к формированию интернет-зависимости.

6. Недостаточное развитие навыков саморегуляции и совладающего поведения: Трудности в управлении своими эмоциями, импульсами и поведением, а также неэффективные стратегии преодоления стресса и фрустрации могут способствовать использованию интернета как способа ухода от проблем.

7. Семейные факторы: Дисфункциональные семейные отношения, гиперопека или, наоборот, дефицит родительского внимания, слабая эмоциональная связь, а также наличие у родителей других видов зависимостей могут увеличивать риск развития интернет-зависимости у подростков [2].

Интернет-зависимость у подростков может проявляться в различных формах:

1. Игровая зависимость: Чрезмерное увлечение онлайн-играми, приводящее к пренебрежению другими видами деятельности.

2. Зависимость от социальных сетей. Постоянное отслеживание обновлений, стремление к получению одобрения, тревога при отсутствии доступа к профилю.

3. Киберсексуальная зависимость. Навязчивое использование интернета для удовлетворения сексуальных потребностей.

4. Информационная перегрузка (информационная зависимость). Непрерывный поиск и потребление информации без определенной цели.

5. Зависимость от онлайн-общения (форумы, чаты). Предпочтение виртуального общения реальному [4].

Важно отметить, что эти формы могут пересекаться, а также сопутствовать другим аддиктивным и девиантным формам поведения.

Психологическая поддержка подростков, склонных к интернет-зависимости, должна быть комплексной, системной и индивидуализированной.

Основные принципы включают:

1. Создание безопасной атмосферы, в которой подросток чувствует себя принятым и понятым, без осуждения.

2. Добровольность участия. Важно мотивировать подростка на работу над собой, а не принуждать.

3. Индивидуальный подход. Учет возрастных, личностных особенностей, а также специфики его интернет-потребления.

4. Интеграция усилий. Эффективность достигается при взаимодействии психолога, педагогов, родителей и, при необходимости, других специалистов.

5. Акцент на развитии здоровых ресурсов. Работа не только над устранением проблемы, но и над развитием сильных сторон личности подростка.

Основные направления психологической поддержки:

1. Первичная профилактика:
 - Просветительская работа. Информирование подростков, родителей и педагогов о природе интернет-зависимости, ее последствиях, факторах риска и методах профилактики.
 - Формирование медиаграмотности. Обучение критическому восприятию информации, безопасному поведению в сети, распознаванию угроз.
 - Развитие навыков саморегуляции и тайм-менеджмента. Тренинги, направленные на развитие эмоционального интеллекта, умения управлять своим временем и деятельностью.
2. Диагностический этап:
 - Психологическое тестирование. Использование стандартизированных опросников и методик для выявления степени выраженности интернет-зависимости, ее формы, а также сопутствующих психологических проблем (тревожность, депрессия, самооценка).
 - Беседа и наблюдение. Установление доверительного контакта, изучение жизненной ситуации подростка, его ценностей, интересов, проблем.
3. Психокоррекционная работа:
 - Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ). Направлена на выявление и изменение деструктивных мыслей и поведенческих паттернов, связанных с использованием интернета. Подросток учится распознавать триггеры, вызывающие желание уйти в сеть, и отслеживать автоматические мысли, подкрепляющие зависимость.
 - Тренинги навыков. Развитие коммуникативных навыков, эффективных способов совладания со стрессом, асертивности, умения отказывать, устанавливать границы.
 - Семейная терапия. Работа с родителями для улучшения взаимопонимания, формирования адекватной стратегии воспитания, снижения конфликтности в семье.

- Мотивационное интервьюирование. Помощь подростку в осознании проблемы и формировании внутренней мотивации к изменениям.

- Развитие альтернативных интересов. Помощь в поиске и развитии увлечений и хобби вне интернета, направленных на самореализацию и получение позитивного опыта в реальной жизни.

4. Реабилитация и профилактика рецидивов:

- Поддержка здорового образа жизни. Поощрение занятий спортом, творчеством, участием в общественной жизни.

- Формирование системы поддержки. Стимулирование развития позитивных межличностных связей вне сети.

- Разработка плана действий на случай возникновения рисков рецидива. Обучение подростка стратегиям поведения в ситуациях, провоцирующих возврат к чрезмерному использованию интернета [3].

Интернет-зависимость является сложным психолого-педагогическим феноменом, требующим всестороннего внимания и системного подхода к оказанию помощи. Психологическая поддержка подростков, склонных к данной зависимости, должна быть направлена на устранение причин, лежащих в основе аддиктивного поведения, развитие копинг-стратегий, формирование здоровых интересов и повышение общего психологического благополучия. Результативность работы во многом зависит от создания доверительных отношений между специалистом и подростком, а также от тесного сотрудничества со всеми участниками образовательного и семейного процессов. Дальнейшие исследования должны быть ориентированы на разработку и апробацию эффективных психотерапевтических и психокоррекционных методик, учитывающих специфику современной цифровой среды и изменяющиеся характеристики интернет-зависимости.

Литература:

1. Игнатенко Е. С. Интернет-зависимость как форма девиантного поведения в старшем подростковом возрасте // Современные научные исследования и инновации. 2023. № 3 [Электронный ресурс]. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2023/03/100061> (дата обращения: 21.04.2026).
2. Киселева, Т. Г. Индивидуальные особенности подростков, предрасположенных к интернет-зависимости // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. — 2021. — № 3. — С. 46–50.
3. Коваленко, С. В. Исследование интернет-зависимости подростков в условиях образовательной среды как фактора психологической безопасности личности / С. В. Коваленко, А. Д. Маковецкая, Г. Г. Тюстина // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — Т. 10. — № 5.
4. Коптелова Н. И. Интернет-зависимость среди подростков как психолого-педагогическая проблема // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2023. — Т. 11. — С. 3101–3105.

Социально-психологический портрет личности с расстройством пищевого поведения: интегративная модель на основе биопсихосоциального подхода

Юрова Алина Игоревна, студент магистратуры
Московский психолого-социальный университет

В статье представлен теоретико-аналитический синтез современных представлений о социально-психологическом портрете личности при расстройствах пищевого поведения (РПП). Реконструируется многомерная модель личности, страдающей РПП. Рассматриваются взаимосвязи между ключевыми компонентами: типами привязанности, коморбидной аффективной патологией, когнитивно-эмоциональными дефицитами, дезадаптивными поведенческими паттернами, включая компенсаторное поведение и несуицидальное самоповреждающее поведение (НССП). Анализируется влияние семейной системы, травли сверстников и социокультурных стандартов внешности. Доказывается, что РПП — сложный системный ответ личности, интегрирующий переживания внутренней пустоты, трудности саморегуляции и нарушенные интерперсональные связи. Обосновывается необходимость биопсихосоциальной парадигмы в терапии и профилактике РПП.

Ключевые слова: расстройство пищевого поведения, тип привязанности, эмоциональная дисрегуляция, алекситимия, перфекционизм, образ тела, биопсихосоциальный подход, НССП, семейный контекст.

Введение

Актуальность исследования социально-психологического портрета личности с РПП обусловлена стойким ростом распространённости патологии, особенно среди подростков и молодых взрослых. РПП ассоциируются с одними из самых высоких показателей летальности среди психических расстройств (до 20 % при нервной анорексии) и повышенным риском суицидального поведения [1, с. 3; 4, с. 2]. РПП проявляют психосоциальную природу, будучи вплетёнными в формирование идентичности, межличностные отношения и дезадаптивные способы совладания со стрессом.

Несмотря на обширный массив исследований, в научном дискурсе сохраняется фрагментарность понимания целостной личности с РПП. Работы часто фокусируются на отдельных аспектах — коморбидности или конкретных механизмах, — не предлагая интегративной модели, объясняющей устойчивость и резистентность расстройства [1, с. 3; 8; 9]. Постановка проблемы заключается в построении комплексного портрета, выявляющего взаимосвязи между: а) типом привязанности; б) эмоциональным состоянием и способами регуляции; в) когнитивными схемами; г) поведенческими стратегиями; д) социальным окружением.

Цель — конструирование и описание интегративной модели социально-психологического портрета личности с РПП. **Задачи:** систематизация ключевых компонентов портрета; выявление патогенетических циклов между ними; обоснование принципов биопсихосоциального подхода; определение перспективных направлений исследований.

1. Демографические и социально-возрастные характеристики

Гендерная диспропорция — ключевая характеристика: женщины страдают РПП примерно в 10 раз чаще мужчин

[1, с. 3; 2, с. 9; 4, с. 2], что связано с дифференцированным социокультурным давлением идеалов худобы. У мужчин расстройства часто остаются нераспознанными, могут проявляться как ориентация на гипертрофированную мышечную массу («мышечная дисморфия») и сильнее стигматизируются [10, с. 6].

Пик манифестации — подростковый и ранний юношеский возраст (13–20 лет) [1, с. 3; 4, с. 5; 10, с. 3], совпадающий с формированием идентичности, кризисом сепарации и чувствительностью к социальному одобрению. Тело подростка становится фокусом тревоги и объектом контроля. Ранние формы нарушений могут проявляться в 8–13 лет, маскируясь под «избирательный аппетит» или «здоровый образ жизни» [3, с. 2]. РПП тесно связано с кризисными точками развития и социализации.

2. Тип привязанности как основа личностной организации

Тип привязанности, сформированный в раннем детстве, — фундаментальный элемент портрета. 70 % лиц с активными РПП демонстрируют признаки небезопасной привязанности, а безопасный тип достоверно чаще встречается у лиц в ремиссии [2, с. 1, 9]. До 90 % пациентов с РПП и их родителей выявляют небезопасный тип привязанности [2, с. 8], создающий первичный дефицит внутренней безопасности [5, с. 4].

Небезопасная привязанность формируется в условиях дисгармоничных ранних отношений — ригидности, эмоциональной холодности, непоследовательности, гиперопеки или игнорирования [2, с. 3–4]. Это закладывает основу для хронической тревожности, заниженной самооценки, беспомощности, зависимости от внешней оценки [2, с. 11].

Конкретные типы предрасполагают к различным фенотипам РПП:

— **Тревожный (амбивалентный)** — страх отвержения, навязчивая потребность в близости. Коррелирует

с компульсивным перееданием и булимией [2, с. 10–11]; переедание как самоуспокоение при страхе одиночества.

— **Избегающий** — подавление потребности в близости, гипертрофированная самодостаточность. Характерен для анорексии рестриктивного типа [2, с. 8, 10–11]; отказ от еды как символ независимости.

— **Дезорганизованный** — желание близости со страхом перед ней. Чаще при булимии с коморбидным пограничным расстройством и самоповреждением [2, с. 8].

3. Эмоционально-аффективная сфера и регуляторные дефициты

Эмоциональная дисрегуляция — ядро страдания и главный «двигатель» дезадаптивного поведения. РПП концептуализируются как стратегия влияния на непереносимые эмоциональные состояния, для которых нет иного «языка» [9, с. 4].

Ключевой феномен — алекситимия: трудности идентификации чувств, их дифференциации от телесных ощущений и вербализации [2, с. 6; 9, с. 4–5]. Эмоция, которую нельзя выразить словами, находит выход через тело. Пища и манипуляции с телом становятся «соматическим словарем» для гнева, обиды, пустоты, вины [9, с. 4; 5, с. 4, 8].

Дезадаптивные стратегии регуляции: **руминация** — навязчивое «жевание» мыслей о калориях и весе, истощающее ресурсы [9, с. 3]; **подавление мыслей** — попытки вытеснить «запретные» мысли, приводящие к их усилению; **экспериментальное избегание** — тотальное избегание внутренних переживаний, где пищевое поведение — главный инструмент.

Высока коморбидность с депрессией и тревогой, находящимися с РПП в взаимоусиливающей связи [1, с. 4–5]. Пища как «самолечение» даёт кратковременное облегчение, сменяющееся усилением вины и стыда, замыкая круг [1, с. 7]. Депрессия сопутствует более чем половине случаев РПП; тревожные расстройства часто предшествуют манифестации [6, с. 5–6]. Нейробиологическая основа — нарушения серотонина и дофамина [1, с. 8].

4. Когнитивные особенности и искажённая самооценка

Когнитивная сфера отличается ригидностью и дихотомичностью мышления [9, с. 4]. Ключевые искажённые конструкторы:

— **Дисфункциональный перфекционизм** — центральная черта при всех типах РПП [2, с. 4; 3, с. 2; 5, с. 4–5]. В отличие от здорового стремления к развитию, основан на страхе неудачи и чувстве неполноценности. Тело и питание — объекты реализации перфекционистского проекта, кажущиеся более контролируемыми, чем эмоции [2, с. 4].

— **Искажение образа тела** — негативное восприятие тела как объекта или «арены борьбы» [2, с. 4; 4, с. 5]. Независимо от объективных параметров человек видит себя

непривлекательным; искажение поддерживается селективным вниманием к «дефектам».

— **Низкая самооценка** — самооценочность связывается исключительно с весом и контролем над питанием [4, с. 4]; вне этого контекста практически отсутствует. Убеждение, что только через контроль над телом можно заслужить уважение [11, с. 11].

Эти особенности создают самоподдерживающуюся схему: любое отступление от правил интерпретируется как катастрофа, запуская новый виток депрессии и компенсаторного поведения.

5. Дезадаптивные поведенческие паттерны

— **Компенсаторное поведение**. Помимо классических форм (рвота, слабительные), существенны компульсивные физические нагрузки — как инструмент «очищения» от съеденного, наказания или заполнения пустоты [3, с. 3, 5]. В спорте, балете, фитнес-индустрии эти паттерны маскируются под «профессиональную необходимость» [3, с. 2].

— **НССП**. Коморбидность РПП и НССП (14–68 % при анорексии, 25–55 % при булимии) отражает общность механизмов [7, с. 1]: оба — стратегии регуляции непереносимого аффекта и самонаказания. Самоповреждения могут дополнять булимические эпизоды.

Поведенческие паттерны выполняют символические функции: при анорексии — контроль и автономия; при булимии — наказание и очищение; при компульсивном переедании — заполнение пустоты и самоуспокоение [8]. На межличностном уровне — крик о помощи или протест. Поддерживаются анозогнозией — отсутствием критического осознания болезни [4, с. 5, 11].

6. Социальный контекст

Семейная система — питательная среда для РПП. Патогенные паттерны: 1) сверхконтроль и нарушенная сепарация — отказ от еды как протест за автономию [5, с. 3]; 2) перфекционизм и культ внешности — любовь воспринимается как условная [5, с. 5]; 3) эмоциональная депривация и конфликтность — РПП как способ справиться со стрессом или объединить семью [1, с. 4–5]; 4) травматический — насилие или потеря как провоцирующий фактор; РПП и НССП — попытка справиться с посттравматическим стрессом [5, с. 5].

Межличностные отношения. Экзистенциальное одиночество — чувство жизни «за стеклом» [11, с. 1, 8]. Сопутствуют недоверие, страх «разоблачения», изоляция. Травля сверстниками из-за внешности — частый пусковой механизм [4, с. 7]. Избегание совместных приёмов пищи сужает круг общения [4, с. 5]; еда может становиться суррогатом отношений [5, с. 9].

Социокультурный контекст. Медиа и соцсети транслируют идеализацию худобы и недостижимые стандарты красоты, которые интериоризируются личностью в подростковом возрасте [4, с. 5; 5, с. 5; 2, с. 4–5]. Это объяс-

няет гендерную диспропорцию и рост РПП при вестернизации.

Заключение

Интегративный анализ позволил построить многомерный портрет личности с РПП — не сумму черт, а взаимосвязанную систему, формирующую устойчивый патологический цикл. Ядро составляет триада дефицитов:

1. Дефицит саморегуляции — эмоциональная дисрегуляция, алекситимия, неспособность адаптивно проживать чувства.

2. Дефицит самооценки — замещение перфекционизмом, искажённым образом тела и самокритикой; хрупкая зависимость от внешних критериев.

3. Дефицит интерперсональных связей — одиночество, недоверие, страх отвержения, изоляция.

На пересечении дефицитов формируется поведенческое ядро: нарушения пищевого поведения, компульсивные нагрузки и НССП как функции псевдoreгуляции аффекта, самонаказания и иллюзорного контроля. Фоном выступают коморбидная депрессия и давление социокультурных стандартов.

РПП — системный психосоматический ответ на внутренние трудности и внешние давления, где соматизация

через тело становится тупиковым «языком» взаимодействия с миром.

Практические импликации. Портрет указывает на не состоятельность узкосиндромального подхода. Лечение требует комплексного вмешательства:

1. Биологический уровень — психофармакотерапия (СИОЗС) для коррекции аффективной симптоматики.

2. Психологический уровень — психотерапия: проработка ранних травм и привязанности (психодинамическая, схема-терапия); коррекция когнитивных искажений (КПТ-Е); развитие навыков регуляции (ДБТ); формирование принимающего образа тела.

3. Социальный уровень — семейная терапия для изменения патогенных паттернов; диетологическая помощь.

Перспективы исследований: изучение связей подтипов привязанности с фенотипами РПП и НССП; лонгитюдные исследования динамики портрета; разработка таргетных психотерапевтических протоколов; создание профилактических программ для подростковых групп риска и психообразования родителей.

Только целостное, личностно-центрированное понимание открывает путь к терапии, цель которой — не нормализация веса, а восстановление способности к переживанию эмоций, построению доверительных отношений и обретению автономной самооценности.

Литература:

1. Айвазова Д. С., Грудева А. С. Депрессивные расстройства и нарушение пищевого поведения // Биология и интегративная медицина. 2025. № 3 (75). С. 1–10.
2. Лаврова Н. А. Взаимосвязь между типом привязанности и нарушением пищевого поведения // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. 2021. № 1. С. 32–46.
3. Подберезко Н. А. и др. Физические нагрузки как аспект компенсаторного поведения при РПП // Сборник научных статей. 2022. С. 191–195.
4. Орлов Ф. В., Куликова Н. Д., Голенков А. В. Трудности диагностики нервной анорексии // Здоровоохранение Чувашии. 2024. № 1. С. 47–58.
5. Ковалев А. В. Биопсихосоциальный подход в психотерапии РПП // Современные проблемы науки и образования. 2024. № 1. С. 1–11.
6. Барыльник Ю. Б. и др. Нервная анорексия и нервная булимия: от истории к современности // Социальная и клиническая психиатрия. 2024. Т. 34, № 1. С. 88–97.
7. Гранкина А. Д. и др. РПП как проявление НССП // Психическое здоровье. 2023. Т. 21, № 8. С. 55–62.
8. Казанцева Е. В. и др. Роль эмоционального фактора в формировании нарушений пищевого поведения // Международный журнал психологии и поведенческих наук. 2023. Т. 13, № 4. С. 112–119.
9. Глазкова Ю. В., Политика О. И. Симптомы и проявления РПП // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2024. № 1. С. 45–53.
10. Петрова Л. А. и др. Выявление РПП у подростков // Российский журнал образования и психологии. 2023. Т. 14, № 1. С. 112–129.

СОЦИОЛОГИЯ

Молодёжная политика: проектный подход

Кожевина Марьяна Владимировна, студент магистратуры
Московский государственный институт культуры (г. Химки)

В данной статье автором рассматривается проектный подход как один из ключевых механизмов реализации государственной молодёжной политики в России. В ходе анализа изучается нормативно-правовая база, институциональная практика и различные грантовые инструменты для поддержки инициатив молодёжи. Определены положительные и отрицательные направления действия проектного управления в молодёжной сфере. В заключение статьи автором обоснована необходимость перехода от оценки формальных показателей к оценке длительных эффектов их действий.

Ключевые слова: молодёжная политика, проектный подход, социальное проектирование, оценка.

Youth policy: a projectbased approach

In the article examines the projectbased approach as a key mechanism for implementing state youth policy in the Russian Federation. The author analyzes the regulatory framework, institutional practices, and grant instruments for supporting youth initiatives. The advantages and problematic areas of projectbased management in the youth sphere are identified. In conclusion article, the need to move from assessing formal indicators to changing longterm effects are substantiated.

Keywords: youth policy, projectbased approach, social design, assessment.

В России сегодня государственная молодёжная политика проводит этап своей институциональной трансформации. Прежде всего на это повлиял переход от применения программно-целевых методов к проектно-ориентированной модели управления, что на самом деле, не является исключительно какой-либо административной новацией, но такой подход отражает фундаментальное изменение представлений о роли молодёжи в социально-экономическом развитии страны, где она рассматривается не как объект государственной поддержки, а как субъект социального действия, способный генерировать и реализовывать свои инициативы.

Благодаря Стратегии государственной молодёжной политики до 2016 года, в Российской Федерации правовые основы проектного управления формировались поэтапно. В «Основах государственной молодёжной политики до 2025 года», который был принят в 2014 году, были поставлены задачи по разработке просветительских программ и проектов, реализации молодежных проектов и развитие инновационных технологий в образовании. Однако, принципиально новый этап, в этом направлении связан с Указом Президента № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года». Со-

гласно данного документа с 2025 года начата реализация национального проекта «Молодёжь и дети». Этот документ ознаменовал переход к системной проектной логике на всех уровнях: федеральном, региональном и муниципальном [1, с. 60].

Национальный проект «Молодёжь и дети», запущенный в 2025 году, охватывает более 50 миллионов человек — от детей до педагогов и родителей. Структурно национальный проект решает двуединую задачу. С одной стороны, он обеспечивает инфраструктурные условия (строительство школ, кампусов, молодёжных центров), с другой — создаёт механизмы вовлечения молодёжи в проектную деятельность [2, с. 150].

О. Рожнов в своих трудах отмечает, что идея использования проектных форм в управлении молодёжной политикой высказывалась достаточно давно. На федеральном уровне проектный подход стал разрабатываться при формировании «Стратегии государственной молодёжной политики в Российской Федерации», которая получила мощный импульс с принятием национальных проектов [3, с. 14]. В 2026 году продолжается строительство школ мирового уровня, развитие передовых инженерных школ и создание молодёжных пространств. Программа «Профессионалитет» включает в себя более 24 отраслей эконо-

мики и объединяет более 1500 образовательных организаций с ведущими компаниями и фирмами.

В 23 регионах нашей страны уже более 50 передовых инженерных школ готовят специалистов для широкого ряда сфер — от искусственного интеллекта до атомной энергетики. Особого внимания заслуживает программа «Регион для молодых», в рамках которой за четыре года создано более 170 молодёжных пространств, а к 2030 году их количество превысит 500. Эти центры выполняют функцию инфраструктурной поддержки проектной активности и в них молодёжь может бесплатно заниматься творческой деятельностью, спортом, реализовывать социальные проекты, организовывать и проводить конференции. Со временем будет только повышаться акцент на развитие инженерных и новых информационных технологий, что потребует дополнительные проекты.

При проектном подходе требуется соответствующая организационная инфраструктура, например, в некоторых российских регионах активно формируются ведомственные проектные офисы для реализации направлений молодёжной политики. Так в Нижегородском регионе на основе приказа министерства молодёжной политики создан ведомственный проектный офис по реализации региональных проектов «Россия — страна возможностей» и национальный проект «Молодёжь и дети». Проектный офис является координирующим органом, созданный для обеспечения реализации региональных проектов. Ответственность за достижение показателей, подготовку отчётности и взаимодействие с региональным офисом возложена на должностных лиц.

Подобные структуры создаются и в других субъектах РФ. В 2026 года прошёл учебно-методический семинар для региональных ведомственных проектных офисов, в котором приняли участие более 100 представителей региональных органов власти, в котором ключевыми темами стали методологическое сопровождение проектной деятельности, нормативно-правовая база и финансовые механизмы. В Воронеже на муниципальном уровне формируются проектные офисы. Где наградой за победу в конкурсе стал грант на открытие муниципального проектного офиса молодёжной политики.

В образовательных организациях высшего образования создаются центры проектной работы. В РЭУ им. Г. В. Плеханова функционирует Центр Департамента молодёжной политики и воспитательной работы, являющийся структурным подразделением университета. Ос-

новными задачами данного центра являются вовлечение молодёжи в проектную деятельность. Конкурс «Росмолодёжь. Гранты» позволяет победителям получить финансирование на свои проекты до нескольких миллионов рублей. Целью таких проектов должны формулироваться по определенным критериям, а оценка самого проекта осуществляется экспертами по десяти критериям, среди которых особое внимание уделяется описанию целевой аудитории [4, с. 15]. Масштабным проектом в России так же является конкурс студенческих проектов «Твой ход», проводимый Росмолодёжью совместно с Минобрнауки. В этом конкурсе студенты могут получить индивидуальную поддержку своих проектов. Проект «Россия — страна возможностей» запускает конкурсы и образовательные форматы для молодёжи».

Анализ научной литературы позволил выделить ряд положительных направлений проектного подхода в молодёжной политике. Например, А. С. Гасанов и С. Х. Гаматаева, определили, что проектный подход позволяет внедрять усилия власти и молодёжи в решение наиболее актуальных проблем общественной жизни молодых граждан [2, с. 147]. Проектная деятельность обеспечивает развитие навыков планирования и управления, а также привлекает ресурсы к участию в решении социальных проблем. Проектную активность следует оценивать не по реальным социальным эффектам, а по количеству поданных заявок.

Заключение

Проектный подход в молодёжной политике России прошёл свой путь от декларативного принципа до развёрнутой институциональной системы. Нормативная база позволяет обеспечивать легитимность этого подхода, а практика демонстрирует его способность консолидировать усилия государства. Дальнейшее развитие проектного подхода необходимо направить на решение трёх ключевых задач: переход от оценки формальных показателей к измерению долгосрочных эффектов проектной деятельности, обеспечение равного доступа к проектной инфраструктуре для молодёжи из разных населённых пунктов и развитие системы подготовки кадров, способных работать в логике проектного управления. Решение этих задач позволит в полной мере реализовать потенциал проектного подхода как инструмента развития человеческого капитала и обеспечения конкурентоспособности страны.

Литература:

1. Адамов, И. А. Оценка региональных проектов как инструмент повышения эффективности отраслевой политики в контексте программно-проектного подхода в отрасли молодёжной политики / И. А. Адамов // Социология. — 2025. — № 12. — С. 58–61.
2. Гасанов, А. С. Социальное проектирование в контексте реализации региональной молодёжной политики / А. С. Гасанов, С. Х. Гаматаева // Вопросы политологии. — 2023. — Т. 13. — № 5 (93). — С. 146–155.
3. Рожнов, О. А. Социальное проектирование как технология управления молодёжной политикой / О. А. Рожнов // Власть. — 2006. — № 10. — С. 12–17.

4. Малков, В. В. Актуальные аспекты физической подготовки военнослужащих иностранных государств военно-инженерного вуза / В. В. Малков, В. Н. Володин // Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта. — Тюмень, 2021. — С. 375–379.

«Эхо демографической ямы 1990-х» как фактор изменений в страфикационной структуре современного российского общества

Федотов Антон Дмитриевич, студент

Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых

В статье разбираются последствия демографического кризиса 1990-х годов, названных «эхом демографической ямы 1990-х». Автор дает определение феномену, выделяет категории причин его возникновения. Рассматриваются статистические показатели рождаемости в России в ключевые для темы статьи периоды. Поднимается вопрос о трудовой миграции и её влиянии на трудовую дифференциацию молодежи. В заключении рассматриваются последствия демографического кризиса 1990-х годов и их влияние на жизнь молодежи и динамику воспроизводства населения.

Ключевые слова: эхо демографической ямы 1990-х, динамика рождаемости, интенсивность рождаемости, трудовая миграция, низкоквалифицированный труд, экономическая стратификация молодежи.

Термин «эхо демографической ямы 1990-х», употребленный для характеристики причин низкой динамики рождаемости, возникших в конце прошлого столетия, был употреблен в статье новостного портала «РосБизнесКонсалтинг» (РБК) в октябре 2023-го года [3]. Столь яркое понятие являлось, согласно информации вышеуказанной статьи, реакцией «экспертов» на прогноз Социального Фонда России (СФР) к проекту бюджета 2023–2026 годов, исходя из которого абсолютное число родившихся достигнет минимума 1990-х годов.

Вышеуказанный термин не имеет определенной трактовки, так как, по своей сути, сформирован, скорее, для наиболее яркого описания причин демографического кризиса современной России и их систематизации в рамках конкретного исторического периода. Для большего понимания вектора данной работы смею характеризовать данное понятие самостоятельно, поскольку это необходимо для понимания идеи исследования.

Под «эхом демографической ямы 1990-х» понимаются демографические проблемы России 1990–2000-х годов, повлиявшие на спад рождаемости в 2020-х годах. Для систематизации знания, следует классифицировать причины возникновения данного феномена по сферам общественной жизни.

Первая группа — политические причины. После распада СССР в 1991-м году, Россия изменила вектор своего развития в пользу создания капиталистического общества. Тем не менее, формат изменений, проводимых первым президентом Российской Федерации Б. Н. Ельциным и его окружением, привел к острому политическому кризису и противостоянию законодательной и исполнительной властей. Кульминацией данного конфликта стало вооруженное столкновение сторонников Ельцина и противников социально-экономических изменений в 1993-м

году. Данное событие отлично коррелирует с теорией спирали молчания Э. Ноэль-Нойман, суть которой заключается в избегании публичного освещения своего мнения (в рамках рассматриваемого нами события — гражданской позиции), если оно противоречит доминирующим общественным установкам [5]. На фоне этого, события «Расстрела Дома Советов» в общественном сознании часто размываются и смешиваются с августовским путчем, который также в значительной степени повлиял на развитие политического кризиса России в 1990-х годах. Описанные события привели к тому, что большая часть населения потеряла уверенность в завтрашнем дне, что не могло не сказаться на интенсивности рождения детей.

Вторая группа — экономические причины. Во многом развитию неопределенности и неуверенности граждан в своем будущем способствовали экономические преобразования страны, в частности, «шоковая терапия» Е. Т. Гайдара. Резкий переход к рыночной системе не только не улучшил экономическую ситуацию, но и привел к возникновению гиперинфляции. Ваучерная приватизация под руководством А. Чубайса привела к поляризации общества на «бедных» и «богатых» [1]. Большая часть страны потеряла свои накопления, заработанные тяжким трудом. Тот факт, что граждане лишились своих финансов, фактически не позволял им планировать рождение детей, так как отсутствие денежных средств и несвоевременная оплата труда ставила под вопрос их собственное существование.

Третья группа — социальные причины. Ввиду перехода к совершенно другому типу общественного строя, институт семьи переживал сложные времена, поскольку на момент распада СССР не была сформирована новая семейная политика (вплоть до 1993-го года, при этом новая концепция имела, скорее, декларативный характер) [6]. Во времена наименьшего государственного контроля новые

ценностные ориентации института семьи формировались за счет СМИ, телевидения, радио и прочих способов коммуникации и рекламы. Образ «западного» общества, в котором, на тот момент, активно развивалось движение чайлдфри, произвел глубокое впечатление на девушек детородного возраста [2].

Неопределенность политического курса страны и резкий переход от социалистических идеалов к капиталистическим, нестабильность экономической системы

и отсутствие семейной политики привели к тому, что большая часть женщин репродуктивного возраста в 1990-х откладывала рождение детей на более позднее время или отказывалась от продолжения рода в принципе.

Все вышеописанные причины повлияли на низкую динамику рождаемости в России в 1990-х годах. По данным Ростата, число родившихся в 2000-м году по сравнению с аналогичным показателем в 1990-м году сократилось на 722.058 человек [11].

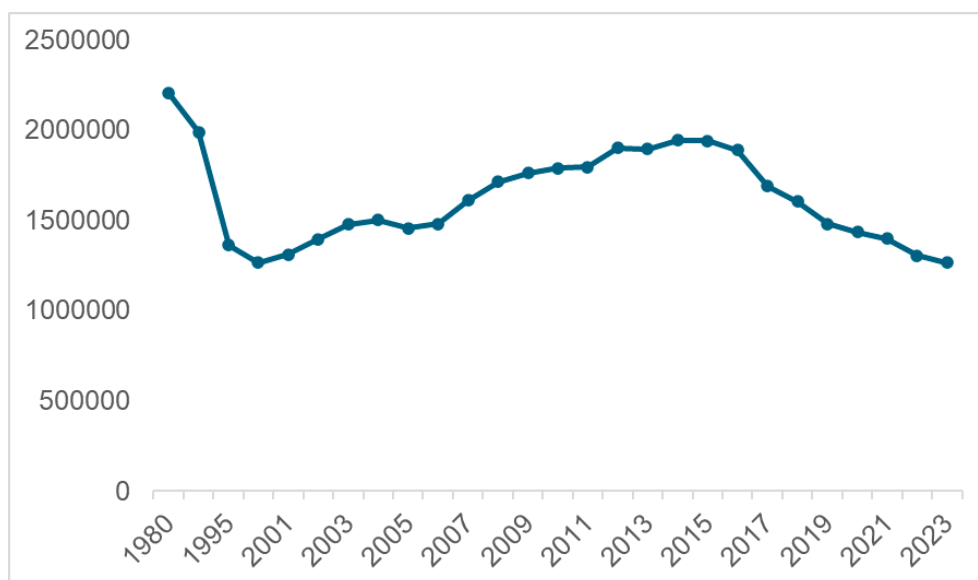


Рис. 1. Изменение числа рожденных с 1980-го по 2023-й годы [11]

Как можно заметить на вышеуказанном рисунке, в период 2007–2013 гг. динамика рождаемости имела положительный характер, тем самым, фактически, развеивая ранее описанную концепцию «эха». Однако, по информации стратегии действий по реализации семейной и демографической политики, поддержке многодетности в Российской Федерации до 2036 года [14], заявлено, что данный демографический подъем связан не только с активно действующий на тот момент демографической политике, но и с увеличением доходов населения, реальный уровень которых начал стремительно падать после 2016-го, что четко прослеживается на вышестоящем графике. Ввиду данного факта, нельзя сказать, что демографический кризис 1990-х годов не имел весомых последствий, поскольку повышение уровня рождаемости было вызвано совокупностью различных факторов, основополагающим из которых стала не демографическая политика государства, а подъем в экономической сфере.

Многу используется трактовка «эхо демографической ямы 1990-х» в контексте того, что последствием глубокого демографического кризиса 1990-х стала нехватка женщин репродуктивного возраста, которые, в нынешний период снижения динамики рождаемости, задумывались бы или уже заводили собственных детей, тем самым закрывая и демографическую яму и стабилизируя интенсивность рождаемости в последующем поколении [9].

К этому моменту у читателя мог возникнуть справедливый вопрос: каким образом демографический кризис 1990-х повлиял на изменение стратификационного состава современного российского общества? Проведем некоторую цепочку явлений, которая объяснит прямое влияние демографии на дифференциацию населения.

Низкая динамика рождаемости неизбежно ведет к снижению численности населения. По данным Ростата, в период 1990–2000-х годов число граждан сократилось на 800 тыс. человек [12]. Соответственно, снижение числа трудоспособных граждан в период «эха», то есть в 2023–2026-м годах влечет за собой спад экономики и кризис кадров. Чтобы предотвратить данный кризис или смягчить его проявление, государство неминуемо использует труд миграции. В 2020-м году число трудовых мигрантов составило 11.805.832 человека, среди них 11.373.233 человек — жители СНГ [4]. В стратегии действий по реализации семейной и демографической политики, поддержке многодетности в Российской Федерации до 2036 года также отмечается положительное миграционное сальдо за период 2009–2023 года, что свидетельствует о наивысшей степени достоверности вышеописанного факта [14].

С одной стороны, этот процесс положительно влияет на экономические показатели нашей страны, ведь, фактически, трудовые мигранты помогают стабилизировать кадровую ситуацию.

С другой стороны, это значительно размывает доступность трудовых мест для граждан РФ, которые реализуют полученные финансы на территории нашей стране, тем самым развивая экономическую систему в целом. По данным Центрального Банка РФ, сумма трансграничных переводов в страны СНГ, которые, в основном, осуществляются трудовыми мигрантами, в 2021-м году составила 12.5 миллиардов долларов США [4]. Этот факт свидетельствует о крупной потере оборотных денежных средств на территории России в пользу стран СНГ.

Что же касается стратификационных изменений, зачастую, иностранные граждане и лица без гражданства занимаются низкоквалифицированным трудом. К примеру, доля мигрантов в курьерских службах на момент 2026-го года составляет 40 % [10], в строительной сфере — 13–15 % [7], в логистике — до 25 %, в лесозаготовке — до 50 % [8]. Такой процент трудоустройства мигрантов в низкоквалифицированных отраслях прежде всего влияет на благосостояние молодежи. Чаще всего низкоквалифицированный труд выбирают студенты, поскольку они не имеют необходимых профессиональных навыков для трудоустройства на более квалифицированную работу, но, при этом, данная социальная группа уже готова вступать в экономические отношения по ряду причин: от личной мотивации до необходимости обеспечения себя и своей семьи [13]. Высокий процент трудовых мигрантов в выше-

описанных отраслях затрудняет трудоустройство граждан России в низкоквалифицированные сферы, что влечет за собой поздний вход молодежи в трудовые отношения, что, в свою очередь, также повлияет на средний возраст вступления в брачные отношения, и, как следствие, образует новое «эхо демографической ямы».

Тем не менее, нельзя с уверенностью сказать, что данный фактор дифференциации населения влечет за собой исключительно негативные последствия — при отсутствии иных досуговых и карьерных альтернатив, молодые люди вполне могут сосредоточиться на получении качественного образования, которое позволит им быть конкурентноспособными на рынке труда. Это повлечет за собой номинальный рост средней заработной платы выпускников и молодежи в целом. Данный фактор во многом будет способствовать развитию института семьи, ведь при наличии денежных средств в необходимом объеме, молодые люди будут более охотно заводить детей, что стабилизирует демографическую ситуацию в стране. Однако, данный фактор стратификационных изменений может повлечь за собой и формирование нового «эха», стабилизацией которого в полной мере сможет заняться только следующее поколение, поскольку нынешнее не покажет высокую динамику рождаемости из-за трудностей с трудоустройством на начальных этапах взрослой жизни.

Литература:

1. Васильев В. А. От разрушения социализма к олигархическому капитализму // Социально-гуманитарные знания. 2017. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ot-razrusheniya-sotsializma-k-oligarhicheskomu-kapitalizmu>
2. Вильданова С. М., Граничная А. А., Мингалиева А. Р., Салыхиева Л. М. Тенденции распространения ценностей чайлдфри в России и их влияние на кризис института семьи // Мониторинг. 2017. № 3 (139). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tendentsii-rasprostraneniya-tsennostey-chayldfri-v-rossii-i-ih-vliyanie-na-krizis-instituta-semi>
3. Виноградова Е. Демографический вызов России // РБК. Газета № 114 (3784) (0310). Экономика. 03.10.2023. URL: <https://www.rbc.ru/newspaper/2023/10/03/651a95509a7947addf136c31>
4. Драбенко В. А., Драбенко Д. В., Величко Р. О. Анализ изменений трудовой миграции в РФ из стран СНГ за период с 2020 по 2023 годы // ЭВ. 2024. № 1 (36). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-izmeneniy-trudovoy-migratsii-v-rf-iz-stran-sng-za-period-s-2020-po-2023-gody>
5. Елдинов О. А. Октябрь 1993 года глазами очевидцев: исторический аспект формирования массового сознания // НП/НР. 2019. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/oktyabr-1993-goda-glazami-ochevidtsev-istoricheskij-aspekt-formirovaniya-massovogo-soznaniya>
6. Климин И. И. Нарастание кризисных тенденций в российской семье в 1990-е годы // Россия в глобальном мире. 2015. № 7 (30). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/narastanie-krizisnyh-tendentsiy-v-rossiyskoy-semie-v-1990-e-gody>
7. Коммерсантъ В ряде регионов России ввели лимит на долю мигрантов на стройках // 12.01.2026. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/8339250>
8. Коммерсантъ Рабочая сила расширяет географию // 24.02.2025. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/7532942>
9. Носач И. Л. Влияние спада рождаемости 90-х на экономическое развитие страны // МНИЖ. 2015. № 10–1 (41). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-spada-rozhdaemosti-90-h-na-ekonomicheskoe-razvitie-strany>
10. РИА Новости Названы зарплаты мигрантов-курьеров в России // 20.03.2026. URL: <https://ria.ru/20260320/rossija-2081848516.html?ysclid=muboti23636295896410>
11. Федеральная служба государственной статистики Рождаемость, смертность и естественный прирост // URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/demo21_2023.xlsx
12. Федеральная служба государственной статистики Численность населения // 2025. URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/popul_1897+.xlsx

13. Федотов А. Д., Аргунова В. Н. Престижность низкоквалифицированного труда в современном российском обществе // Современное российское общество: новые вызовы, особенности трансформации и перспективы развития [Электронный ресурс]: материалы III Всерос. науч. -практ. конф. 10 апр. 2026 г. / под общ. ред. канд. экон. наук В. С. Щитко; Владим. гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых, Гуманитар. ин-т, Каф. социологии. — Владимир: Изд-во ВлГУ, 2026. — 275 с. URL: https://socio.vlsu.ru/fileadmin/Doc/Raznoe/Sovremennoe_rossiiskoe_obshchestvo.pdf
14. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15.03.2023 № 615-р «Стратегия действий по реализации семейной и демографической политики, поддержке многодетности в Российской Федерации до 2036 года» // URL: <http://static.government.ru/media/files/r10o4FJgcqMhYx2bGAJRxMNNS2m7pmN4.pdf>

ФИЛОЛОГИЯ, ЛИНГВИСТИКА

Подготовка к итоговому сочинению 2027 года: анализ типичных ошибок (по материалам Краснодарского края и г. Сочи), новые требования, алгоритмы работы с исторической темой и система дидактических карточек

Аболкасымова Минслу Комбаровна, учитель
МОБУ СОШ № 49 г. Сочи имени Н. И. Кондратенко (Краснодарский край)

В статье рассматриваются особенности подготовки выпускников к итоговому сочинению в 2026/27 учебном году. Автор анализирует типичные ошибки, допущенные участниками итогового сочинения 2026 года в Краснодарском крае и городе Сочи, представляет новые требования ФИПИ, связанные с введением исторических тем, и предлагает пошаговый алгоритм написания работы. Особое внимание уделяется структуре сочинения, роли мини-выводов, работе с вступлением, формулированию тезиса, анализу цитаты в теме и аргументации, а также дидактическим карточкам как инструменту подготовки. Материал статьи основан на личном педагогическом опыте автора — учителя русского языка и литературы МОБУ СОШ № 49 им Кондратенко Н. И., г. Сочи.

Введение

Итоговое сочинение остаётся обязательным этапом допуска выпускников к государственной итоговой аттестации. В 2026/27 учебном году в структуру закрытого банка тем ФИПИ внесены существенные изменения: комплекты тем пополнены новыми формулировками на историческую тематику, связанными с событиями, процессами и персоналиями истории России. Это требует от учителя-словесника пересмотра методических подходов к подготовке, поскольку исторический компонент становится не дополнительным, а системообразующим элементом ряда тем.

Актуальность статьи обусловлена необходимостью обобщения регионального опыта подготовки к итоговому сочинению, анализа типичных ошибок 2026 года и разработки практических алгоритмов, учитывающих новые требования. В работе представлен опыт, накопленный автором в МОБУ СОШ № 49 г. Сочи.

Анализ типичных ошибок итогового сочинения 2026 года (Краснодарский край и г. Сочи)

Анализ экзаменационных работ, а также методических материалов краевых вебинаров позволяет выделить ряд устойчивых ошибок.

Ошибки по критерию № 1 «Соответствие теме». Наиболее распространённой ошибкой остаётся непонимание

выпускником формулировки темы и недостаточное внимание к ракурсу постановки проблемы, неумение выявить ключевые слова в формулировке темы. Неоправданно пространное вступление, уходящее от темы, и отсутствие связи между вступлением и заключением также снижают качество работы.

Ошибки по критерию № 2 «Аргументация. Привлечение литературного материала». В большинстве работ выпускники опирались на литературный материал, однако типичными остаются поверхностное знание текстов, недостаточный комментарий, ошибки в именах, фамилиях героев, в названии населённого пункта, места действия. Использование заготовок из некачественных источников («готовые сочинения», сборники) приводит к фактическим неточностям в интерпретации художественного текста.

Ошибки по критерию № 3 «Композиция и логика рассуждения». Отмечается нарушение абзачного членения, отсутствие логических переходов между частями, дублирование мыслей во вступлении и заключении.

Ошибки по критерию № 5 «Грамотность». В 2026 году 62,86 % участников допустили количество ошибок, не превышающее допустимого для получения «зачёта», однако значительная часть выпускников испытывает затруднения с орфографической и пунктуационной грамотностью.

Региональная статистика. В г. Сочи из 2692 работ результат «зачёт» получили 2666 работ. В Краснодарском

крае самой популярной темой 2026 года стала «Как изменится наша жизнь, если в людях исчезнет отзывчивость?» — её выбрали 38,7 % участников; на втором месте — «На каких примерах можно воспитать достойных граждан?» (34,1 %).

Новые требования и историческая тема 2027 года

Главное нововведение 2026/27 учебного года — появление новых формулировок на историческую тематику, связанных с событиями, процессами и деятелями истории России. Исторические темы будут встречаться в разделах «Семья, общество, Отечество в жизни человека» и «Природа и культура в жизни человека». При этом темы посвящены исключительно истории России; тем по всемирной истории в сочинении не будет.

Согласно материалам ФИПИ, формулировки нацелены на осмысление разных понятий (гражданская позиция, патриотизм, Родина, народ и др.), рассуждение о ценности исторических знаний, связи времён, об этических проблемах, отражении истории в культуре, а также на выражение собственной оценки исторических событий, деятелей, достижений культуры.

Критерии оценивания при этом не меняются. Для получения «зачёта» необходимо выполнить два основных требования (объём — минимум 250 слов, рекомендуемое — от 350; самостоятельность) и получить положительный результат по критериям № 1 и № 2, а также получить «зачёт» хотя бы по одному из критериев № 3–5.

Алгоритм написания итогового сочинения 2027 года

Этап 1. Анализ темы, работа с цитатой и формулирование тезиса

Шаг 1. Определите тип формулировки темы. Темы бывают в виде вопроса, цитаты, утверждения, номинативного предложения. От типа зависит стратегия работы.

Шаг 2. Работа с темой-вопросом. Выделите вопросительное слово: «Почему?» — ищите причины; «Как?» — описывайте способы; «Согласны ли вы?» — выражайте позицию; «Что такое?» — давайте определение. Подчеркните ключевые слова — они задают содержание рассуждения.

Шаг 3. Работа с темой-цитатой. Если тема сформулирована в виде цитаты, необходимо:

1. Указать автора цитаты и кратко обозначить его заслуги (писатель, поэт, философ, общественный деятель).
2. Переформулировать цитату своими словами.
3. Выразить согласие или несогласие с высказыванием, объяснить, почему.
4. Сформулировать свой тезис как продолжение размышления.

Речевые клише: «...», — справедливо писал русский писатель (реалии автора); «Я согласна с высказыванием

(автор). Действительно, ... Почему? ...»; «Как точно заметил (автор), ... Я считаю, что ...».

Шаг 4. Формулирование тезиса. Тезис — это главная мысль сочинения, чёткий, конкретный ответ на поставленный в теме вопрос. Требования к тезису:

- 1) прямой ответ на вопрос темы (а не общие рассуждения);
- 2) конкретность;
- 3) доказуемость (подтверждается литературными аргументами);
- 4) формулировка в 1–2 предложениях.

Типичные ошибки при формулировании тезиса: тезис не отвечает на вопрос темы, а лишь повторяет его; тезис слишком общий («эта тема важна для всех»); тезис не подтверждается подобранными аргументами; тезис «размыт» на несколько предложений; во вступлении нет тезиса вообще, только «вода».

Речевые клише для тезиса: «Безусловно, каждый человек по-своему ответит на этот вопрос. На мой взгляд, ...»; «Я полагаю, что... и хочу доказать это на примерах из художественной литературы»; «Наверное, большинство людей хотя бы раз задумывались над тем, что значит... Я считаю, что...»; «Я убеждена: ... Именно эту мысль я постараюсь обосновать»; «На мой взгляд, ... В справедливости этой мысли меня убеждает русская классическая литература».

Шаг 5. Написание вступления. Вступление занимает 60–70 слов. Оно состоит из двух частей: «воды» (общие размышления, подводящие к теме, 2–3 предложения) и тезиса — чёткого ответа на вопрос темы. Задача вступления — ввести читателя в тему, обозначить ключевые понятия и сформулировать главную мысль, которую предстоит доказать в основной части. Не пишите лишнего, избегайте «воды» ради «воды».

Пример построения вступления с тезисом. Тема «Есть ли место милосердию на войне?».

– «Вода»: «Война — это страшное испытание, которое обнажает самые глубокие черты человеческой натуры. На войне человек оказывается перед выбором: сохранить человечность или ожесточиться».

– Тезис: «На мой взгляд, милосердие на войне не только возможно, но и необходимо, потому что именно оно отличает человека от зверя и позволяет сохранить нравственную опору в самых тяжёлых условиях».

Мостики для перехода к основной части: «Вспомним произведения художественной литературы, в которых раскрывается тема...»; «За примерами обратимся к произведениям художественной литературы»; «Свою позицию я готова подтвердить конкретными примерами из художественной литературы»; «Обратимся к произведениям русских писателей, которые не раз обращались к этой теме».

Этап 2. Основная часть (аргументация)

Первый абзац-аргумент. Начинайте с клише: «Так, в романе «Война и мир» Л. Н. Толстого описывается...»;

«Тема... раскрывается в произведении... (автор, название)»; «Вспомним героев повести... (автор, название)»; «Обратимся к роману... (автор, название)»; «Проблема (чего-то) волновала многих писателей. Обращается к ней и... (автор, название)».

Интерпретация обязательна! (2–3 предложения): «Автор повествует о...»; «Автор описывает...»; «Он акцентирует внимание читателя на...»; «Автор утверждает...».

Мини-вывод (для чего этот эпизод?): «И мы понимаем, что...»; «И читатель осознаёт, что...»; «Это ли не проявление... (чего-то)?»; «Читая это произведение, я задумалась над тем, что...»; «Эти события автор описывает, чтобы...»; «(Автор) показывает, что...»; «Автор знакомит читателя с героями из текста, чтобы...».

Переход ко второму абзацу: «А как другой герой поступил в этой ситуации?»; «Понаблюдаем за...»; «Кроме того...»; «Однако...» (при противопоставлении); «Но...».

Второй абзац-аргумент. Строится по той же схеме: клише → интерпретация → мини-вывод. Мини-выводы первого и второго абзацев должны отличаться по структуре. Нельзя использовать одни и те же слова.

Этап 3. Заключение (60–70 слов)

Свяжите мини-выводы первого и второго аргументов, сформулируйте общий вывод, соотносённый с тезисом. Не повторяйте уже сказанное. Речевые клише: «Подводя итоги сказанному, можно сделать вывод о том, что...»; «Таким образом...»; «Итак...»; «В заключение хочется выразить надежду на то, что...»; «Хочется верить, что...». В заключении нельзя использовать кричащие выражения, призывы («Давайте!»). Нужно наметить путь решения проблемы, выразить надежду на будущее.

Дидактические карточки для подготовки

Предлагаем комплект карточек, апробированный автором в 11 классе.

Карточка № 1 «Начало вступления». Задание: прочитайте тему. Подчеркните ключевые слова. Сформулируйте тезис (1 предложение), используя клише: «Безусловно, каждый человек по-своему ответит на этот вопрос...», «Я полагаю, что...», «На мой взгляд...».

Карточка № 2 «Продолжи вступление». Задание: дано начало вступления. Продолжите его, сформулировав тезис — чёткий ответ на вопрос темы. Запишите 2 произведения для аргументации.

Карточка № 3 «Работа с цитатой». Задание: прочитайте тему-цитату. Укажите автора, переформулируйте цитату своими словами, выразите согласие/несогласие, сформулируйте тезис. Используйте клише: ««...», — справедливо писал...», «Я согласна с высказыванием... Действительно, ...».

Карточка № 4 «Алгоритм аргумента». Задание: заполните таблицу: 1) автор и название произведения; 2) эпизод; 3) анализ поведения героя; 4) мини-вывод.

Карточка № 5 «Переходы-мостики». Задание: расставьте мостики между вступлением и основной частью, а также между первым и вторым аргументами. Используйте клише: «Вспомним произведения художественной литературы, в которых раскрывается тема...», «А как другой герой поступил в этой ситуации?», «Кроме того...».

Карточка № 6 «Мини-вывод». Задание: прочитайте готовый аргумент без мини-вывода; допишите мини-вывод, используя клише: «Таким образом, автор подчёркивает...», «Писатель приходит к выводу...», «Читая это произведение, я задумалась над тем, что...», «Это ли не проявление...?».

Карточка № 7 «Продолжи вывод». Задание: дано начало заключения. Продолжите его, выразив надежду на будущее, наметив путь решения проблемы. Используйте клише: «Подводя итоги сказанному, можно сделать вывод о том, что...», «Хочется верить, что...».

Карточка № 8 «Историческая тема». Задание: подберите литературное произведение, в котором отражены исторические события России; сформулируйте, какие уроки истории оно помогает осмыслить; постройте рассуждение по схеме «тезис — аргумент — мини-вывод».

Карточка № 9 «Разбор темы «Есть ли место милосердию на войне?»». Задание: раскройте тему на примере повести А. И. Куприна «Гранатовый браслет» и повести В. А. Закруткина «Матерь человеческая». Для «Гранатового браслета»: проанализируйте образ генерала Аносова, который, пройдя войну, сохранил способность к состраданию и милосердию; приведите эпизод, где он отказывается расстреливать пленных во время польского мятежа. Для «Матери человеческой»: проанализируйте эпизод, в котором Мария, потеряв всё, находит в себе силы простить и принять раненого немецкого солдата. Сформулируйте мини-вывод: милосердие на войне — это не слабость, а высшая форма нравственной стойкости.

Карточка № 10 «Продолжи анализ текста для аргумента». Задание: дан фрагмент анализа эпизода. Продолжите его, добавив авторское отношение и мини-вывод. Схема: что происходит (эпизод) → как ведут себя герои (анализ) → что хочет сказать автор (авторская позиция) → для чего приведён пример (мини-вывод).

Заключение

Итоговое сочинение 2027 года сохраняет преемственность в критериях оценивания, однако введение исторических тем требует от учителя-словесника усиления работы с историко-литературным материалом. Системное использование предложенного алгоритма и дидактических карточек позволяет преодолеть типичные ошибки, выявленные по результатам 2026 года, и сформировать у выпускников устойчивые навыки построения развёрнутого рассуждения с опорой на литературный и исторический материал.

Приложение

Таблица 1. Виды вступлений, мини-выводов, мостиков и заключений в итоговом сочинении. Часть 1: темы 1–15

Компонент	Вид	Суть Речевые клише /	Пример
Вступление	Определение понятия	Дается определение ключевому понятию темы, затем формулируется тезис «Что такое милосердие?»	Милосердие — это... На мой взгляд, ...»
Вступление	Вопрос-размышление	Ставится вопрос, на который в ходе рассуждения дается ответ «Может ли один человек изменить ход истории?»	Я считаю, что...»
Вступление	Цитата	Приводится высказывание, поясняется его смысл, выражается согласие/несогласие ««...», — справедливо писал...	Действительно, ... Я согласна, что...»
Вступление	Общие рассуждения	Краткое введение в тему через общезначимые мысли	«Нередко в жизни возникают ситуации, когда...»
Вступление	Лирическое (от первого лица)	Личное восприятие темы, размышление о собственном опыте	«Читая страницы истории, я задумываюсь о том, что...»
Вступление	Историческое / культурное	Обращение к историческому событию или культурному контексту	«История России знает немало примеров, когда...»
Вступление	Ассоциативное	Сравнение, метафора, образ, подводящий к теме	«Война — это страшное испытание, которое обнажает...»
Мини-вывод	Обобщение мысли	Краткий итог сказанному в абзаце	«Таким образом, автор подчеркивает...»
Мини-вывод	Ответ на вопрос	Возвращение к вопросу, поставленному в теме	«Итак, мы видим, что герой действительно...»
Мини-вывод	Связь с тезисом	Напоминание о главной мысли сочинения	«Этот пример подтверждает мою мысль о том, что...»
Мини-вывод	Оценка поступка героя	Нравственная оценка действий персонажа	«Автор показывает, что герой поступает по совести...»
Мини-вывод	Авторская позиция	Формулировка того, что хотел сказать писатель	«Писатель приходит к выводу...»
Мини-вывод	Личное отношение	Выражение собственного восприятия эпизода	«Читая это произведение, я задумалась над тем, что...»
Мини-вывод	Вопрос-утверждение	Яркая эмоциональная формулировка вывода	«Это ли не проявление... (чего-то)?»
Мини-вывод	Прогноз / надежда	Выход на перспективу, связь с будущим	«Хочется верить, что и в нашей жизни...»
Мостики	Переход к основной части	Логический переход от вступления к аргументам	«Вспомним произведения художественной литературы, в которых раскрывается тема...»
Мостики	Переход между аргументами (сравнение)	Сопоставление двух примеров	«А как другой герой поступил в этой ситуации?»
Мостики	Переход между аргументами (противопоставление)	Контрастное сопоставление позиций	«Однако...», «Но...», «В отличие от...»
Мостики	Переход к заключению	Связка от последнего аргумента к выводу	«Подводя итоги сказанному, можно сделать вывод о том, что...»
Мостики	Вопросно-ответный	Риторический вопрос, на который сразу дается ответ	«Почему же это происходит? Потому что...»
Мостики	Связка по теме	Возвращение к ключевым словам темы	«Так тема... раскрывается через...»

Компонент	Вид	Суть Речевые клише /	Пример
Заключение	Обобщение по тезису	Сжатый вывод, повторяющий главную мысль	«Таким образом, я убеждена, что...»
Заключение	Выражение надежды	Надежда на лучшее, связь с будущим	«Хочется верить, что...»
Заключение	Путь решения (без призыва)	Наметить нравственный ориентир	«В заключение хочется выразить надежду на то, что...»
Заключение	Афоризм / цитата	Завершение яркой мыслью или высказыванием	«Как писал А. С. Пушкин, ...»
Заключение	Кольцевая композиция	Возвращение к началу сочинения	«Вернёмся к вопросу, поставленному в начале...»
Заключение	Личное отношение	Искреннее выражение позиции автора сочинения	«Для меня этот пример — напоминание о том, что...»

Источник: составлено автором на основе методических материалов по подготовке к итоговому сочинению и практики работы в МОБУ СОШ № 49 им. Кондратенко Н. И., г. Сочи.

Таблица 2. Исторические темы итогового сочинения 2027 года, аргументы и мини-выводы (темы 1–15)

№ темы	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
1	Какого исторического деятеля Вы бы назвали подлинно выдающимся?	С. П. Алексеев, «Рассказы из русской истории» (о Суворове, Кутузове, Петре I) Полководец Суворов делил с солдатами тяготы походов, отказывался от роскоши, ел простую солдатскую кашу. Был примером. Мини-вывод: Итак, величие Суворова — в умении побеждать малой кровью, думая о людях, а не о славе. А. С. Пушкин, «Медный всадник» (фрагмент)	Пётр I — «властелин судьбы», который «Россию поднял на дыбы». Его преобразования укрепили державу. Мини-вывод: Следовательно, величие деятеля определяется способностью изменить ход истории целой страны.
2	Согласны ли Вы с утверждением М. В. Ломоносова: «Народ, не знающий своего прошлого, не имеет будущего»?	Е. И. Носов, «Живое пламя». Мать погибшего лётчика сажает маки в память о сыне. Цветы напоминают, что память согревает и даёт силы жить. Мини-вывод: Это ли не доказательство того, что память о прошлом — живое пламя, освещающее путь в будущее?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №».... Мать хранит письма погибшего солдата как святыню, а дети играют ими. Автор показывает: разрыв связи поколений ведёт к утрате нравственных ориентиров. Мини-вывод: Трудно не согласиться: народ, забывший прошлое, лишается будущего.
	Какие уроки может преподать отечественная история?	Н. С. Лесков, «Человек на часах». Постников оставляет пост и спасает тонущего человека, но получает наказание за нарушение устава. Мини-вывод: Автор подводит нас к мысли: формальные правила не должны быть выше человеческой жизни.	М. А. Шолохов, «Родинка». Николка, красный командир, убивает белого офицера и только потом узнаёт, что это его отец. Мини-вывод: История учит: братоубийственная война — величайшая трагедия народа.
4	Какое достижение отечественной культуры XIX века представляется Вам наиболее значимым?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Старый солдат рассказывает молодым о сражении: «Уж мы пойдём ломить стеною...». Мини-вывод: Стихотворение стало частью культурной памяти, воспитывает новые поколения. Это ли не проявление величия русской культуры?	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин». Крестьянин, зная, что ведёт врагов на смерть, не предаёт царя. Его подвиг — часть культурной памяти. Мини-вывод: Дума сохранила имя героя для потомков. Следовательно, искусство хранит историю.
5	Почему в числе первых произведений письменной литературы были летописи?	«Поучение Владимира Мономаха». Князь наставляет сыновей на основе личного опыта: призывает к трудолюбию, справедливости, защите Отечества. Мини-вывод: Поучение — это урок для будущих поколений.	«Повесть временных лет» (отрывок). Летописец Нестор объединяет разрозненные сведения о прошлом Руси в единое целое. Мини-вывод: Летопись формировала чувство общности и передавала опыт потомкам.

Таблица 2 (продолжение)

№ темы	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
6	Какие события отечественной истории демонстрируют сплочённость общества?	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизод). Солдаты принимают осиротевшего Ваню Солнцева в полк и становятся ему семьёй. Мини-вывод: Общая беда объединяет людей. Это ли не проявление единства народа перед лицом общей беды?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Солдаты и офицеры вместе готовятся к бою: «Уж мы пойдём ломить стеною...». Мини-вывод: Единство перед врагом — залог победы. Следовательно, в единстве — сила народа.
7	Как Вы понимаете утверждение В. О. Ключевского о гражданине-историке?	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин». Сусанин, зная историю своей земли, отводит врагов в леса и погибает, но не предаёт Отечество. Мини-вывод: Он действует как сознательный гражданин. Это ли не проявление истинной гражданственности?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв, зная историю семьи, отказывается присягнуть Пугачёву даже под угрозой смерти. Мини-вывод: Знание истории формирует нравственный выбор. Следовательно, история помогает стать гражданином.
8	Произведение искусства, хранящее память о великом подвиге	А. Т. Твардовский, «Рассказ танкиста». Мальчик, рискуя жизнью, помогает танкистам уничтожить вражескую пушку. Мини-вывод: Подвиг юного героя жив, пока живо слово. Это ли не проявление великой силы искусства?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Старый солдат передаёт молодому поколению рассказ о сражении. Мини-вывод: Искусство становится мостом между прошлым и будущим. Не случайно стихотворение хранит память о подвиге.
9	Событие отечественной истории, запечатлённое в искусстве	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Бородинское сражение показано через восприятие простого солдата, его чувства и переживания. Мини-вывод: Через слово история становится живой и понятной. Это ли не проявление силы искусства?	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент). Полтавская битва показана как переломное событие, укрепившее Россию. Мини-вывод: Поэма запечатлела событие, изменившее ход истории. Следовательно, искусство хранит историческую память.
10	«Я не хотел бы переменить Отечество или иметь другую историю». К каким размышлениям приводит это утверждение?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Андрей Соколов, пройдя войну и плен, потеряв семью, не отрекается от Родины. Он усыновляет Ваню. Мини-вывод: Любовь к Родине не зависит от её трагических страниц. Это ли не проявление подлинного патриотизма?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв, пережив ужасы бунта, не отрекается от Отечества, остаётся верен присяге. Мини-вывод: Принятие истории Отечества — это готовность служить ему. Следовательно, любовь к Родине не зависит от её прошлого.
11	Какое историческое событие Вы считаете переломным в судьбе России?	М. А. Шолохов, «Родинка». Гражданская война расколола народ: отец убивает сына, не узнав его. Мини-вывод: Это событие изменило судьбу страны. Это ли не доказательство того, что одно событие способно изменить ход истории?	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент). Победа под Полтавой укрепила Россию и изменила её положение в Европе. Мини-вывод: Это событие определило дальнейший путь развития страны. Следовательно, одно событие меняет историю.
12	Как история страны отражается в судьбе отдельной семьи?	М. А. Шолохов, «Родинка». История гражданской войны показана через трагедию семьи: Николка убивает отца, не узнав его. Мини-вывод: Судьба семьи — отражение судьбы страны. Это ли не доказательство того, что через судьбу одного человека можно показать трагедию народа?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). История Андрея Соколова — это история всей страны: война, плен, потеря семьи. Мини-вывод: Судьба человека неразрывно связана с судьбой страны. Не случайно через одну судьбу показана трагедия всего народа.
13	Что значит быть гражданином своей страны?	К. Ф. Рылеев, «Смерть Ермака». Ермак посвятил жизнь служению Отечеству, расширял пределы России, погиб, выполняя долг. Мини-вывод: Быть гражданином — значит служить Родине, не жалея сил и жизни. Это ли не проявление истинной гражданственности?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв остаётся верен присяге даже перед лицом смерти. Швабрин предаёт Родину. Мини-вывод: Гражданственность — это верность долгу в любых обстоятельствах. Следовательно, быть гражданином — значит сохранять честь.

№ темы	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
14	Можно ли оправдать жестокость исторической необходимостью?	Н. С. Лесков, «Человек на часах». Постниковы наказывают розгами за спасение человека, а награду получает офицер. Мини-вывод: Жестокость наказания не оправдана необходимостью. Это ли не доказательство того, что человеческая жизнь выше формального порядка?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Пугачёв казнит защитников крепости, но проявляет милосердие к Гринёву. Мини-вывод: Жестокость бунта не оправдывает гибели невинных. Следовательно, жестокость нельзя оправдать никакими целями.
15	Какие нравственные уроки преподаёт нам история?	В. Л. Кондратьев, «Сашка» (эпизод). Сашка отказывается расстреливать пленного немца, потому что видит в нём человека. Мини-вывод: Даже на войне нужно оставаться человеком. Это ли не проявление высшей нравственности?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Андрей Соколов, потеряв всё, берёт на воспитание сироту Ваню. Мини-вывод: Способность к состраданию помогает выстоять. Следовательно, милосердие — главная нравственная ценность.

Таблица 3. Часть 2: темы 16–30)

№	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
16	Почему важно сохранять память о прошлом?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...». Мать хранит письма погибшего солдата как святыню, перечитывает их. Мини-вывод: Память о прошлом — это связь поколений, которую нельзя разрушать. Это ли не доказательство того, что без памяти человек теряет нравственные ориентиры?	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов». Солдат хранит память о погибших товарищах, считая это нравственным долгом. Мини-вывод: Память о прошлом помогает жить и не повторять ошибок. Следовательно, память о погибших — долг живых.
17	Как связаны история и культура народа?	Е. И. Носов, «Живое пламя». Мать сажает маки в память о погибшем сыне. Цветы напоминают о жизни, оборванной войной. Мини-вывод: Культура сохраняет память о трагических страницах истории. Это ли не проявление связи истории и культуры?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». История Бородинского сражения сохранена в поэтическом слове и передаётся молодым. Мини-вывод: Культура хранит и передаёт исторический опыт. Не случайно искусство становится мостом между прошлым и будущим.
18	Может ли один человек изменить ход истории?	С. П. Алексеев, рассказ о Петре I. Пётр I создал флот, основал новую столицу, укрепил державу. Мини-вывод: Один человек может изменить ход истории, если обладает волей и решимостью. Это ли не доказательство того, что личность способна повлиять на судьбу страны?	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент). Пётр I — полководец и реформатор, чья победа под Полтавой изменила ход русской истории. Мини-вывод: Личность способна повлиять на судьбу страны. Следовательно, один человек может изменить ход истории.
19	Что помогает народу выстоять в трудные времена?	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов». Солдат хранит память о погибших товарищах. Память о них — нравственный долг живых. Мини-вывод: Память даёт силы жить дальше. Это ли не проявление силы духа народа?	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизод). Солдаты становятся семьёй для осиротевшего Вани, проявляют взаимовыручку и заботу. Мини-вывод: Сплочённость помогает выстоять. Следовательно, единство народа — залог победы.
20	Какие события прошлого учат нас ценить мир?	А. Т. Твардовский, «Рассказ танкиста». Война уносит жизни, но подвиг сохраняется в слове. Мальчик рискует жизнью ради победы. Мини-вывод: Только осознав цену войны, мы начинаем ценить мир. Это ли не проявление того, что война — величайшая трагедия?	В. П. Некрасов, «В окопах Сталинграда» (фрагмент). Автор, сам прошедший войну, показывает её ужасы через быт солдат. Мини-вывод: Мир достигается огромными жертвами. Следовательно, урок войны — ценить мир.

Таблица 3 (продолжение)

№	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
21	Какие страницы отечественной истории вызывают у Вас особую гордость?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Мужество и единство народа в Бородинском сражении — пример героизма. Мини-вывод: Народ способен на подвиг. Это ли не проявление величия русского народа?	С. П. Алексеев, рассказ о Суворове. Победы Суворова, не знавшего поражений, укрепили Россию. Мини-вывод: Россия гордится своими героями. Следовательно, история России богата примерами воинской славы.
22	Как Вы понимаете выражение «связь времён»?	Е. И. Носов, «Живое пламя». Прошлое живёт в настоящем через память и культуру. Мини-вывод: Связь времён — это память, живущая в делах людей. Это ли не проявление неразрывной связи поколений?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...». Письма погибшего солдата связывают поколения. Пока жива память, жива и связь времён. Мини-вывод: Память — это мост между поколениями. Следовательно, связь времён — это память о прошлом.
23	Что значит любить Родину?	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин». Сусанин отдаёт жизнь за Отечество, не требуя награды. Мини-вывод: Любовь к Родине — это готовность к самопожертвованию. Это ли не проявление высшего патриотизма?	К. Ф. Рылеев, «Смерть Ермака». Ермак служит Отечеству до конца, расширяя пределы России. Мини-вывод: Любовь к Родине проявляется в деятельном служении. Следовательно, патриотизм — это служение.
24	Почему важно знать историю своей страны?	С. П. Алексеев, рассказ о Кутузове. Кутузов знал историю войн и сберёг армию в 1812 году. Мини-вывод: Знание истории помогает принимать верные решения. Это ли не доказательство того, что история — учебник жизни?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв, знающий историю семьи и Отечества, делает нравственный выбор, сохраняя честь. Мини-вывод: История помогает формировать жизненные принципы. Следовательно, знание истории формирует личность.
25	Какие качества русского народа проявились в годы испытаний?	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизод). Солдаты проявляют доброту и заботу о сироте. Мини-вывод: Доброта и сплочённость помогают выстоять. Это ли не проявление лучших качеств русского народа?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Андрей Соколов проявляет стойкость и способность к состраданию. Мини-вывод: Стойкость и милосердие — качества русского народа. Следовательно, русский человек способен выстоять и сохранить человечность.
26	Можно ли считать историю учебником жизни?	Н. С. Лесков, «Человек на часах». История учит: формальный устав не должен быть выше человечности. Мини-вывод: Нравственный долг выше формального порядка. Это ли не доказательство того, что история — учебник жизни?	М. А. Шолохов, «Родинка». История учит: гражданская война — трагедия народа. Мини-вывод: Нельзя допускать раскола на «своих» и «чужих». Следовательно, история учит ценить мир.
27	Как отражается история в судьбе простого человека?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Судьба Андрея Соколова — отражение трагедии всего народа. Мини-вывод: История отражается в судьбе каждого. Это ли не доказательство того, что история страны — это история людей?	М. А. Шолохов, «Родинка». Судьба семьи расколота гражданской войной. Мини-вывод: Война разрушает семьи. Следовательно, история отражается в судьбе каждой семьи.
28	Что такое историческая память и почему она важна?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...». Письма погибшего солдата — святыня для матери. Мини-вывод: Историческая память — основа нравственности. Это ли не доказательство того, что память важна для нравственности?	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов». Память о погибших товарищах — нравственный долг живых. Мини-вывод: Историческая память помогает не повторять ошибок прошлого. Следовательно, память о погибших — долг живых.
29	Какие события истории учат нас милосердию?	В. Л. Кондратьев, «Сашка» (эпизод). Сашка отказывается убивать пленного немца. Мини-вывод: Милосердие — высшая нравственная ценность. Это ли не проявление высшей нравственности?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Пугачёв проявляет милосердие к Гринёву, помня его доброту. Мини-вывод: Милосердие способно остановить кровопролитие. Следовательно, милосердие — основа человеческих отношений.

№	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
30	Может ли искусство сохранить историю?	А. Т. Твардовский, «Рассказ танкиста». Искусство запечатлевает подвиг юного героя. Мини-вывод: Пока живо слово, жива и память. Это ли не доказательство того, что искусство хранит историю?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Искусство хранит память о сражении, передаёт чувства участников. Мини-вывод: Искусство — мост между прошлым и будущим. Следовательно, поэзия сохраняет историю.

Таблица 4. Часть 3: темы 31–45)

№	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
31	Как история влияет на формирование личности?	К. Ф. Рылеев, «Смерть Ермака». Пример Ермака воспитывает мужество и верность долгу. Мини-вывод: История формирует нравственные ориентиры. Это ли не доказательство того, что история влияет на человека?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв формируется под влиянием истории семьи. Наказ отца помогает сохранить достоинство. Мини-вывод: История семьи формирует человека. Следовательно, история влияет на личность.
32	Что значит быть патриотом?	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин». Патриот ставит интересы Отечества выше личных. Сусанин погибает, но не предаёт Родину. Мини-вывод: Патриотизм — это самопожертвование. Это ли не проявление высшего патриотизма?	К. Ф. Рылеев, «Смерть Ермака». Ермак — пример патриотического служения, он расширяет пределы России. Мини-вывод: Патриотизм — это деятельное служение. Следовательно, патриотизм — это служение.
33	Какие уроки можно извлечь из трагических страниц истории?	М. А. Шолохов, «Родинка». Гражданская война — трагедия братоубийства. Мини-вывод: Нельзя допускать раскола народа. Это ли не доказательство того, что трагедии учат?	Н. С. Лесков, «Человек на часах». Нельзя оправдывать жестокость уставом. Мини-вывод: Человеческая жизнь — высшая ценность. Следовательно, трагедии учат человечности.
34	Почему народ должен помнить своих героев?	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов». Память о погибших — долг живых. Герои живут, пока мы их помним. Мини-вывод: Память о героях вдохновляет новые поколения. Это ли не проявление связи поколений?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...». Мать хранит память о сыне, и эта память не даёт забыть о цене победы. Мини-вывод: Герои должны жить в памяти народа. Следовательно, память о героях — священный долг.
35	Как связаны прошлое, настоящее и будущее?	Е. И. Носов, «Живое пламя». Прошлое живёт в настоящем через память и культуру. Мини-вывод: Память соединяет прошлое и настоящее. Это ли не доказательство того, что прошлое живёт в настоящем?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Прошлое передаётся будущим поколениям через слово. Мини-вывод: Память о прошлом формирует будущее. Следовательно, прошлое влияет на будущее.
36	Что помогает человеку не сломаться в трудных испытаниях?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Сострадание помогает Соколову выстоять, забота о сироте даёт силы. Мини-вывод: Забота о других спасает человека. Это ли не проявление силы духа?	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизод). Забота о других даёт силы, солдаты становятся сильнее. Мини-вывод: Взаимовыручка помогает выстоять. Следовательно, доброта помогает не сломаться.
37	Какое историческое событие изменило судьбу России?	С. П. Алексеев, рассказ о Петре I. Реформы Петра I изменили ход истории. Мини-вывод: Преобразования Петра изменили судьбу России. Это ли не доказательство того, что один человек может изменить ход истории?	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент). Полтавская битва изменила положение России в Европе. Мини-вывод: Победа под Полтавой определила дальнейший путь страны. Следовательно, одно событие меняет историю.
38	Почему нельзя забывать уроки войны?	В. Л. Кондратьев, «Сашка» (эпизод). Война показывает цену человеческой жизни. Мини-вывод: Уроки войны учат ценить жизнь. Это ли не доказательство того, что нельзя забывать войну?	В. П. Некрасов, «В окопах Сталинграда» (фрагмент). Забвение уроков войны ведёт к повторению трагедий. Мини-вывод: Уроки войны — предостережение будущему. Следовательно, нельзя забывать войну.

Таблица 4 (продолжение)

№	Формулировка темы	Аргумент 1 (герой + анализ + мини-вывод)	Аргумент 2 (герой + анализ + мини-вывод)
39	Как Вы понимаете слова «никто не забыт, ничто не забыто»?	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...». Мать хранит память о сыне. Мини-вывод: Никто не забыт, пока жива память. Это ли не доказательство того, что память священна?	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов». Память о погибших товарищах — нравственный долг. Мини-вывод: Никто не забыт, пока мы помним. Следовательно, память о погибших — долг живых.
40	Что такое гражданский подвиг?	А. Т. Твардовский, «Рассказ танкиста». Мальчик совершает подвиг, помогая танкистам. Мини-вывод: Гражданский подвиг — это служение Родине. Это ли не проявление подлинного героизма?	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин». Сусанин совершает гражданский подвиг: ценой жизни спасает Отечество. Мини-вывод: Гражданский подвиг — это самопожертвование. Следовательно, подвиг — это служение.
41	Какие ценности объединяют народ?	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизод). Сплочённость, взаимовыручка, доброта — ценности, объединяющие народ. Мини-вывод: Доброта объединяет людей. Это ли не проявление единства народа?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Единство солдат перед врагом, готовность «постоять головою за родину». Мини-вывод: Патриотизм объединяет народ. Следовательно, любовь к Родине — главная ценность.
42	Как история отражается в литературе?	М. Ю. Лермонтов, «Бородино». Литература сохраняет исторические события и передаёт их нравственный смысл. Мини-вывод: Поэзия сохраняет историю. Это ли не доказательство того, что литература отражает историю?	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент). Литература передаёт нравственный смысл истории. Мини-вывод: Литература отражает историю. Следовательно, искусство хранит память.
43	Почему важно изучать историю родного края?	С. П. Алексеев, рассказ о Кутузове. Знание истории своей земли помогает понять историю страны. Мини-вывод: История родного края — часть общей истории. Это ли не доказательство важности краеведения?	«Поучение Владимира Мономаха». Знание прошлого помогает принимать верные решения. Мини-вывод: История учит жизни. Следовательно, изучение истории помогает избежать ошибок.
44	Что значит «принять историю своей страны»?	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод). Соколов не отрекается от Родины, приняв её трагическую историю. Мини-вывод: Принятие истории — это готовность жить дальше. Это ли не проявление подлинного патриотизма?	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод). Гринёв принимает историю Отечества, пережив ужасы бунта. Мини-вывод: Принятие истории — это верность Отечеству. Следовательно, любовь к Родине не зависит от её прошлого.
45	Может ли один человек повлиять на ход истории?	С. П. Алексеев, рассказ о Суворове. Победы Суворова укрепили Россию и изменили ход войн. Мини-вывод: Суворов повлиял на ход истории. Это ли не доказательство того, что один человек может изменить историю?	А. С. Пушкин, «Медный всадник» (фрагмент). Пётр I изменил облик России. Мини-вывод: Пётр I повлиял на ход истории. Следовательно, один человек может изменить историю.

Таблица 5. Короткие произведения (1–3 страницы) для аргументации

№	Произведение	Объём
1	С. П. Алексеев, «Рассказы из русской истории» (о Суворове, Кутузове, Петре I)	1–2 стр.
2	Е. И. Носов, «Живое пламя»	2 стр.
3	Б. Л. Васильев, «Экспонат №...»	3 стр.
4	Л. Н. Наумов, «Сапожник Воронов»	2 стр.
5	А. Т. Твардовский, «Рассказ танкиста»	1 стр.
6	М. Ю. Лермонтов, «Бородино»	2 стр.
7	К. Ф. Рылеев, «Иван Сусанин»	1–2 стр.
8	К. Ф. Рылеев, «Смерть Ермака»	1–2 стр.
9	Н. С. Лесков, «Человек на часах»	3 стр.
10	М. А. Шолохов, «Родинка»	2 стр.

№	Произведение	Объём
11	В. Л. Кондратьев, «Сашка» (эпизод)	3 стр.
12	«Поучение Владимира Мономаха»	2 стр.
13	В. П. Катаев, «Сын полка» (эпизоды)	3 стр.
14	М. А. Шолохов, «Судьба человека» (эпизод)	2–3 стр.
15	А. С. Пушкин, «Капитанская дочка» (эпизод)	2 стр.
16	А. С. Пушкин, «Медный всадник» (фрагмент)	1 стр.
17	А. С. Пушкин, «Полтава» (фрагмент)	1 стр.
18	В. П. Некрасов, «В окопах Сталинграда» (фрагмент)	2 стр.

Источник: составлено автором для подготовки выпускников МОБУ СОШ № 49 им. Кондратенко Н. И., г. Сочи.

Литература:

1. Методические рекомендации для учителей, подготовленные на основе анализа типичных ошибок участников ЕГЭ 2026 года по русскому языку. — Текст: электронный // ФГБНУ «ФИПИ»: [сайт]. — URL: [https://doc.fipi.ru/](https://doc.fipi.ru/ege/analiticheskie-i-metodicheskie-2) ege/analiticheskie-i-metodicheskie-2. Критерии оценивания итогового сочинения (изложения) в 2026/27 учебном году / ФГБНУ «ФИПИ». — М.: ФИПИ, 2026. — 12 с.
2. Структура закрытого банка тем итогового сочинения на 2026/27 учебный год. — Текст: электронный // ФГБНУ «ФИПИ»: [сайт]. — URL: <https://fipi.ru/itogovoe-sochinenie> (дата обращения: 06.10.2026).
3. Критерии оценивания итогового сочинения (изложения): официальный документ. — Текст: электронный // ФГБНУ «ФИПИ»: [сайт]. — URL: https://doc.fipi.ru/itogovoe-sochinenie/2025/04_Kriterii_it_soch.pdf (дата обращения: 06.10.2026).
4. ЕГЭ-2026. Русский язык. 30 тренировочных вариантов экзаменационных работ. 800 заданий / Р. А. Дошинский, Н. В. Бехтина, Л. Н. Абрамовская, В. В. Маслов. — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 304 с. — ISBN 978-5-17-178754-7. — Текст: электронный // Читай-город: [сайт]. — URL: <https://www.chitai-gorod.ru/product/ege-2026-russkij-azyk-30-trenirovocznyh-variantov-ekzamenacionnyh-rabot-dla-podgotovki-k-edinomu-gosudarstvennomu-ekzamenu-3127781> (дата обращения: 06.10.2026).
5. Краснодарский край: «Выбор тем итогового сочинения (изложения) краснодарскими выпускниками». — Текст: электронный // Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки: [сайт]. — URL: <https://obrnadzor.gov.ru/novosti-regionov/krasnodarskij-kraj-vybor-tem-itogovogo-sochineniya-izlozheniya-krasnodarskimi-vypusknikami/> (дата обращения: 06.10.2026).
6. Итоговое сочинение (изложение): результаты основного дня проведения. — Текст: электронный // Управление по образованию и науке администрации г. Сочи: [сайт]. — URL: <https://edu.sochi.ru> (дата обращения: 06.10.2026).
7. Исторические темы сочинения. — Текст: электронный // postupi.online: [сайт]. — URL: <https://postupi.online/journal/ege/istoricheskie-temy-sochineniya/> (дата обращения: 06.10.2026).
8. Карточка-помощница для написания итогового сочинения. — Текст: электронный // Инфоурок: [сайт]. — URL: <https://infourok.ru> (дата обращения: 06.10.2026).

Теоретические представления о цифровом сторителлинге как формате современной массовой коммуникации

Жулькова Виктория Александровна, студент магистратуры

Научный руководитель: Иванова Людмила Викторовна, кандидат филологических наук, доцент
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

Theoretical concepts of digital storytelling as a format of modern mass communication

The development of digital technologies has fundamentally transformed the nature of mass communication, leading to the emergence of new information transmission formats, among which digital storytelling holds a special place. Contemporary academic literature understands digital storytelling as a complex multimodal construct where narrative is formed through the interaction of verbal, visual, auditory, and interactive components. This fundamentally distinguishes it from traditional storytelling with its linear structure and fixed author-narrator position.

The theoretical understanding of digital storytelling in academia is characterized by diverse approaches. On one hand, researchers view it as a natural evolution of the ancient cultural practice of storytelling, adapted to new technological conditions. On the other hand, a position exists asserting that the digital environment qualitatively transforms the very phenomenon of storytelling, turning it into a fundamentally new communication format.

A key characteristic of digital storytelling is its interactivity, which transforms a passive audience into active participants in the narrative. This challenges traditional notions of authorship and leads to a blurring of boundaries between content creator and consumer. The platform dependency of digital storytelling is particularly significant — the technical and architectural features of each digital environment shape unique languages and formats of narration.

Modern academic discourse highlights two main approaches to understanding the functional purpose of digital storytelling. The instrumentalist approach views it as an effective mechanism for influencing audiences in marketing and political communications. The cognitive approach, conversely, emphasizes its role as a mechanism for structuring complex information and comprehending reality in conditions of information overload.

Prospects for researching digital storytelling are linked to the development of interdisciplinary approaches that account for the full range of its transformations in the modern media landscape. Issues of media ethics and social responsibility arising from the manipulative potential of digital narratives deserve particular attention.

Keywords: digital storytelling, mass communication, narrative, interactivity, platform dependency, multimedia, media theory, digital transformation.

Глобальная цифровая трансформация медиасреды привела к фундаментальному пересмотру принципов организации массовой коммуникации. В условиях информационной перенасыщенности и фрагментации аудиторного внимания традиционные форматы коммуникации уступают место более сложным и адаптивным моделям взаимодействия. Среди таких инновационных форматов особую теоретическую и практическую значимость приобретает цифровой сторителлинг, представляющий собой синтез многовековой нарративной традиции и современных технологических возможностей.

В современной научной парадигме цифровой сторителлинг интерпретируется как комплексный мультимодальный конструкт, в котором нарративная структура формируется через динамическое взаимодействие вербальных, визуальных, аудиальных и интерактивных компонентов [2, с.294]. Такой синтетический характер отличает его от классического сторителлинга, характеризующегося линейной структурой повествования, фиксированной позицией автора-рассказчика и четкими границами между создателем и реципиентом истории. Мультимодальность цифрового сторителлинга проявляется в способности интегрировать разнородные семиотические системы, создавая целостное повествовательное пространство, где каждый элемент (текст, изображение, звук, интерфейс) вносит вклад в общий смыслообразующий контекст.

Теоретическая рефлексия цифрового сторителлинга в академическом дискурсе отличается значительным концептуальным плюрализмом. С одной стороны, ряд исследователей рассматривает его как органическое продолжение и адаптацию архетипической культурной практики повествования к условиям цифровой среды [1, с.112]. В рамках этого подхода подчеркивается преемственность базовых нарративных структур и психологических механизмов воздействия, где цифровые технологии выступают преимущественно как инструмент расширения возмож-

ностей традиционного сторителлинга. С другой стороны, формируется альтернативная научная позиция, согласно которой цифровая среда не просто модифицирует, а качественно трансформирует саму природу сторителлинга, порождая принципиально новый формат коммуникации с уникальными характеристиками и потенциалом [5, с.183]. Сторонники этой позиции акцентируют внимание на возникновении новых нарративных моделей, невозможных в аналоговой среде.

Интерактивность как имманентная характеристика цифрового сторителлинга кардинально меняет роль аудитории, преобразуя ее из пассивного получателя информации в активного соучастника нарративного процесса [7, с.12]. Эта трансформация проявляется в различных формах — от возможности влияния на развитие сюжета через систему выборов до непосредственного участия в создании контента через комментарии и пользовательские генерации. Подобная демократизация нарративного процесса ставит под сомнение традиционные представления об авторстве и приводит к размыванию ранее четких границ между создателем и потребителем контента.

Существенное методологическое значение приобретает феномен платформозависимости цифрового сторителлинга. Технические и архитектурные особенности каждой цифровой среды формируют уникальные дискурсивные практики и форматы повествования [6, с.48]. Специфика алгоритмов контентной дистрибуции, интерфейсные решения, технические ограничения и культурные конвенции конкретных платформ (социальных сетей, мессенджеров, мультимедийных платформ) определяют не только способы презентации контента, но и стратегии его восприятия, что требует разработки дифференцированных подходов к созданию и анализу цифровых нарративов.

В современной научной дискуссии о функциональном назначении цифрового сторителлинга конкурируют два основных теоретических подхода. Инструменталистский

подход акцентирует его прагматический потенциал как эффективного механизма влияния на аудиторию в маркетинговых, политических и идеологических коммуникациях [4, с.162]. В рамках этого подхода цифровой сторителлинг рассматривается как технология управления восприятием и поведением, основанная на нейробиологических механизмах воздействия нарративов на человеческое сознание. Альтернативный, когнитивный подход, напротив, подчеркивает его эпистемологическую ценность как механизма структурирования сложной информации и осмысления многомерной реальности в условиях информационной перегрузки [3, с.776]. С этой точки зрения, цифровой сторителлинг выполняет функцию когнитив-

ного каркаса, помогающего аудитории организовывать и интерпретировать поступающую информацию через знакомые нарративные схемы.

Перспективы дальнейшего исследования цифрового сторителлинга связаны с развитием междисциплинарных методологий, способных учесть всю сложность и многогранность его проявлений в современном медийном ландшафте. Особого научного внимания требуют вопросы медиаэтики и социальной ответственности, возникающие в связи с манипулятивным потенциалом цифровых нарративов, а также изучение трансформации идентичности и социальных практик под влиянием новых форм цифрового повествования.

Литература:

1. Аладышева Т. Ф., Львов Л. В. Сторителлинг как метод формирования цифровой культуры в процессе изучения правовых дисциплин // Современная высшая школа: инновационный аспект. 2022. Т. 14, № 4 (58). С. 112–119.
2. Кулакова Т. А., Волкова А. В. О методологических основаниях сторителлинга как технологии управления массовым сознанием // Вестник СПбГУ. Философия и конфликтология. 2024. Т. 40, вып. 2. С. 294–308.
3. Ли С. Герменевтика и этика: парадокс жертв в новостях // Медиалингвистика: материалы IX международной научной конференции. СПб.: Медиапир. 2025. С. 776–779.
4. Лукьянова Г. В., Калашникова Е. А., Лагутин О. В., Федосова К. А. Потенциал визуального сторителлинга в формировании политического доверия // Социальные и гуманитарные знания. 2026. Т. 12, № 2. С. 162–181.
5. Равочкин Н. Н., Анкири Э. Сторителлинг: влияние онлайн-историй на общественное сознание // Виртуальная коммуникация и социальные сети. 2023. Т. 2, № 3 (7). С. 183–190.
6. Роздольская И. В., Макринова Е. И., Матузенко Е. В. Цифровой сторителлинг в рекламе и PR: алгоритмы создания и эффективность применения // Практический маркетинг. 2025. № 2 (332). С. 48–51.
7. Шатило М. М. Специфика трансмедийного сторителлинга на цифровых медиаплощадках // Colloquium-journal. 2020. № 18–3 (70). С. 12–14.

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 41 (644) / 2026

Выпускающий редактор Г. А. Письменная
Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга, З. А. Огурцова
Художник Е. А. Шишков
Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый». 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25, пом. 1, 3, 4, 5, 6.

Номер подписан в печать 21.10.2026. Дата выхода в свет: 28.10.2026.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Юлиуса Фучика, д. 94А, а/я 121.

Фактический адрес редакции: 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25, пом. 1, 3, 4, 5, 6.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25, пом. 1, 3, 4, 5, 6.