

НАУЧНО-АНАЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ



НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ  
журнал

NATIONAL PSYCHOLOGICAL JOURNAL № 2 (26) 2017

ISSN 2079-6617 (print) ISSN 2309-9828 (online)



[www.npsyj.ru](http://www.npsyj.ru)

**Меморандум о сотрудничестве Российского психологического общества и Американской психологической ассоциации (АРА) – путь к взаимопониманию и интеграции знаний в будущее**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ**  
**№2 (26) 2017**  
**NATIONAL PSYCHOLOGICAL JOURNAL**  
**2017, no. 2**

**УЧРЕДИТЕЛЬ / ИЗДАТЕЛЬ**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова.  
Факультет психологии  
www.psy.msu.ru  
Издается при поддержке  
**Общероссийской общественной организации**  
**«Российское психологическое общество»** (<http://рпо.рф>)

**Главный редактор**

Ю.П. Зинченко

**Заместитель главного редактора**

О.А. Карабанова

**РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ**

**Сопредседатели**

Ю.П. Зинченко, Л.А. Цветкова

**Члены совета**

М. Аблакина-Паап (США), В.М. Аллахвердов, А. Ардила (США), А.Г. Асмолов, Н.А. Батулин, Д.Б. Богоявленская, Б.М. Величковский (Германия), В.Ф. Воскобоев, Э.В. Галажинский, Е.Ф. Гутырчик (Германия), И.В. Дубровина, С.Н. Ениколопов, П.Н. Ермаков, А.Л. Журавлев, А.Г. Караяни, А.В. Карпов, Б. Котик-Фридгут (Израиль), Е.Е. Кравцова, А.С. Курский, А.Б. Леонова, С.Ю. Малков, С.А. Маничев, М.И. Марьин, А.И. Овсяник, В.Ф. Петренко, П.И. Падерно, О.В. Раевская, М. Роселли (США), В.В. Рубцов, В.С. Собкин, А.А. Стрельцов, Е.В. Субботский (Великобритания), А.Г. Тоневицкий, Я. Хаутамяки (Финляндия), А.В. Шаболтас, Ю.С. Шойгу, А.В. Юревич

**РЕДКОЛЛЕГИЯ**

Т.В. Ахутина, Н.К. Бакланова, Н.Б. Березанская, Б.С. Братусь, И.А. Володарская, А.Н. Гусев, М.С. Егорова, В.А. Иванников, В.И. Ильченко, О.А. Карабанова, М.Ш. Магомед-Эминов, О.Г. Носкова, А.И. Подольский, В.М. Полонский, Н.С. Пряжников, И.А. Самоненко, С.Д. Смирнов, Т.Г. Стефаненко, Н.Ф. Талызина, О.А. Тихомадрицкая, А.Ш. Тхостов, А.М. Черноризов

**РЕДАКЦИЯ**

**Выпускающий редактор номера**

О.А. Карабанова

**Ответственный редактор**

О.В. Решетникова

**Над номером работали**

Л.Г. Бардонова, М.С. Белоховская, И.В. Еремина, Е.В. Зайцева, М.Ю. Цветков

**Перевод**

Е.В. Темнова

**Интернет-версия**

С.А. Козловский

**Дизайн обложки**

М.А. Коршунов, Л.Ю. Галушкина

**Дизайн обложки**

М.А. Коршунов, Л.Ю. Галушкина

**Фотография на обложке**

Подписание Меморандума о сотрудничестве между Американской психологической ассоциацией (АРА) и Российским психологическим обществом проводят Президенты профессиональных психологических сообществ Ю.П.Зинченко (Россия), Антонио Пуэнтэ (США).

**В номере использованы фотоматериалы**

О.В. Решетниковой и др.

**Медиа-менеджер проекта**

М.С. Белоховская

**Свидетельство о регистрации СМИ:** ПИ № ФС77-29062

от 03.08.2007 – печатное СМИ.

**Свидетельства о перерегистрации СМИ:** печатное периодическое

издание (print) – ПИ № ФС77-54509 от 17.06.2013;

электронное периодическое издание (CD-ROM, DVD, multi media) –

Эл ПИ №ФС77-54583 от 01.06.2013;

сетевое издание (online, e-readers) – Эл №ФС77-54510 от 17.06.2013.

**ISSN 2079-6617 (Print)**

**ISSN 2309-9828 (Online)**

**Год основания:** 2006



Заседание экспертной группы совета Международного рейтинга вузов «Три миссии университета». 15 авторитетных экспертов из Бразилии, Китая, Индии, Ирана, Италии, России, Бельгии, ЮАР, Турции, Великобритании, США обсудили основные методологические принципы составления рейтинга и систему критериев, которые описывают три основные миссии университета: образование, научную работу и роль университета в обществе.



Всероссийский фестиваль студенческого спорта и 67-я легкоатлетическая эстафета «Пять колец» на приз газеты «Московский университет». (12 мая 2017 года).



Аида Айламазян проводит очередное заседание семинара «Психология и практика искусства». Тема: «Переживание времени в музыке. Опыт музыкального движения.» (Москва, Центр музыкально-пластического развития им. С.Д. Рудневой «Гептахор», 18 мая 2017 года)

**АДРЕС РЕДАКЦИИ**

125009 Москва, ул. Моховая, д. 11 строение 9  
Факультет психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
Тел.: +7 (495) 629-3723, +7 (910) 407-8378

E-mail: [NPGournal@mail.ru](mailto:NPGournal@mail.ru)

Электронный адрес: [www.psy.msu.ru/science/npj/](http://www.psy.msu.ru/science/npj/)

[www.npsyj.ru/en](http://www.npsyj.ru/en)

Журнал доступен в мобильном приложении «PsyMSU» в App Store

All-Russia festival of student sports and the 67th track-and-field athletics relay "Five Rings" for the prize of the newspaper "Moscow University" (May 12, 2017).

Aida Ailamazyan holds a regular meeting of the seminar "Psychology and Art Practice". Subject: "Experience of time in music. Experience of the Musical Movement." (Moscow, S.D. Rudneva Center for Musical Plastic Development "Heptahor", May 18, 2017)



"The crisis of postmodernism and the loss of identity stability" is a lecture delivered by Vadim A. Yemelin at the Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University.

**Cover photo:**

The Memorandum of Cooperation between the American Psychological Association (APA) and the Russian Psychological Society is signed by the Presidents of Professional Psychological Communities Yu.P. Zinchenko (Russia), Antonio Puente (USA)

**РОССИЙСКОЕ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ  
ОБЩЕСТВО**



**RUSSIAN  
PSYCHOLOGICAL  
SOCIETY**

входит в международные организации:



**IUPsyS**

Международный союз психологической науки при Юнеско



**EFPA**

Европейская федерация психологических ассоциаций

"National Psychological Journal" is included in the list of leading peer-reviewed scientific journals and publications of the State Commission for Academic Degrees and Titles of the Russian Federation



**EDITORIAL OFFICE**

Bld. 9, 11 Mokhovaya st. Moscow 125009 Russia  
Department of Psychology Lomonosov Moscow State University  
Tel.: +7 (495) 6293723, +7 (910) 4078378  
E-mail: NPJournal@mail.ru

**Official website: [www.psy.msu.ru/science/npj/](http://www.psy.msu.ru/science/npj/)  
[www.npsyj.ru/en](http://www.npsyj.ru/en)**

The journal is available in «**PsyMSU**»  
mobile application in App Store

**NATIONAL PSYCHOLOGICAL JOURNAL**

**2017, no. 2**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ  
№2(26) 2017**

**FOUNDER/ PUBLISHER**

Lomonosov Moscow State University  
Department of Psychology  
[www.psy.msu.ru](http://www.psy.msu.ru)

Published in collaboration with **the Russian Public Organization  
"Russian Psychological Society"** (<http://psyrus.ru/en/>)

**Editor-in-Chief**

Yu.P. Zinchenko

**Deputy Editor**

O.A. Karabanova

**EDITORIAL COUNCIL**

**Co-Chairs**

Yu.P. Zinchenko, L.A. Tsvetkova

**Council Members**

M. Abalakina-Paap (USA), V.M. Allakhverdiv, A.E. Ardila (USA), A.G. Asmolov, N.A. Baturin, D.B. Bogoyavlenskaya, E.V. Cubbotsky, I.V. Dubrovina, S.N. Enikolopov, P.N. Ermakov, E.V. Galazhinsky, E.F. Gutyrchik (Germany), A.G. Karayani, A.V. Karpov, Ya. Khautamyaki (Finland), B. Kotik-Friedgut (Israel), E.E. Kravtsova, A.S. Kursky, A.B. Leonova, Ju.S. Malkov, S.A. Manichev, M.I. Maryin, A.Iv. Ovsyanik, V.F. Petrenko, P.Ios. Paderno, O.V. Raevskaya, M. Rosselli (USA), V.V. Rubtsov, A.V. Shabolts, Yu.S. Shoygu, V.S. Sobkin, A.A. Streltsov, E.V. Subbotsky (Great Britain), A.G. Tonevitsky, B.M. Velichkovsky (Germany), V.F. Vockoboev, A.V. Yurevich, A.L. Zhuravlev

**EDITORIAL BOARD**

T.V. Akhutina, N.K. Baklanova, N.B. Berezanskaya, B.S. Bratus, M.S. Egorova, A.N. Gusev, V.Iv. Ilchenko, V.A. Ivannikov, O.A. Karabanova, M.Sh. Magomed-Eminov, O.G. Noskova, A.II. Podolskij, V.M. Polonsky, N.S. Pryajnikov, Ju.A. Samonenko, S.D. Smirnov, T.G. Stephanenko, N.Ph. Talyzina, O.A. Tihomandritskaya, A.Sh. Tkhostov, A.M. Chernorizov, I.A. Volodarskaya

**EDITORIAL**

**Production Editor**

O.A. Karabanova

**Executive Editor**

O.V. Reshetnikova

**Production Unit**

L.G. Bardonova, M.S. Belokhovskaya, I.V. Eremin, E.V. Zaitseva, M.Yu. Tsvetkov

**Translation**

E.V. Temnova

**Online Version**

S.A. Kozlovskiy

**Cover Design**

M.A. Korshunov, L.Yu. Galushkina

**Photographs used in this issue**

O.V. Reshetnikova and others

**Project Media Manager**

M.S. Belokhovskaya

**License of Mass Media Registration** PI number FS77-29042

August 3, 2007 and **License of Mass Media Reregistration**

PI number FS77- 54509 June 17, 2013 issued by The Federal Service for Supervision of Communications, Information Technology and Mass Media of Russia

No materials published in the journal may be reproduced without written permission from the publisher. The publisher is not responsible for the legality of the information given in the advertisement materials

**ISSN 2079-6617 (Print)**

**ISSN 2309-9828 (Online)**

**Founded in:** 2006



SCIENTIFIC ANALYTICAL EDITION

ISSN 2079-6617 (Print)

ISSN 2309-9828 (Online)

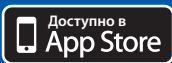
# NATIONAL PSYCHOLOGICAL JOURNAL

2017, no. 2



Memorandum on cooperation between the Russian Psychological Society and the American Psychological Association (APA) is a path to mutual understanding and the integration of knowledge in the future.

All volumes in PDF

<http://www.psy.msu.ru/science/npj/contents.html>**Electronic versions of scientific scholarly journals**

- "NATIONAL PSYCHOLOGICAL JOURNAL",
- "PSYCHOLOGY IN RUSSIA: STATE OF THE ART",
- "The Moscow University Herald

Series 14. Psychology", are accessible in the application of MSU Department of Psychology "PsyMSU" for iPad and iPhone in App Store

**Information for readers**

You can subscribe to the printed version of the journal in post offices using the Catalogue of ROSPECHAT' Agency «Gazety, Zhurnaly» ([www.rosp.ru](http://www.rosp.ru)), subscription index 36862, or in the editorial office (2647541@mail.ru).

Certain issues or disk archive can be purchased in the editorial office as well

You can also subscribe to the electronic versions at: [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru), [www.psy.msu.ru](http://www.psy.msu.ru)

**CONTENT****History of Psychology***Sergey V. Leonov*

Upgrading the International Status of the Russian Psychology

**Methodology and Methods of Psychology***Vadim A. Emelin*

The postmodern crisis and the loss of stable identity

**Sport Psychology***Igor V. Kaminsky, Alexander N. Veraksa*

Conventional theories and modern views on the nature of the mental motor image used in sport

*Zurida A. Sagova, Viktoriya M. Kapturova*

Professional reflection as the factor of success of a sports coach

*Ekaterina Yu. Korobeynikova, Sergey V. Leonov, Irina S. Polikanova*

Psychological features of attention in archery

**Psychophysiology***Galina Ya. Menshikova, Artyom I. Kovalev, Elizaveta G. Luniakova*

Studying the influence of race on the gaze cueing effect using eye tracking method

*Vsevolod V. Nemets, Ekaterina P. Vinogradova*

Stress and neurobiology of coping styles

**Personality Psychology***Aida M. Aylamazyan*

Movement and personality development

**Developmental Psychology and Family Psychology***Arthur A. Rean*

Perception of the mother: general trends and gender social characteristics

*Olga A. Karabanova, Sergey V. Molchanov*

Family factors in shaping parental attitudes in young students at the stage of entering adulthood

**Social Psychology***Dmitry V. Lifintsev, Anna B. Serykh, Alla A. Lifintseva*

Tolerance to uncertainty in the context of social support: gender specificity in the youth environment

*Vladimir S. Sobkin, Anna I. Andreeva, Fatima R. Rzaeva*

On the value orientations of researchers in the field of education

*Natalia Yu. Marchuk*

Gender and age features of the self-concept of a pensioner

**Application**

Information For Authors

Guidelines for Abstract Writing



www.ecp2019.ru  
info@ecp2019.ru

**Russia will host 16th European Congress of Psychology!**

ISSN 2079-6617



9 772079 661772 &gt;

# Содержание

## История психологии

- С.В. Леонов  
Повышение международного статуса российской психологии ..... 3

## Методология и методы психологии

- В.А. Емелин  
Кризис постмодернизма и потеря устойчивой идентичности ..... 5

## Спортивная психология

- И.В. Каминский, А.Н. Веракса  
Традиционные теории и современные взгляды на природу мысленного образа движения:  
применение в спортивной практике ..... 16
- З.А. Сагова, В.М. Каптурова  
Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте ..... 26
- Е.Ю. Коробейникова, С.В. Леонов, И.С. Поликанова  
Психологические особенности внимания у стрелков из лука ..... 35

## Психофизиология

- Г.Я. Меньшикова, А.И. Ковалев, Е.Г. Луныкова  
Влияние расовой принадлежности лица на выраженность эффекта взгляда-подсказки: метод айтрекинга ..... 46
- В.В. Немец, Е.П. Виноградова  
Стресс и стратегии поведения ..... 59

## Психология личности

- А.М. Айламазян  
Движение и становление личности ..... 73

## Возрастная и семейная психология

- А.А. Реан  
Восприятие матери: общие тенденции и гендерно-социальные особенности ..... 85
- О.А. Карбанова, С.В. Молчанов  
Семейные факторы в формировании родительских установок  
у студенческой молодежи на этапе вхождения во взрослость ..... 92

## Социальная психология

- Д.В. Лифинцев, А.Б. Серых, А.А. Лифинцева  
Толерантность к неопределенности в контексте социальной поддержки: гендерная специфика в юности ..... 98
- В.С. Собкин, А.И. Андреева, Ф.Р. Рзаева  
К вопросу о ценностных ориентациях исследователей в сфере образования ..... 106
- Н.Ю. Марчук  
Половозрастные особенности образа «я» пенсионера ..... 116

## Приложение

- Информация для авторов ..... 124
- Краткие рекомендации по написанию авторских резюме (аннотаций, рефератов к статьям) ..... 126

# Content

## History of Psychology

- Sergey V. Leonov  
Upgrading the International Status of the Russian Psychology ..... 3

## Methodology and Methods of Psychology

- Vadim A. Emelin  
The postmodern crisis and the loss of stable identity ..... 5

## Sport Psychology

- Igor V. Kaminsky, Alexander N. Veraksa  
Conventional theories and modern views on the nature of the mental motor image used in sport ..... 16
- Zurida A. Sagova, Viktoriya M. Kapturova  
Professional reflection as the factor of success of a sports coach ..... 26
- Ekaterina Yu. Korobeynikova, Sergey V. Leonov, Irina S. Polikanova  
Psychological features of attention in archery ..... 35

## Psychophysiology

- Galina Ya. Menshikova, Artyom I. Kovalev, Elizaveta G. Luniakova  
Studying the influence of race on the gaze cueing effect using eye tracking method ..... 46
- Vsevolod V. Nemets, Ekaterina P. Vinogradova  
Stress and neurobiology of coping styles ..... 59

## Personality Psychology

- Aida M. Aylamazyan  
Movement and personality development ..... 73

## Developmental Psychology and Family Psychology

- Arthur A. Rean  
Perception of the mother: general trends and gender social characteristics ..... 85
- Olga A. Karabanova, Sergey V. Molchanov  
Family factors in shaping parental attitudes in young students at the stage of entering adulthood ..... 92

## Social Psychology

- Dmitry V. Lifintsev, Anna B. Serykh, Alla A. Lifintseva  
Tolerance to uncertainty in the context of social support: gender specificity in the youth environment ..... 98
- Vladimir S. Sobkin, Anna I. Andreeva, Fatima R. Rzaeva  
On the value orientations of researchers in the field of education ..... 106
- Natalia Yu. Marchuk  
Gender and age features of the self-concept of a pensioner ..... 116

## Application

- Information For Authors ..... 124
- Guidelines for Abstract Writing ..... 126

# Повышение международного статуса российской психологии

**С.В. Леонов**

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 15 мая 2017/ Принята к публикации: 17 мая 2017

## Upgrading the International Status of the Russian Psychology

**Sergey V. Leonov**

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Received May 15, 2017 / Accepted for publication: May 17, 2017

**11 мая 2017 года в МГУ имени М.В. Ломоносова прошло подписание двух важных документов, направленных на укрепление сотрудничества и повышение международного статуса отечественной психологической науки.**

**May 11, 2017 two important documents aimed at strengthening international cooperation and raising the status of Russian psychology are signed in Lomonosov Moscow State University**

**11** мая 2017 года в Московском государственном университете имени М.В. Ломоносова произошло историческое событие – впервые был подписан меморандум о сотрудничестве между Российским психологическим обществом и Американской психологической ассоциацией (АРА). Подписание состоялось в рамках VI Международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста».

С российской стороны документ подписал Президент Российского психологического общества, профессор Юрий Петрович Зинченко, с американской – Президент Американской психологической ассоциации, профессор Антонио Пуэнте.

«У России и Америки большая история психологических исследований и мне очень комфортно находиться здесь. Я плотно работал с российскими учеными, поэтому приезжать в МГУ для меня, как возвращаться домой, в мой интеллектуальный дом», – сказал журналистам Антонио Пуэнте.

Согласно документу, стороны будут вести совместную работу по развитию психологической науки и практики. Президент Американской психологической ассоциации Антонио Пуэнте отметил вклад отечественной психологической науки в развитие гуманитарного знания и значимость подписанного соглашения для психологов обеих стран.

11 мая 2017 года с официальным визитом Московский университет посетила делегация Испанской психологической ассоциации. Впервые был подписан договор о сотрудничестве (меморандум о взаимопонимании) между Российским психологическим обществом и Испанской психологической ассоциацией.

Свои подписи на документе поставили Президент Российского психологического общества Юрий Петрович Зинченко и Президент Испанской психологической ассоциации Франциско Сантоляя.

Президент Испанской психологической ассоциации Франциско Сантоляя в своей речи обратил внимание на необходимость обмена опытом, совместных усилий для решения общих вопросов, связанных с повышением статуса психологической науки. Директор по ме-



**Рис. 1.** Подписание меморандума о сотрудничестве между Российским психологическим обществом и Американской психологической ассоциацией (АРА)

**Fig. 1.** The signing of The Memorandum of Cooperation between the Russian Psychological Society and the American Psychological Association (ARA)



**Рис. 2.** Президент Российского психологического общества, профессор Юрий Петрович Зинченко и Президент Испанской психологической ассоциации Франциско Сантоляя

**Fig. 2.** President of the Russian Psychological Society Professor Yuri P. Zinchenko and President of the Spanish Psychological Association Francisco Santolaya

ждународным отношениям Испанской психологической ассоциации Мануэль Бердуюс подчеркнул значимость работы Российского психологического общества в направлении популяризации психологического знания и выразил уверенность в содержательном многообразии XVI Европейского психологического конгресса, который пройдет в Московском университете в 2019 году.

Ю.П. Зинченко назвал подписание меморандумов «историческим моментом в развитии психологической науки».

*Проведение конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста» поддержано грантом РФФИ № 17-06-14019»*



# Кризис постмодернизма и потеря устойчивой идентичности

**В.А. Емелин**

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

Поступила 30 марта 2017/ Принята к публикации: 12 апреля 2017

## The postmodern crisis and the loss of stable identity

**Vadim A. Emelin**

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Received March 30, 2017 / Accepted for publication: April 12, 2017

В статье обосновывается положение о том, что, выступая в качестве мировоззрения информационного общества, постмодернизм одновременно является отражением его проблем, в качестве основной из которых выделяется размытие идентичности человека. Наиболее уязвимое место идеологии постмодернизма – имплицитная неспособность создавать устойчивые модели идентификации. Этому препятствуют специфические идеи, связанные с основополагающим принципом постмодернизма – плюрализмом, приводящим к релятивизму и утрате устойчивых ориентиров. Радикальная реализация принципа плюрализма и, как следствие, культивирования неограниченного выбора, является не достижением информационного общества и постмодерной культуры, а его основной проблемой. Обсуждаются социально-политические следствия идей толерантности и равнозначности мнений, позиций и ценностей. Отсутствие предпочтительных векторов самоидентификации снижают мотивацию формирования индивидом устойчивой личностной идентичности. Если ни одна парадигма, с точки зрения истинности, не может претендовать на выделенный статус, то споры по поводу притязаний на значимость превращаются в споры по поводу власти, тем самым порождая социал-дарвинизм. Принцип плюрализма фактически легитимирует и радикальные идеологии, предельной из которых является современный терроризм, оказывающийся в мозаичном и мультикультурном постмодерном мире одной из множества социокультурных парадигм. Именно в кризисе идентичности в условиях массового распространения и военных, и информационных технологий усматривается главная причина радикализма как результата обретения патологических форм когнитивно-личностной идентичности. Социокультурные и мировоззренческие кризисы информационного общества становятся основной причиной формирования ригидных и диффузных моделей идентификации личности.

**Ключевые слова:** идентичность, информационное общество, постмодерная культура, постмодернистское мировоззрение, плюрализм, радикализм, формирование идентичности.

The paper proves the assumption that being a worldview of the information society postmodernism simultaneously reverberates its problems, among which is blurring personal identity. The most vulnerable part of the postmodern ideology is the implicit inability to construct steady architecture of identification. This is hampered by specific ideas related to the fundamental principle of postmodernism, i.e. pluralism leading to relativism and the loss of sustainable landmarks. Applying the pluralism principle to the full may result in unlimited choice production, which should not be considered the achievement of the information society and postmodern culture, but its main problem. The social political consequences of tolerance issues and the equivalence of opinions, attitudes and values are discussed. Lack of preferred self-identification vectors reduces the motivation for the individual to develop a stable personal identity. If no paradigm in terms of the truth can claim a given status disputes over claims of significance turn into controversies over power, thereby generating social Darwinism. The principle of pluralism actually legitimizes radical ideologies, whose extreme form is terrorism put in the mosaic and multicultural postmodern world occurs to be one of many sociocultural paradigms. Exactly the identity crisis in the conditions of mass distribution of both military and information technologies is considered the main cause of radicalism as the result of finding pathological forms of cognitive personal identity. Social cultural and worldview crises of the information society are becoming the main cause for producing enduring and irregular forms of personal identity architecture.

**Keywords:** identity, information society, postmodern culture, postmodern worldview, pluralism, radicalism, identity development.

*Мы потеряли устойчивость, которая давала возможность жить, – мы некоторое время не в силах сообразить, куда нам направиться.*

Фридрих Ницше

*Об идентичности вспоминают тогда, когда нет уверенности в своей принадлежности, ... когда человек не может с уверенностью определить свое место в многообразии поведенческих стилей и шаблонов.*

Зигмунд Бауман

За все время своего существования в качестве мировоззренческой концепции постмодернизм вызывал по отношению к себе широкий спектр противоречивых мнений – начиная от полного отрицания существования этого социокультурного явления и заканчивая попытками тотальной «постмодернизации» всего общества. Нельзя не признать, что постмодернистское мировоззрение в настоящее время находится в кризисном состоянии, сам постмодернизм воспринимается многими как умозрительная конструкция, неоправданно растрогаиваемая философами и литературоведами, а многие его критики констатируют смерть постмодернистской идеологии, при этом, не предлагая сколь-нибудь внятной позитивной альтернативы. На самом деле позиция негативного отрицания не решает тех проблем общества и культуры, которые стремилась фиксировать и осмысливать идеология постмодернизма.

ного типа в условиях развивающегося информационного общества. Это зеркальное изображение лица современного общества, на которое просто бессмысленно злиться, даже если оно и кривое. Это не более чем понятие, которым обозначили трансформацию восприятия окружающей действительности, произошедшую после разочарования в идеалах прогресса. Вопрос о приемлемости или неприемлемости постмодернизма следует перевести в другую плоскость – а именно, выявить, какие тенденции преобладают в сегодняшних постмодернистских концепциях, и на основании этого оценить дальнейшие перспективы развития постмодерна. Можно долго рассуждать, насколько удачен или неудачен термин «постмодернизм», но использование его для обозначения мировоззрения информационного общества, фиксации социокультурных реалий и отражения специфики трансформации идентичности позволит оценить

Современный постмодернизм представляет собой специфическое мировоззрение информационного общества, отличительной чертой которого является плюрализм, т.е. допущение одновременного сосуществования разнообразных точек зрения (Емелин, 2010). В плюрализме заключается сама суть постмодернизма. Он же и его «ахиллесова пята».

Многие аспекты уязвимости постмодерна связывают с тем, что его мировоззрение не является универсальной системой координат для общества в целом. Степень его распространения ограничивается наличием доступа к информационным ресурсам. Тем не менее, в настоящее время практически не остается мест, неохваченных информационным полем. Развитие телевидения, интернета, сетей мобильной связи становится фактором, свидетельствующем о вхождении информационной культуры в жизнь основной массы населения и изменении идентичности под влиянием технологического прогресса. Если раньше для выхода за рамки сложившихся моделей идентификации было необходимо приложение особых, выходящих за рамки универсума усилий, то использование современных электронных гаджетов предельно упрощает выбор ролевой модели. Обратной стороной легкости достижения новой модели идентификации является отсутствие культурного и экзистенциального опыта использования средств, давших новые возможности.

Поэтому не стоит утверждать, что с приходом информационных технологий, порожденных культурой западного типа, сразу и повсеместно начинается постмодернизм. В современном состоянии постмодернизм приемлемее рассматривать не как нечто жестко обусловленное, раз и навсегда обретенное, а как совокупность определенных тенден-

Постмодернизм – это реакция на кризис идентичности культуры западного типа в условиях развивающегося информационного общества. Это зеркальное изображение лица современного общества, на которое просто бессмысленно злиться, даже если оно и кривое. Это не более чем понятие, которым обозначили трансформацию восприятия окружающей действительности, произошедшую после разочарования в идеалах прогресса

Постмодернизм – это реакция на кризис идентичности культуры запад-

его будущие перспективы или же последствия их отсутствия.



**Вадим Анатольевич Емелин** –

кандидат философских наук,  
доцент факультета психологии  
МГУ имени М.В. Ломоносова.  
E-mail: emelin@mail.ru

ций, как некий вектор развития, причем, не бесспорно верный, а, скорее, проблемный. Формирование постмодернистского мировоззрения – это длительный процесс, начавшийся в конце шестидесятых годов прошлого века и не завершившийся до сих пор. Причем процесс далеко не однозначный, разноплановый, вызывающий самые противоречивые оценки и споры, что, собственно и говоря, характерно для постмодернистского сознания. «В создании концепции постмодернизма участвуют литераторы, философы, архитекторы, социологи, искусствоведы и даже религиозные деятели, все они, скрещивая и противопоставляя, порой парадоксальным образом, самые различные области гуманитарных знаний, пытаются в эклектической пестроте новейшей культуры установить «сложнейший порядок “хаоса”» (Юрасовская, 1995, С. 27). Постмодернистский дискурс постепенно охватывает социокультурное пространство модерна, и в этом нет ничего плохого. Как отмечал Вольфганг Велш, «постмодерн – это не антимодерн, ибо он включает в себя модерн» (Велш, 1995, С. 127). Но включает он его наряду с другими парадигмами, ни одна из которых не является привилегированной, и все они находятся в состоянии непрекращающейся конкуренции.

Типичные представления о постмодернизме как произвольной мешанине разнородных элементов: либидо, экономики, цифири, цинизма, электроники и восточной мистики, указывающих на пришествие новой эры и Апокалипсиса сразу и в одном обличии, категорически отметил В. Велш, называя ее ложной формой, кашей, в которой становится все одинаковым, а плюрализм как раз испаряется (Welsch, 1998). Результат такого подхода гораздо ближе к унифицирующим тенденциям модернизма, чем к подлинному постмодернизму. Постмодернизм не следует отождествлять с иррационализмом, он остается рациональным знанием, имеющим свои исходные принципы, методы и подходы. Его нельзя редуцировать до уровня эклектизма, который характеризуется Лиотаром как «нулевая степень всеобщей культуры наших дней» (Лиотар, 1995, С. 175). Когда-то Мартин Лютер сказал: я здесь стою и не могу иначе. Одо Марквард пере-

фразировал эту мысль следующим образом: я здесь стою, а могу как угодно. Но все же, постмодернизм – это дело серьезное, а не как угодно и что угодно, это объективная реакция на проблемность самоидентификации человека в условиях стремительно трансформирующего-

В современном состоянии постмодернизм приемлнее рассматривать не как нечто жестко обусловленное, раз и навсегда обретенное, а как совокупность определенных тенденций, как некий вектор развития, причем, не бесспорно верный, а, скорее, проблемный. Формирование постмодернистского мировоззрения – это длительный процесс, начавшийся в конце шестидесятых годов прошлого века и не завершившийся до сих пор

ся информационного общества, пусть и обозначенная не самым удачным термином. И если постмодернизм и нацелен на соединение различных точек зрения, стилей, походов и концепций, то это следует понимать скорее как попытку сложить своеобразный коллаж из всего наиболее значимого, что присутствует в предшествующей и настоящей культуре.

Проблема состоит в том, что освобождение от дискредитированной идентичности «метарассказов» модерна не дало новых, устойчивых ориентиров для дальнейшего пути. В итоге на смену радости деконструкции идентичностей модернизма пришло вновь состояние разочарования. Освободившись от фиксированных моделей идентификации, индивид информационного общества лишился компаса, показывающего направление пути, и стал подобен флюгеру, вращающемуся по воле ветра. «Освобождение права и наслаждения неотвратимо ведет к освобождению преступления (это очень хорошо понимал маркиз де Сад, чего ему так никогда и не простили)» (Бодрийяр, 2012, С. 161).

Обсуждая проблемное поле постмодернизма, Е. Турбина отмечает, что метафизическая неразбериха, отсутствие консенсуса, причисление к искусству того, что никогда к нему не относилось – признак переходной эпохи. По ее мнению, новому образу мира, объясняющему, к чему переходит «постсовременность», еще предстоит сложиться и, если это произойдет, то только тогда этот образ получит свое символическое и метафизическое воплощение (Турбина, 1993). Даже сам термин «постмодерн» не избежал дальнейшей «постмодернизации». Пред-

принимались попытки ввести в обиход термин «постпостмодернизм», под которым понимался опять же достаточно широкий спектр вариантов таких, как новая форма эстетики технообразов и виртуальной реальности (Маньковская, 1999) или конец «героического» периода пост-

модернизма и переход к «мирной жизни» (Курицын, 1997), или же очередной этап развития эпохи «постмодерности» (Эпштейн, 1996). Введение производных от терминов и без того малосодержательных – не самый конструктивный ход в выявлении реальных кризисных проблем постмодерного мира. Таким образом, анализ сегодняшнего кризисного состояния постмодерной мысли приводит к выводу не только о его незавершенности. «В культуре информационного общества эсхатологические культурные тексты в стиле “фукуяма”, несущие в заголовках слово “конец” (“конец истории”, “конец цивилизации”, “конец времени” и т.п.), воспринимаются не как физическое завершение феноменов, а как вопрос “Что дальше?”. Что наступает: пост, нео-, транс-, контр-, анти-? В таких попытках описать виртуализированную реальность проступает вневременность вечности. Клиппериоды поствремения и постпространства перемежаются клиппериодами неовремени и неопространства, многократно реплицируемые в многочисленных вневременных и внепространственных сетевых сообществах, тысячами возникающих и гибнущих ежедневно» (Соловьев, 2009, С. 53).

Возможности выхода из кризиса и перспективы дальнейшего развития связаны с решением внутренних противоречий постмодернистских теорий. Основные из них вытекают из самой сути постмодернизма – принципа плюрализма, порождающего эрозию ценностей, проблему трудности выбора в условиях постулируемой плюрализмом равнозначности, проблему выработки устойчивых ориентиров и моделей идентификации

в гетерогенном и фрагментарном мире. Также немаловажна проблема сохранения общегуманистических ценностей в условиях тотального и стремительного распространения новейших технологий и, как результат, технологизации человеческой жизни. От решения этих принципиальных вопросов во многом зависит не только будущее идей постмодерна, но и сохранение устойчивой идентичности человека информационного общества.

Сохранить идентичность сложно, если на смену примата сверхценных и тоталитаризирующих мир идей приходит тотальность плюрального обесценивания. Пророчества позднего Бодрийера, взявшего на себя роль онколога тяжело больной культуры постмодерна, мрачны. Его видение информационного капитализма было онко-клиническим, это он подчеркивал во многих своих работах, употребляя сравнения злокачественных поражений общества с раком. «Идеи и ценности (прогресса, богатства, демократии и пр.) утрачивают свой смысл, но их воспроизводство продолжается и становится все более совершенным. Они расползаются по миру, как метастазы опухоли, и проникают везде, просачиваясь и друг в друга. Секс, политика, экономика, спорт и т.д. теперь присутствуют везде, и, значит, нигде. Политика сексуальна, бизнес – это спорт, экономика неотличима от политики и т.д. Ценности больше невозможно идентифицировать, культура стала транскulturой, политика – трансполитикой, сексуальность – транссексуальностью, экономика – трансэкономикой. Все подверглось “радикальному извращению” и погрузилось в ад воспроизводства, в “ад того же самого» (Галкин, 2002, С. 117). Все смешалось, большие клетки со здоровыми, живое тело с искусственными органами и инородными вкраплениями имплантатов, половой акт с чашечкой Петри, запахи с дезодорантами. В этом толерантном и плюралистичном транспостмодернизме исчезает грань между поверхностью и глубиной, между верхом и низом, между правым и левым, между действительностью и виртуальностью, между действием и симуляцией. Есть ли смысл говорить о грани добра и зла, в мире высокотехнологичных метастаз? «Мягкий постмодернистский тезис о том, что вертикаль

– это горизонталь, а горизонталь, на самом деле, – вертикаль, что все культуры равноправны и равнокачественны независимо от исторической традиции, экономической успешности и количественности, привел к террору меньшинств. Учебные программы американских университетов пересматриваются так, чтобы в них не доминировали белые здоровые мужчины. Часы, отведенные, скажем, Льву Толстому делятся на пять частей: одну оставляют Толстому, другие раздают несправедливо неизвестным классикам разных племен и сексуальных ориентаций. Известный анекдот – “Следующим президентом США будет одноногая ВИЧ-инфицированная темнокожая лесбиянка”, – показывает, как далеко зашло дело. Кроме того, идеи политкорректности способны снижать и уровень самого “теоретического рынка”. Так случилось, например, с феминистским движением, которое сплошь и рядом порождает слабую и скучную теорию, слабую литературу, слабое искусство. Главная ценность этого движения в том, что оно “правильное”. На краях идей политической корректности возможны, наверное, неожиданно оригинальные и сильные эксперименты, такие как, например, проект “Партии Животных” Олега Кулика, предполагающий борьбу за политические и экономические права животных. Почему мухе, снимаемой в научно-популярном сериале и демонстрируемой после телеаудитории, не выплачивается гонорар?!» (Кудряшов и др., URL: [http://www.33plus1.ru/Decor/Fine\\_Monumental\\_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm](http://www.33plus1.ru/Decor/Fine_Monumental_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm)).

В целом, уже не так удивительно, что в некоторых городках Америки мэрами, то ли в шутку, то ли как знак разочарования в демократии или доведения ее плюрализма до абсурда, избраны животные. Градоправителями стали: кот Стаббс (Талкитна, Аляска), пес Боско (Сунол, Калифорния) и, даже, козел Генри Клей III (Лакхитас, штат Техас), а также еще парочка четвероногих друзей. Козел Генри, кстати, большой любитель пива, не просто политик, а представитель династии, правящей в Лакхитасе с 1986-го года, когда его дед был впервые избран на пост главы города (Пятерка животных ..., URL: <http://www.kukharski.net/interesting/pyaterka-zhivotnyx-merov>).

Удивительного и нового в этом давно уже нет. Вспомним коня Инцитата и его «политическую карьеру». Сначала Калигула сделал его гражданином Рима, затем сенатором, жрецом и, наконец, кандидатом на пост консула. Консулом Инцитату стать не удалось, не успел – Калигулу убили. Но, к слову, «воплощением всех богов» конь все-таки побывал, и к государственной присяге добавились слова «ради благополучия и удачи Инцитата». Легенды прошлого лишь оттеняют реальность настоящего, где безумное и безразличное смешение всего и вся стало практикой обыденного постмодернизма. Бодрийер описал это потоком метафор и аналогий с сексуальным подтекстом. В частности, по поводу избрания порнозвезды Чичиолины депутатом Бодрийер выбрал слова, которые, по сути, описывают саму ситуацию транспарентности зла, сопровождающегося адом распада иерархии ценностей: «постмодернистская порнография, если можно так выразиться, где сексуальность теряется в театральном излишестве своей двусмысленности. Вещи очень изменились с тех пор, как секс и политика составляли часть одного и того же разрушительного плана: если Чичиолина может быть сегодня избрана депутатом итальянского парламента, то именно потому, что транссексуальность и трансполитика объединяются в одном и том же ироничном безразличии. Такой результат – немыслимый всего несколько лет назад – свидетельствует о том, что не только сексуальная, но и политическая культура перешла на сторону маскарада» (Пятерка животных ..., URL: <http://www.kukharski.net/interesting/pyaterka-zhivotnyx-merov.html>) Да, и Рональд Рейген был актером, а Дональд Трамп остается блестящим шоуменом. Современная политика продолжает культивировать это лицедейство. Возьмем новую Украину, где кандидатом в президенты хотел выдвинуться сам Дарт Вейдер, а потом и наводчица Савченко, прославившаяся не только своими «подвигами», но и нахождением босиком в парламенте. Карнавал, лицедейство, маскарад, театр и агора, где нет Сократа и Перикла.

Следствием постмодернистского плюрализма становится парадоксальная, на первый взгляд, ситуация, оха-

рактизованная Нассимом Талебом<sup>1</sup> как «диктатура меньшинства». Смысл заключается в следующем. «Непримиримому меньшинству определенного рода достаточно достичь ничтожно малого размера, скажем, трех или четырех процентов от всей популяции, чтобы популяция целиком подчинилась его желаниям. Мало того, дальше создается оптический обман: наивному наблюдателю кажется, что выбор по-прежнему зависит от предпочтений большинства» (Талеб, URL: <http://sputnikpigrom.com/society/59789/minority-wins/#.WAdPNmckqUk>). Талеб задается простым вопросом: почему большинство продуктов в Америки стали кошерными? «Сторонники кошерной пищи – это меньше трех десятых процента населения США. Но все напитки при этом кошерные. Почему? Потому что кошерный продукт позволяет производителю, продавцу и ресторатору не делать различий между кошерными и некошерными напитками и не беспокоиться о специальных символах, отдельных кранах, отдельных стойках, отдельных подсобках. Таким образом, простое правило, которое изменяет сумму слагаемых, вот: приверженец кошерного (или халяльного) не может есть некошерное, обычный человек может есть кошерное» (там же). Далее приводятся примеры, но в другом антураже: «Инвалид не сможет пользоваться туалетами для обычных людей, но обычный человек может пользоваться туалетами для инвалидов». «Человек, у которого аллергия на арахис, не может есть еду с арахисом, но человек без аллергии на арахис может есть продукты без арахиса». «Не факт, что автоматические коробки передач вытесняют с рынка ручные только потому, что большинство водителей предпочитает автоматику: возможно, дело просто в том, что человек, который привык к механике, может спокойно водить автомат, но не наоборот». Продолжая в этом духе, Талеб при-

водит еще один пример из этой серии, но уже несколько другого масштаба: «Законопослушный человек никогда не совершит преступление, преступник может заниматься легальными вещами». На этих примерах мы видим, как ценности непримиримого меньшинства незаметно становятся общезначимыми. А начинается все с малого, с признания, что любые права, традиции, обычаи, модели поведения не могут быть ни при каких условиях ограничены, даже, если они и идут в разрез с утвердившимся образом жизни большинства. Например, процент людей с нетрадиционной сексуальной ориентацией, ничтожно мал<sup>2</sup>. При этом, присутствие темы прав геев и лесбиянок в информационном пространстве несоизмеримо существенней. И речь не идет о консенсусе. «Моральные ценности общества формирует не эволюция консенсуса. Их навязывает самое нетерпимое меньшинство – именно благодаря своей нетерпимости. То же касается и гражданских прав» (там же).

При этом выработаны эффективные технологии навязывания власти меньшинства под знаком плюрализма, толерантности и прав человека. Подобные технологии получили название «Окна Овертона». Американский юрист Джозеф Овертон опроверг общепринятые представления о естественном ходе вещей, например, о том, что все прогрессивное человечество, как нам говорят, абсолютно естественным образом приняло геев, их субкультуру, их право заключать браки, усыновлять детей и пропагандировать свою сексуальную ориентацию в школах и детских садах. На деле все совсем не так. «Согласно Окну возможностей Овертона, для каждой идеи или проблемы в обществе существует т.н. окно возможностей. В пределах этого окна идею могут или не могут широко обсуждать, открыто поддерживать, пропагандировать, пытаться закрепить законодательно. Окно

двигают, меняя тем самым веер возможностей, от стадии «немыслимое», то есть совершенно чуждое общественной морали, полностью отвергаемое до стадии «актуальная политика», то есть уже широко обсужденное, принятое массовым сознанием и закрепленное в законах» (Горжалцан, URL: <http://zuhel.livejournal.com/465630.html>).

Например, как сделать невозможное, как легализовать одно из самых табуированных деяний – канибализм. Первое движение Окна Овертона – перевести тему канибализма из области немыслимого в область радикального. У нас ведь есть свобода слова. Ну, так почему бы не поговорить о канибализме? Непременно должно появиться в интернете какое-нибудь «Общество радикальных канибалов», которое заметят и процитируют во всех нужных СМИ. Следующим шагом будет перевод темы канибализма из радикальной области в область возможного. Нельзя отвернуться от факта канибализма, чтобы не прослыть ханжой или даже фашистом. На этой стадии продолжаем цитировать «ученых». Ведь нельзя же отворачиваться от знания? Про канибализм. Любой, кто откажется это обсуждать, должен быть заклеен как ханжа и лицемер. Затем обязательно нужно придумать канибализму элегантно название. Так канибализм превращается в антропофагию, а затем в антропофилию, подобно тому, как преступник меняет фамилию и паспорта. Далее «ученые» и журналисты доказывают, что человечество на протяжении всей своей истории время от времени поедало друг друга, и это нормально. Тема антропофилии переводится из области рационального в категорию популярного. Антропофилия массово проникает в новости и ток-шоу. Людей едят в кино широкого проката, в текстах песен и видеоклипах. Тема разогрета до возможности перевода ее из категории популярного в сферу актуальной политики. Начинается подготовка зако-

<sup>1</sup> Американский экономист, изучал влияния случайных и непредсказуемых событий на мировую экономику и биржевую торговлю.

<sup>2</sup> Считается, что наиболее представительный опрос в Австралии проводился в 2006 г. при помощи телефонного интервьюирования 19307 респондентов в возрасте от 16 до 59 лет в течение 2001/2002 годов. В этом исследовании обнаружено, что 97,4 % опрошенных австралийских мужчин самоидентифицировались как гетеросексуалы, 1,6 % – как гомосексуалы и 0,9 % – как бисексуалы. Среди опрошенных австралийских женщин 97,7 % самоидентифицировались как гетеросексуалки, 0,8 % – как лесбиянки и 1,4 % – как бисексуалки. Вместе с тем, в том же опросе 8,6 % мужчин и 15,1 % женщин отметили у себя либо наличие чувств и влечения к своему полу, либо наличие некоторого сексуального опыта с лицами своего пола. Половина мужчин и две трети женщин, имевшие некоторый сексуальный опыт со своим полом, считают себя гетеросексуальными, а не гомосексуальными или бисексуальными. См.: Sex in Australia: The Australian study of health and relationships, Australian Research Centre in Sex, Health and Society. (Published as the Australian and New Zealand Journal of Public Health vol 27 no 2.)

нодательной базы. Публикуются социологические опросы, якобы подтверждающие высокий процент сторонников легализации каннибализма. В общественное сознание вводят новую догму – «запрещение поедания людей запрещено».

В современном мире нельзя купить даже картофельные чипсы, не выбирая между печеными, жареными, обезжиренными, солеными или с вкусовыми наполнителями, разнообразие которых поражает: барбекю, батат, лук, перец и тому подобное. Мы живем в мире, наполненном вариантами выбора

«Это фирменное блюдо либерализма – толерантность как запрет на табу, запрет на исправление и предупреждение губительных для общества отклонений... Описанное Овертоном «Окно возможностей» легче всего движется в толерантном обществе. В том обществе, у которого нет идеалов и, как следствие, нет четкого разделения добра и зла» (там же). По сути, мы наблюдаем развенчание всех табу, которые лежали в основе культуры на протяжении тысячелетий и являлись ее скрепами. Так, в Норвегии в школьной программе вводится новый предмет – «инцест». Министр образования Инга Марте Тхурдкильдсен, заявила, что «в Норвегии существует социальная традиция – инцест, и мы должны решиться говорить об этом с детьми с первого класса» (Инцест – социальная традиция ..., URL: <http://www.rusfront.ru/5676-incest-socialnaya-tradiciya-norvegii.html>). Конечно, речь о легализации инцеста пока не идет. Тем не менее, один из самых мощных и значимых запретов на инцест уже находится в первой стадии движения «Окна Овертона», то есть «неприемлемая тема введена в оборот, табу десакрализовано, произошло разрушение однозначности проблемы – созданы “градации серого”» (Горжалдан, URL: <http://zuhel.livejournal.com/465630.html>). Уже одобрен бельгийским парламентом закон о детской эвтаназии, в Нидерландах обсуждается инициатива разрешения эвтаназии здоровым людям. Уже умолкли протесты против усыновления детей однополыми парами, а однополые браки стали чем-то само собой разумеющимся в наиболее «развитых» странах. Что ж, «нарушение табу мстит за себя» (Фрейд, 2005, С. 41), и негативные варианты последствий размытия идентичности не должны сбрасываться со счетов.

Следующая проблема, связанная с трудностями выбора при увеличении количества возможных вариантов, становится практически неразрешимой, когда утверждается, что любое из сделанных решений не будет лучше всех остальных.

Здесь мы сталкиваемся с обратной стороной принципа плюрализма, который на деле оказывается далеко не самым эффективным помощником в реальной жизненной практике. Если общество модерна предлагало человеку некое фиксированное, стандартное меню, в котором рамки возможного выбора вариантов социального поведения были четко прописаны, то постмодерная культура расширяет этот список, делая последний практически бесконечным. Описывая взрывной рост свободы выбора в информационном обществе, М.Дж. Пенн, К.Э. Залесн сравнивают ситуацию во времена начала становления американской государственности с ситуацией в современном обществе. Если во время «Бостонского чаепития» в 1773 году за борт выкинули, наверное, только одну марку чая – «Английский завтрак», то сегодня при инсценировке этого бунта в бухте плавали бы сотни сортов чая – от жасминового без кофеина и мятного марокканского до сладкого тайского. В современном мире нельзя купить даже картофельные чипсы, не выбирая между печеными, жареными, обезжиренными, солеными или с вкусовыми наполнителями, разнообразие которых поражает: барбекю, батат, лук, перец и тому подобное. Мы живем в мире, наполненном вариантами выбора. Почти в каждой сфере жизни у американцев есть большая свобода выбора, чем когда-либо в истории, включая новые виды деятельности, новую еду, новую религию, новые технологии и новые формы общения и взаимодействия. В некотором смысле это триумф «экономики “Старбакса” над “экономикой “Форда”». Если главной идеей Генри Форда было создание конвейерных линий, чтобы достичь единообразного массового потребительства, то, в отличие от этого, «Старбакс» руководст-

вуется идеей, что люди должны выбирать сорт кофе, молока, сахара – чем больше вариантов, тем большее удовольствие от выбора (Пенн, Залесн, 2009). Для Пенна и Залесна реализация максимальной свободы выбора является одной из микротендеций улучшения современного мира.

Но далеко не все разделяют этот оптимизм очарования бесконечностью выбора, если, конечно, это не выбор между сортами чая или цветом газировки. Радикальная реализация принципа плюрализма и, как следствие, культивирования неограниченного выбора не может быть признана достижением информационного общества и постмодерной культуры, которое сделает человека счастливее. Для человека нужный ему выбор не может быть осуществлен в ситуации отсутствия определенных ориентиров, иначе – anything goes – «все годится», и положительные моменты плюрализма оборачиваются непреодолимыми апориями анархизма. Как утверждает П. Козловски, «иметь безграничный выбор столь же плохо, как и не иметь его вовсе, так как не существует прямо пропорциональной зависимости между увеличением возможностей выбора и повышением степени свободы, ведь свобода – это, прежде всего, самостоятельный выбор в пользу самости человека» (Козловски, 1997, С. 84). Да и время жизни довольно быстро течет, чтобы допускать слишком много возможностей, а чересчур большая свобода зачастую оборачивается пустотой. Вспоминаются слова В. Розанова: «свобода есть просто пустота, простор. – Двор пуст, въезжай кто угодно. Он не занят, свободен. – Эта квартира пустует, она свободна. – Эта женщина свободна. У нее нет мужа, и можешь ухаживать. – Этот человек свободен. Он без должности. Ряд отрицательных определений, и “свобода” их все объединяет. – Я свободен, не занят» (Розанов, 1990, С. 338). Простор и пустота, присущая постмодернистской свободе выбора, обуславливает настоятельную необходимость решения проблемы полного выхолащивания смысла при утверждении равноценности всех существующих возможностей. Проблема равнозначности различных ценностных ориентаций фактически делает бессмысленным поиск ориентиров, которые позволили бы прожить индивиду

полноценную, содержательную жизнь, оградив его от бессмысленного блуждания в бесконечном лабиринте дорог. Современный человек подобен покупателю в гигантском супермаркете, который так растерялся среди огромного количества прилавков, товаров, вывесок и продавцов, что позабыл, где выход и не уже в силах понять на мысль о некачественных блюдах. Бесконечность вариантов обесмысливает саму идею выбора. Выбор превращается в игру, человек становится протеем в бесконечности игровых комбинаций текущей идентичности. Именно уравнивание значимости ценностных альтернатив стала основной причиной кризиса идентичности в условиях постмодерной культуры информационного общества.

При бесконечном расширении возможностей выбора, мы оказываемся в ситуации утраты основополагающего принципа, поскольку в отсутствии сколь-нибудь обоснованной иерархии, любой выбор становится случайным и безответственным и, в конечном счете, лишенным смысла. Все смешивается в самых непредсказуемых пропорциях: «по радио слушают регги, в кино смотрят вестерн, на ланч идут в Макдональдс, на ужин – в ресторан с местной кухней, употребляют парижские духи в Токио и носят одежду в стиле ретро в Гонконге...» (Лиотар, 1995, С. 175). Крайности релятивизма, оборачиваются индифферентностью в выборе ценностей. Если «все годится», тогда и «все дозволено», и где гарантии, что предпочтительными станут конструктивные силы, если они находятся в равноправном положении с деструктивными тенденциями? Признавая право на существование различных мировоззренческих позиций, постмодернистская идеология, тем самым, не препятствует и даже способствует формированию фундаменталистских моделей идентичности, в предельном случае порождает условия для взращивания самых радикальных тенденций (Емелин, 2010). Как часто в современном мире, руководствуясь исключительно идеями демократического плюрализма, силами западного мира уничтожались светские диктатуры при помощи радикальных, экстремистских сил.

Вопрос о равнозначности приобретает еще одну другую немаловажную сторону – социально-политическую. Если

исходить из того, что более ни одна парадигма не может претендовать на какой-то выделенный статус, с точки зрения истинности, то споры по поводу притязаний на значимость превращаются в споры по поводу власти. Таким образом, ока-

Простор и пустота, присущая постмодернистской свободе выбора, обуславливает настоятельную необходимость решения проблемы полного выхолащивания смысла при утверждении равноценности всех существующих возможностей. Проблема равнозначности различных ценностных ориентаций фактически делает бессмысленным поиск ориентиров, которые позволили бы прожить индивиду полноценную, содержательную жизнь, оградив его от бессмысленного блуждания в бесконечном лабиринте дорог

зывается прав не тот, кто выдвигает более универсальный аргумент, а тот, кто сильнее в данном пространстве спора. Отсутствие правил ведет к тому, что социальные конфликты могут быть решены лишь с помощью силы, примером таких решений служат конфликты в Югославии, Ираке, Ливии, Йемене, Сирии и Украине. Подход, имплицитно содержащийся в концепции Ж.-Ф. Лиотара, немецкий философ М. Франк охарактеризовал как «социал-дарвинистскую философию языка», проводя аналогию между стихийным утверждением дискурсивных практик и выживанием видов в борьбе за существование (Франк, 1994).

Социально-политические следствия подобных представлений заключаются не только в скрытом иницировании силовых методов. Другая сторона их негативного влияния состоит в том, что они, по сути дела, приводят к практике невмешательства в ход событий – так как из имеющихся возможностей ни одна не является наилучшей, то логичнее смириться с существующим положением дел. Теряется критический дух философии, и творчество постмодернистов уже не так волнует политиков, как идеи экзистенциалистов и представителей Франкфуртской школы – власть предрержащие могут спать спокойно. Импликации постмодернистских положений в политический дискурс приводят к практике неоконсерватизма.

Специфика эпохи постмодерна заключается в том, что она посягает на высшую точку сложности, дальше которой идти просто некуда. А если большей сложности просто уже изобрести нельзя, то, по-

видимому, стремиться нужно к простоте, то есть к устоявшимся, опробованным, а, главное, обозримым и соизмеримым с человеком вещам (Карасев, 1997). В данном контексте речь не идет о том, что нужно отбросить все, что олицетворя-

ет сложность нынешнего технотронного мира, и возвратиться к традиционным понятиям. Мы не можем отмахнуться от всех технологических новаций, трансформирующих идентичность человека, но, в тоже время, необходимо заново обрести внятную систему координат. Лишившись фактически всех опор и устоев, человек остался «один на один в мире, в котором безраздельно властвует гераклитовское «panta rei» (Кусаинов, 2003, С. 79). Поэтому сегодня наблюдается тенденция пересмотра идей тотальной деконструкции и обращения ряда постмодернистских философов к, казалось бы, навсегда оставленным в прошлом Модерна, гуманистическим традициям (Губман, 1997, С. 5–25). Но в возвращаемом в постмодернистской интерпретации гуманизме уже нет места универсальной этике, диктующей определенную модель поведения, скорее, упор делается на гарантированности неприкосновенности общегуманистических ценностей. Постмодернизм всегда сторонился общих идей (если закрыть глаза на общую идею плюрализма), но общечеловеческие ценности – это не общие идеи. Это – конкретные ценности каждого отдельного человека, без которых его личная жизнь теряет смысл. Универсальность их заключается только в том, что они вплетены в жизнедеятельность всех людей, независимо от принадлежности к различным культурам, расам, народам.

Постмодернизм, отвергая универсалии, не может отвернуться от таких универсальных человеческих ценностей, как право на достойную, мирную жизнь, на свободу выражать свои мысли и чувства,

то есть, в конечном счете, выбирать свою судьбу. Осознав то, что нельзя полностью разрывать с гуманистическими традициями, некоторые представители постмодернистской философии обращаются к религиозной проблематике. Так, представители «новой философии» (Б.-А. Леви, Г. Лардро, К. Жамбе и др.) напрямую апеллируют к корпусу идей иудео-христианской традиции, а их «теоретический антигуманизм» на поверку оборачивается апологией гуманистических ценностей,

векторов технологической трансформации идентичности. По сути, мы имеем дело с современным вариантом знаменитого вопроса Дижонской академии наук: «Способствовало ли возрождение наук и искусств улучшению нравов», на который в 1749 году, Жан-Жак Руссо ответил отрицательно (Руссо, 1961). Сегодня воплощением наук и искусств стали технологии, но вопрос, поставленный в эпоху Просвещения, звучит по-прежнему актуально, вызывая много дискус-

ссии (ТВ, компьютер, смартфон и т.п.), то это может стать причиной сильнейшего стресса и фрустрации.

Завершая обзор постмодернистских апорий, приведем длинную, но очень яркую цитату из «Прозрачности зла» Жана Бодрийяра, выражающую его собственно личный и отчаянный манифест критической мысли техно-постмодернизма, печально названный «После оргии». Осознание его смысла поможет понять змеиный, жалящий себя виток постмодернистской надежды, утопии и, увы, болезни. «Если бы мне надо было дать название современному положению вещей, я сказал бы, что это – состояние после оргии. Оргия – это каждый взрывной момент в современном мире, это момент освобождения в какой бы то ни было сфере. Освобождения политического и сексуального, освобождения сил производительных и разрушительных, освобождения женщины и ребенка, освобождения бессознательных импульсов, освобождения искусства. И вознесения всех мистерий и антимистерий. Это была всеобъемлющая оргия материального, рационального, сексуального, критического и антикритического, оргия всего, что связано с ростом и болезнями роста. Мы прошли всеми путями производства и скрытого сверхпроизводства предметов, символов, посланий, идеологий, наслаждений. Сегодня игра окончена – все освобождено. И все мы задаем себе главный вопрос: что делать теперь, после оргии?» (Бодрийяр, 2012, С. 7). На этот вопрос Бодрийяр хладнокровно отвечает сам себе, в духе разочарованности понимания тотальности симуляции, которая стала стигматом культуры информационного общества: «Нам остается лишь изображать оргию и освобождение, притворяться, что, ускорив шаг, мы идем в том же направлении. На самом же деле мы спешим в пустоту, потому что все конечные цели освобождения остались позади, нас неотступно преследует и мучает предвосхищение всех результатов, априорное знание всех знаков, форм и желаний. Но, что же нам все-таки делать? Мы находимся в состоянии лицедейства и не способны ни на что, кроме как заново разыграть спектакль по некогда написанному в действительности или в воображении сценарию. Это состояние,

Вопрос о жизненных ориентирах в постмодерной действительности выводит на другую задачу: как добиться органичного сочетания технологий информационного общества с духовными, гуманистическими ценностями, выработать действенные механизмы адаптации к ним и не допустить патологических векторов технологической трансформации идентичности

ищущей опору в текстах Ветхого и Нового заветов (там же, С. 209–230). По их мнению, совсем неправомерно отвергать библейские заповеди, которые питали европейскую духовную культуру Средневековья и Нового времени. Отбросив веру, предав забвению Бога, человек на деле не стал свободнее. Как отмечает Б.-А. Леви, «никогда мы не были столь мало свободны, как с того времени, когда мы более не верим» (Levi, P. 108). Приблизительно в том же русле рассуждает П. Козловски, когда придает особое значение религиозному измерению в культуре постмодерна (Козловски, 1997). Он считает, что анархистско-деконструктивистский постмодернизм должен трансформироваться в «постмодерный эссенциализм», который вберет в себя из античного и современного наследия все то, что может быть воспринято в качестве примера, эталона. Да и Мишель Фуко в последние годы своей жизни не случайно обратился к изучению античности в поисках разрешения антиномий постмодерна (Фуко, 1998). Как будто все разом вспомнили Ф.М. Достоевского: «Если бога нет, то какой же я после того капитан?» (Достоевский, 1990, С. 216).

Вопрос о жизненных ориентирах в постмодерной действительности выводит на другую задачу: как добиться органичного сочетания технологий информационного общества с духовными, гуманистическими ценностями, выработать действенные механизмы адаптации к ним и не допустить патологических

векторов технологической трансформации идентичности. По сути, мы имеем дело с современным вариантом знаменитого вопроса Дижонской академии наук: «Способствовало ли возрождение наук и искусств улучшению нравов», на который в 1749 году, Жан-Жак Руссо ответил отрицательно (Руссо, 1961). Сегодня воплощением наук и искусств стали технологии, но вопрос, поставленный в эпоху Просвещения, звучит по-прежнему актуально, вызывая много дискус-



когда все утопии обрели реальные очертания, и парадокс состоит в том, что мы должны продолжать жить так, как будто этого не было. Но так как утопии все же стали реальностью, мы не можем больше тешить себя надеждой, что нам еще предстоит дать им жизнь. Все что нам остается – тщетные притворные попытки породить какую-то жизнь помимо той, которая уже существует. Мы живем в постоянном воспроизведении идеалов, фантазмов, образов, мечтаний, которые уже присутствуют рядом с нами и которые нам, в нашей роковой безучастности, необходимо возрождать снова и снова» (Бодрийяр, 2012, С. 8). Возьмем на себя смелость продолжить, а что же после оргии? Когда заканчивается оргия, приходят трансвеститы. С искусственными органами. Они же, по мысли Бодрийяра – транссексуалы, трансполитики, трансспортсмены, трансэстеты, трансэкономисты, транспсихологи, трансфилософы и, конечно, трансгумансты, просто ночной клуб плюралистичных трансов. Потом появляется фанатик с естественной бородой и их расстреливает. Затем его в кровавом месиве убивают полицейские, и он попадает в «рай», где его ждут сладкие мучения с неприступными гуриями, существами различных цветов, созданных из шафрана, мускуса, амбры, имеющих прозрачную кожу и тело, усыпанное драгоценностями. Этих желез-

ных девственниц не касался ни человек, ни джинн и они подобны скрытым в раковине жемчужинам, видимо не сможет их коснуться и фанатик. Все что написано, как говорил Ницше, написано кровью. Бодрийяр использовал «медицинские» метафоры: рак, опухоль, метастазы

Сегодняшние реалии предоставляют ученым богатый материал для осмысления и инициирования целого спектра направлений исследований. И вопрос не в том, как будет называться доктрина, которая освоит это поле, вопрос в том, какие идеи будут предложены для того, чтобы, по крайней мере, осмыслить ситуацию, в которой оказался мир, а в лучшем случае – дать рецепты выхода из кризиса идентичности тотально охвативший плюралистичную постмодерную культуру информационного общества

– так он выражал глубину болезни нашего мира благоденствия, который почему-то постоянно лихорадит, и в котором льется кровь. Кровь, как final cut плюрализма симулякров.

Есть расхожее мнение, что постмодернизм представляет собой мировоззрение перманентного кризиса. И с этой точкой зрения трудно не согласиться. Какой бы сферы социокультурной реальности мы не коснулись, везде прослеживается кризисная ситуация. Мировая экономика балансирует на грани бесконечного коллапса, растет внешнее и внутреннее противостояние культур западного типа и исламского фундаментализма, снова вест холодной войной, разрастаются межнациональные конфликты, увеличи-

вается разрыв между богатством и бедностью, традиционные институты семьи и брака дискредитированы, люди все в большей степени впадают в зависимость от своих технологических игрушек. Сегодняшние реалии предоставляют ученым богатый материал для осмысления и

инициирования целого спектра направлений исследований. И вопрос не в том, как будет называться доктрина, которая освоит это поле, вопрос в том, какие идеи будут предложены для того, чтобы, по крайней мере, осмыслить ситуацию, в которой оказался мир, а в лучшем случае – дать рецепты выхода из кризиса идентичности тотально охвативший плюралистичную постмодерную культуру информационного общества.

*Статья подготовлена при поддержке гранта РФФИ № 17-06-00849 «Мотивационные и когнитивно-аффективные факторы формирования идентичности».*

## Литература:

- Бодрийяр Ж. Прозрачность зла. – Москва, 2012.
- Велш В. Постмодернизм в искусстве и философии и его отношение к технологической эпохе // На путях постмодернизма. – Москва : ИНИОН РАН, 1995. – С. 168–184.
- Галкин Д.В. Жан Бодрийяр // История философии. Энциклопедия / под ред. А.А. Грицанова. – Минск, 2002. – С. 121.
- Горжалцан Е. Технология уничтожения. (14 января 2014). [Электронный ресурс] // Livejournal : [сайт]. URL: <http://zuhel.livejournal.com/465630.html> – (дата обращения 18.10.2016).
- Губман Б.Л. Западная философия культуры XX века. – Тверь : Леан, 1997.
- Достоевский Ф.М. Бесы // Ф.М. Достоевский Собрание сочинений в 15 тт. Т. 7. – Ленинград, 1990.
- Емелин В.А. Лабиринты постмодернизма: идентификация ускользающего смысла // Государство, религия, церковь в России и за рубежом. – 2010. – № 3. – С. 65–75.
- Емелин В.А. Терроризм как радикальная реакция на кризис идентичности // Национальный психологический журнал. – 2010. – № 2(4). С. – 47–51.
- Инцист – социальная традиция Норвегии? [Электронный ресурс] // Русь-фронт: информационный православный вестник : [сайт]. URL: <http://www.rusfront.ru/5676-incest-socialnaya-tradiciya-norvegii.html> – (дата обращения 18.10.2016).
- Карасев Л.В. Сегодня и завтра. Постмодернизм и культура. Материалы «круглого стола» // Вопросы философии. – 1997. – № 12. – С. 15–27.
- Козловски П. Культура постмодерна. – Москва : Республика, 1997.
- Кудряшов Н.Н. и др. «Любим – не любим ...» (Несколько заметок в защиту постмодернизма) // Корпус-3 – Электронная версия. – Режим доступа : [http://www.33plus1.ru/Decor/Fine\\_Monumental\\_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm](http://www.33plus1.ru/Decor/Fine_Monumental_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm) (дата обращения 31.08.2016)
- Курицын В.Н. Время множить приставки. К понятию постпостмодернизма // Октябрь. – 1997. – № 7. – С. 179–183.

- Кусаинов А.А. Французская «Новая философия» и культура постмодерна. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2003.
- Лиотар Ж.-Ф. Ответ на вопрос: что такое постмодерн? // На путях постмодернизма. Москва: Инион РАН, 1995. – С. 168–84.
- Маньковская Н.Б. От модернизма к постпостмодернизму: via постмодернизм // Коллаж-2 : социально-философский и философско-антропологический альманах. – Москва : ИФ РАН, 1999. – С. 18–25.
- Пенн Дж.М., Залесн Э.К. Микротенденции. Маленькие изменения, приводящие к большим переменам. – Москва, 2009.
- Пятерка животных, которые баллотировались на пост мэра... и выиграли! [Электронный ресурс] // Моя копилка интересного интернета : [сайт]. URL: <http://www.kukharski.net/interesting/pyaterka-zhivotnyx-merov.html> (дата обращения 31.08.2016)
- Розанов В.В. Опавшие листья. Короб второй и последний // В.В. Розанов О себе и жизни своей. – Москва, 1990. – С. 338.
- Руссо Ж.Ж. Рассуждение об искусствах и науках / Ж.Ж. Руссо Избранные сочинения. В 3 тт. Т. 1. – Москва, 1961. – С. 47–48.
- Соловьев А.В. Динамика культуры информационной эпохи. – Рязань, 2009.
- Талеб Н. Диктатура меньшинства (перевод отрывка из черновика новой книги Нассима Талеба). [Электронный ресурс] // «Спутник и погром» : [сайт]. URL: <http://sputnikpogrom.com/society/59789/minority-wins/#.WAdPNmckqUk> (дата обращения 18.10.2016)
- Турбина Е.Г. Посттоталитарная культура: «все дозволено» или «ничего не гарантировано»? // Вопросы философии. – 1993. – №3. – С. 23–28.
- Франк М. Политические аспекты нового французского мышления // Логос. – 1994. – № 6. – С. 323–326.
- Фрейд З. Тотем и табу. – Санкт-Петербург, 2005.
- Фуко М. История сексуальности-III: Забота о себе. – Киев : Дух и литера, Грунт; Москва : Рефл-бук, 1998. – 288 с.
- Эпштейн М.Н. Прото-, или конец постмодернизма // Знамя. – 1996. – № 3. – С. 196–209.
- Юрасовская Н.М. Постмодернизм ли? // Национальные традиции и постмодернизм: живопись и скульптура 1960–1980-х годов в СССР. – Москва : ГТГ, 1993. – С. 14–33.
- Levi B. H. Le testament de Dieu. P., Grasset, 1979.
- Sex in Australia: The Australian study of health and relationships, Australian Research Centre in Sex, Health and Society // Published as the Australian and New Zealand Journal of Public Health, 2003, vol 27 no 2.
- Welsch W. Die Postmoderne in Kunst und Philosophie und ihr Verhältnis zum technologischen Zeitalter // Technologisches Zeitalter oder Postmoderne. München: Fink, 1998. P. 36–72.

## References:

- Baudrillard, J. (2012) Transparency of Evil. Moscow.
- Emelin, V.A. (2010) Labyrinths of postmodernism: identification of elusive meaning. [Nauchnyy informatsionno-analiticheskiy, kul'turno-prosvetitel'skiy zhurnal Gosudarstvo, religiya, tserkov' v Rossii i za rubezhom], 3, 65–75.
- Emelin, V.A. (2010) Terrorism as a radical reaction to the identity crisis. National Psychological Journal, 2, 47–51.
- Epstein, M.N. (1996) Proto-or the end of postmodernism. [Znamya], 3, 196–209.
- Five animals that ran for the post of mayor ... and won! [Moya kopilka interesnogo interneta]. Retrieved from: <http://www.kukharski.net/interesting/pyaterka-zhivotnyx-merov.html> (Accessed: August 31, 2016)
- Frank, M. (1994) Political aspects of the new French thinking. [Logos], 6, 323–326.
- Freud, S. (2005) Totem and the Taboo. St. Petersburg.
- Foucault, M. (1998) The history of sexuality-3: Taking care of oneself. Kiev, Dukh i litera, Grunt; Moscow, Refl-buk, 288.
- Galkin, D.V. (2002) Jean Baudrillard. [Istoriya filosofii. Entsiklopediya], Minsk, 121.
- Gorzalkan, E. The technology of destruction. (January 14, 2014). Retrieved from: <http://zuhel.livejournal.com/465630.html> (accessed: October 18, 2016).
- Gubman, B.L. (1997) Western philosophy of culture of the twentieth century. Tver', Lean.
- Dostoevsky, F.M. (1990) The Possessed. Collected Works in 15 vols. Vol. 7. Leningrad.
- Is incest the social tradition of Norway? [Rus'-front: informatsionnyy pravoslavnyy vestnik] Retrieved from: <http://www.rusfront.ru/5676-incest-socialnaya-tradiciya-norvegii.html> (accessed: 18.10.2016).
- Karasev, L.V. (1997) Today and tomorrow. Postmodernism and culture. Proceedings of the «round table». [Voprosy filosofii], 12, 1527.
- Kozlowski, P. (1997) Culture of postmodernity. Moscow, Respublika.
- Kudryashov, N.N. And others. «We love – we do not love ...» (A few notes in defense of postmodernism). [Korpus 3]. Retrieved from: [http://www.33plus1.ru/Decor/Fine\\_Monumental\\_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm](http://www.33plus1.ru/Decor/Fine_Monumental_Art/ARTICLE/KORPUS3.htm) (Accessed: August 31, 2016)
- Kuritsyn, V.N. (1997) Time to multiply the console. To the concept of post-postmodernism. [Oktyabr'], 7, 179–183.
- Kusainov, A.A. (2003) «New French Philosophy» and the culture of postmodernity. Volgograd, Izdatel'stvo VolGU.
- Levi, B. H. (1979) Le testament de Dieu. P., Grasset.
20. Lyotard, J.-F. (1982) Reponse a la question: Qu'est ce que le postmoderne? Critique. Para, 357–367.
- Man'kovskaya, N.B. (1999) From modernism to post-postmodernism: via postmodernism. [Kollazh-2: sotsial'no-filosofskiy i filosofsko-antropologicheskiy al'manakh]. Moscow, IF РАН, 18–25.
- Penn, J.M., & Zalesn, E.K. (2009) Microtension. Small changes that lead to big changes. Moscow.
- Rozanov, V.V. (1990) Fallen leaves. The second and last box. Moscow, 338.

- Rousseau, J.J. (1961) Discourse on the arts and sciences. Selected works. In 3 vols. Vol. 1. Moscow, 47–48.
- (2003) Sex in Australia: The Australian study of health and relationships, Australian Research Centre in Sex, Health and Society. Published as the Australian and New Zealand Journal of Public Health, Vol. 27, 2.
- Soloviev, A.V. (2009) Dynamics of culture of the information age. Ryazan.
- Taleb, N. The dictatorship of the minority (translation of the excerpt from the draft of a new book by Nassim Taleb). [*«Sputnik i pogrom»*]. Retrieved from: <http://sputnikpogrom.com/society/59789/minority-wins/#.WAdPNmckqUk> (Accessed: 18.10.2016)
- Turbina E.G. (1993) Post-totalitarian culture: «everything is allowed» or «nothing is guaranteed»? [Voprosy filosofii], 3, 23–28.
- Yurasovskaya, N.M. (1993) Is it Postmodernism? [*Natsional'nye traditsii i postmodernizm: zhivopis' i skul'ptura 1960–1980-kh godov v SSSR*]. Moscow, GTG, 14–33.
30. Welsch, W. (1998) Die Postmoderne in Kunst und Philosophie und ihr Verhältnis zum technologischen Zeitalter. *Technologisches Zeitalter oder Postmoderne*. München, Fink, 36–72.
- Welsch, W. (1995) Postmodern art and philosophy and its relation to the technological epoch. [*Na putyakh postmodernizma*]. Moscow, INION RAS, 168–184.

# Традиционные теории и современные взгляды на природу мысленного образа движения: применение в спортивной практике

И.В. Каминский, А.Н. Веракса  
МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 14 мая 2017/ Принята к публикации: 23 мая 2017

## Conventional theories and modern views on the nature of the mental motor image used in sport

Igor V. Kaminsky\*, Alexander N. Veraksa  
Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia  
\* Corresponding author E-mail: min5drav@mail.ru

Received May 14, 2017 / Accepted for publication: May 23, 2017

Настоящая статья посвящена рассмотрению теоретических и практических аспектов природы мысленного образа движения, широко известного в спортивной практике как эффективное средство проработки двигательного навыка, способствующее его освоению и дальнейшему совершенствованию. Для обозначения практики применения мысленного образа в специализированной литературе приняты термины «мысленная проработка» или «мысленная тренировка». Появление исследований, посвященных данной тематике, существенно повлияло на наше понимание природы мысленного образа движения. Работа знакомит с основными подходами, теориями и современными взглядами на данную проблематику. В частности, рассмотрены разнонаправленные точки зрения на понимание механизмов, лежащих в основе мысленной проработки движения. Так, зачастую оказывались противопоставленными друг другу теории, которые считали мысленный образ элементом познания, не состоящим в прямом взаимодействии с исполнительным звеном моторной системы, и теории, рассматривающие мысленный образ как непосредственную основу движения, хранящую в себе информацию о всех его параметрах. Современные исследования, в том числе нейровизуализационные, свидетельствуют о неразделимости указанных подходов, а также об общности нейрофизиологического субстрата и функциональных свойств реального и воображаемого действия. На это указывает продемонстрированная в исследованиях центральная локализация пускового механизма, модулирующего вегетативные функции при физической нагрузке. На основании современных данных о природе мысленного образа движения предлагается уделять особое внимание практическим аспектам его использования в спортивной подготовке, несколько отличным от традиционных подходов и рекомендаций.

**Ключевые слова:** мысленный образ движения, мысленная тренировка, особенности образной сферы, активное познание, вегетативные реакции, спортивная подготовка.

The paper is devoted to the theoretical and practical aspects of motor imagery widely used by athletes in a variety of sports as an effective psychological training method. The research introduces basic approaches, theories and modern views on the issue. There are a wide variety of views on the mechanisms underlying mental practice of motor tasks. In particular, mental image can be considered from exclusively cognitive perspective or as a direct and essential background for producing movement.

To signify the notion of mental image in specialist studies the terms «mental study» or «mental training» are used. The research devoted to this issue has significantly influenced the conceptual understanding of the motor image nature.

There are opposing theories, who employ the mental image that is regarded as a basic cognitive component and does not consist in direct interaction with the executive link of the motor system. On the other hand, there are theories that view the mental image as the immediate basis of the movement that stores information about all its parameters.

Modern studies, including neuroimaging methods, confirm inseparability of these approaches and central locale of trigger mechanism that modulates physiological reactions and also its generality for real and imaginary action.

In conclusion, taking into account recent data on the nature of motor imagery, special attention is paid to practical aspects of using it in sports, which is different from conventional approaches and recommendations on motor imagery use.

**Key words:** Motor imagery, mental training, mental practice, imaginative sphere, mental image, active cognition, vegetative eactions, sports training

**М**ысленный образ движения широко известен в спортивной подготовке как одно из средств, способствующих освоению и совершенствованию двигательного навыка. Для обозначения практики применения мысленного образа в этих целях в специализированной литературе приняты термины «мысленная проработка» или «мысленная тренировка». Появление исследований, посвященных данной тематике, существенно повлияло на наше понимание природы мысленного образа движения. В качестве традиционного объяснения механизмов, лежащих в основе метода мысленной проработки, наиболее известны две зачастую противопоставляемые друг другу теории.

При этом сходство двигательных компонентов дает такое же сходство возникающей на их фоне афферентации, которая запускает центральные механизмы корректировки моторной программы, что выражается в повышении скоординированности предпринимаемых движений и возрастании результативности соответствующего действия в целом. Согласно психонейромышечной теории, чем ярче и реалистичнее мысленное представление действия, тем более выраженными являются микросокращения соответствующих ему мышц, возникающие на этом фоне, и тем активнее происходит совершенствование прорабатываемого двигательного навыка.

действий, в котором фиксируется их порядок и обобщенные характеристики, репрезентируемые индивидуальному сознанию. Реализация же движения требует конвертации образа в моторные команды, передаваемые посредством абстрактных нейронных кодов, не доступных сознанию. Вследствие этого, образ выступает в роли связующего звена, осуществляющего двустороннее взаимодействие между процессами произвольного планирования потенциальных поведенческих стратегий и их непосредственного воплощения за счет имеющихся двигательных ресурсов.

Согласно психонейромышечной теории, чем ярче и реалистичнее мысленное представление действия, тем более выраженными являются микросокращения соответствующих ему мышц, возникающие на этом фоне, и тем активнее происходит совершенствование прорабатываемого двигательного навыка

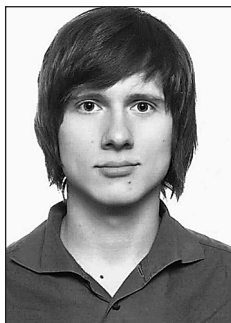
### Развитие взглядов на природу мысленного образа движения

Несмотря на очевидное противоречие фундаментального понимания функциональной роли мысленного образа движения в двух традиционных теориях, в реальных условиях описанные механизмы могут взаимодополнять друг друга, охватывая разные грани одного и того же объективного явления (Savoian, 1988). Так, на первых этапах двигательного обучения основную роль будет играть познавательная функция мысленного образа, но по мере роста мастерства обратная связь, обуславливающая эффективность мысленной проработки на том этапе, когда дальнейшее развитие моторного навыка по большей части обеспечивается процессами, протекающими при его фактическом выполнении.

Однако, если познавательная роль мысленного образа в двигательном обучении признается рядом известных теорий развития моторного навыка (например, Бернштейн, 1990), а также подтверждается наличием когнитивно-обусловленных механизмов его переноса (Olsson, 2008), то валидность психонейромышечной гипотезы взаимодействия образной и двигательной сферы находится под вопросом. Так, если мысленная проработка обеспечивает совершенствование двигательного навыка за счет поступающей в ЦНС обратной связи от активных мышц, то характер их активации на фоне представленного движения должен быть пол-

Первая из них, получившая название психонейромышечной теории (Richardson, 1967), предполагает, что мысленное представление двигательного действия, как и его реальное выполнение, выражается в активности обеспечивающих его мышечных волокон, и различия между первым и вторым заключаются лишь в масштабах такой ак-

Вторая теория, названная теорией символического обучения (Sackett, 1934), признает мысленное представление средством активного познания, постижения действия, относительно обособленного от механизмов его непосредственного исполнения моторным звеном. Т.е. мысленный образ служит для произвольного построения плана



**Игорь Владиславович Каминский** –  
соискатель кафедры психологии образования  
и педагогики факультета психологии  
МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: min5drav@mail.ru



**Александр Николаевич Веракса** –  
доктор психологических наук, профессор, член-  
корреспондент РАО, и.о. заведующего кафедрой  
психологии образования и педагогики факультета  
психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: veraksa@yandex.ru

*Для цитирования:* Каминский И.В., Веракса А.Н. Традиционные теории и современные взгляды на природу мысленного образа движения: применение в спортивной практике // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 16–25. doi: 10.11621/npj.2017.0203

*For citation:* Kaminsky I.V., Veraksa A.N. (2017) Conventional theories and modern views on the nature of the mental motor image used in sport. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 2, 16–25. doi: 10.11621/npj.2017.0203

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

ностью идентичен таковому на фоне движения реального. Например, при фактическом поднятии веса сгибанием локтевого сустава на электромиографии (ЭМГ) выявляется характерная перемежающаяся трехфазная активность мышц-антагонистов с первичным пиком в двухглавой мышце плеча, затем – в трехглавой и после – вновь в двухглавой (Slade et al., 2002). В соответствии с психонейромышечной теорией во время воображаемого поднятия веса тем же движением следует ожидать ЭМГ-активность мышц руки аналогичной фазовой структуры. Однако исследования с проведением параллельного измерения биоэлектрических потенциалов антагонистических мышечных групп плеча на фоне воображаемого поднятия груза не подтверждают данную гипотезу. В частности, Б.Д. Хейл (Hale, 1982) наблюдал в этом случае одновременную активацию двухглавой и трехглавой мышц. Дж.М. Слейд с коллегами (Slade et al., 2002) на основе 240 проб, снятых у 40 испытуемых на фоне мысленного поднятия веса, смог выделить три различных ЭМГ-паттерна активности двухглавой мышцы и четыре паттерна активности трехглавой. Среди них превалировало (82,9% и 47,9% случаев, соответственно) возрастание активности над базовым уровнем без различимых пиков и фазового разделения. При наложении данных только в одной пробе из 240 удалось зафиксировать на фоне мысленного сгибания руки искомую трехфазную ЭМГ-модель, вероятность выявления которой, как сочли авторы, сводится к случайной. При этом количественный анализ данных показал, что двухглавая мышца плеча активнее трехглавой у 28 испытуемых из 40 ( $\bar{M} = 1,69$ ;  $SD = 1,04$ ) во время реального выполнения действия, тогда как при мысленном движении – лишь у 5 испытуемых из 40 ( $\bar{M} = 0,67$ ;  $SD = 2,01$ ). Более того, согласно психонейромышечной теории эффективность мысленной проработки движения тем выше, чем более выражена на ее фоне микросократительная активность соответствующих мышц. Однако на практике никакой определенной зависимости между показателями ЭМГ и эффектом мысленной проработки выявлено не было и, более того, установлена эффективность мысленной проработки,

на фоне которой отсутствуют значимые изменения на ЭМГ (Yue, Cole, 1992). К тому же, как показывает ряд исследований (например, Robin et al., 2007), способность к созданию ярких реалистичных образов увеличивает эффективность мысленной проработки, но, согласно имеющимся данным, такая способность либо не состоит ни в какой зависимости с ЭМГ-активностью (Hale, 1982), либо, напротив, изменяется обратно пропорционально ей (Jowdy, Harris, 1990).

Представленные исследования позволяют заключить, что мысленный образ движения стимулирует фактическую активность соответствующих мышц, однако она не должна рассматриваться как основополагающий механизм совершенствования двигательных умений посредством мысленной проработки.

Мысленный образ движения стимулирует фактическую активность соответствующих мышц, однако она не должна рассматриваться как основополагающий механизм совершенствования двигательных умений посредством мысленной проработки

Альтернативное объяснение последнего можно найти в ряде работ (Jeannerod, 1994), возрождающих прослеживаемую еще в трудах Декарта и Аристотеля идею, состоящую в понимании мысленного образа как разворачивающегося на определенном уровне обработки информации нервной системой аналога соответствующего образа восприятия. Из указанной феноменологической аналогии следует аналогия функциональная. Если на уровне высшей нервной деятельности за переживанием мысленного образа какого-либо события или действия стоят те же нейрофизиологические процессы, что обеспечивают его фактическое восприятие, то эти процессы, вне зависимости от того, являются ли они следствием реального воздействия стимула на рецепторы или лишь намерения представить результаты такого воздействия мысленно, должны сохранять характерные им свойства. Эти свойства проявляются в актуализации сопряженных с ними функциональных ответов, в том числе механизмов, ответственных за научение.

Наличие таких ответов, общих для реального и воображаемого действия, может рассматриваться в качестве под-

тверждения настоящей теории. Среди них особое место отводится вегетативным реакциям, поскольку они объективны, просты и доступны для обнаружения и не могут быть вызваны произвольно. Так, при воображаемом поднятии веса наблюдается резкое возрастание частоты сердечных сокращений (ЧСС), частоты дыхательных движений (ЧДД) и парциального давления  $CO_2$  в выдыхаемом воздухе, подобно тому, как это происходит на фоне реальной физической активности (Collet, Guillot, 2010). Отмечено, в случае последней такая функциональная перестройка протекает чрезвычайно быстро: ЧСС изменяется по прошествии не более чем пяти ударов, а ЧДД – в пределах одного цикла после инициации физической работы (Adams et al., 1987). Поэтому считается, что мобилиза-

ция вегетативных функций программируется заранее, т.е. имеет в своей основе центральный триггерный механизм и не может быть откликом на возрастающие энергетические требования на периферии. Исследования показывают, что это же справедливо и для мысленного воспроизведения соответствующей активности. Те факты, что вегетативные реакции, зафиксированные во время мысленной нагрузки, не сопровождаются метаболическими изменениями в мышцах (Decety et al., 1993), и что соразмерный варьирующей величине ожидаемого усилия физиологический ответ обнаруживается на фоне полного паралича (Gandevia et al., 1993), подтверждают центральную локализацию пускового механизма, модулирующего вегетативные функции, и его общность для реального и воображаемого действия.

## Теория функциональной эквивалентности

М. Джиннерод (Jeannerod, 1994) считает, что в случае с движением основу такой общности создают моторные репрезентации, представляющие собой

определенные паттерны активности головного мозга. Они возникают на стадии подготовки двигательного действия и, с одной стороны, кодируют необходимую для его исполнения информацию, включая временные рамки действия, налагаемые им силовые затраты, его двигательный состав, пространственную конфигурацию и требуемый итоговый результат, а, с другой стороны, опосредуют соответствие между потребностью, инициирующей деятельность, и намеченным конечным продуктом последней. М. Джиннерод отмечает, что мысленный образ несет тот же спектр информации о движении, что и моторная репрезентация, но, в отличие от нее, не влечет за собой реального выполнения полноценного двигательного действия. Так, кинематические параметры движения и его результат являются непосредственно представленным субъекту содержанием мысленного образа. О формировании образа с учетом скоростно-силовых характеристик движения косвенно свидетельствуют рассмотренные выше исследования модуляции активности вегетативной нервной системы на фоне воображаемой нагрузки (Collet, Guillot, 2010). В ряде экспериментов была показана также хронометрическая эквивалентность<sup>1</sup> мысленного и фактического двигательных действий. Более того, исследования показали, что мысленный образ сохраняет эффект, вызываемый взаимодействием вышеуказанных параметров. В частности, закон Фиттса, согласно которому продолжительность двигательного действия увеличивается с возрастанием его субъективной сложности, выполняется как для реальных, так и для мысленно воспроизводимых движений. Выполняется вне зависимости от того, обусловлена ли такая сложность повышенными требованиями задания к координации (Cerritelli et al., 2000) или к прилагаемому усилию (Papakonstantinou et al., 2002).

Теория функциональной эквивалентности подтверждается многочисленными нейровизуализационными исследованиями (Sharma, Baron, 2013), показавшими вовлечение в процесс мы-

сленного представления двигательного действия тех же мозговых структур, которые активны при его реальном выполнении. Кроме того, клинические данные свидетельствуют о том, что перцептивные (Farah et al., 1992) и двигательные (Tomasi et al., 2005) расстройства центрального генеза аналогичным образом проявляются в отношении как реальной, так и воображаемой деятельности.

В то же время отмечается, что при неспособности к осуществлению определенных двигательных действий на фоне интактности мозговых структур, вовлеченных в их программирование, в частности, при ампутации или деафферентации (Jeannerod et al., 1984) конечностей, при повреждениях спинного мозга (Decety, Boisson, 1990), субъекты формируют ясный образ намеченного действия, если перед ними стоит задача его выполнения. На основании этого М. Джиннерод (Jeannerod, 1994) предполагает, что мысленный образ движения есть продукт сознательного доступа к соответствующей моторной репрезентации, осознание которой определяется временем, отведенным на подготовку предпринимаемого движения. В норме двигательное действие инициируется за доли секунды и подтверждающая его выполнение обратная связь деактивирует лежащую в его основе моторную репрезентацию еще до того, как она может быть осознана. Но активность последней продлевается, если подготовка движения предпринимается заблаговременно, а также если его выполнение или деактивирующая афферентация по какой-либо причине заблокированы. В этом случае подсознательная моторная репрезентация трансформируется в осознаваемый мысленный образ соответствующего двигательного действия. Намеренно вызывая мысленное представление своих движений, мы автоматически блокируем их выполнение, что открывает сознательный доступ к соответствующим моторным репрезентациям. При этом, поскольку фактически движение не предпринимается, сигнализирующая о его полноценном выполнении обратная связь от периферических рецепторов (проприоцепция)

отсутствует, но центральные процессы по своей сути остаются аналогичными тем, что запускают реальную двигательную активность (Jeannerod, 1994).

Мысленный образ движения является репрезентацией в сознании моторной программы, исполнение которой блокируется на определенном уровне ЦНС (Jeannerod, 1994). Возникающая же на его фоне микросократительная активность мышц, регистрируемая с помощью ЭМГ (Hale, 1982; Jowdy, Harris, 1990; Slade et al., 2002), может рассматриваться как следствие неполного торможения влияния такой программы на исполнительные органы (Jeannerod, 1994). Примечательно, что гипотеза М. Джиннерода (Jeannerod, 1994) о деактивирующем воздействии на двигательный образ (как частный случай моторной репрезентации) поступающей от исполнительных органов специфичной ему обратной связи хорошо согласуется с данными Д.П. Джоуди и Д.В. Харрис (Jowdy, Harris, 1990). Они свидетельствуют об обратной пропорциональной зависимости между способностью к созданию реалистичного образа движения и выраженностью зафиксированной на его фоне ЭМГ-активности. С другой стороны, эксперименты на обезьянах (Mellah et al., 1990) показали активацию части двигательных единиц двухглавой мышцы плеча обученного животного в обозначенный специальным сигналом 3-секундный подготовительный период, предшествующий команде о проведении сгибательного движения руки, и их расслабление в момент начала движения. Данный феномен может являться следствием активности моторной репрезентации и нести функцию изменения физиологического состояния мышцы с приданием ей дополнительной жесткости, что сокращает время последующей реакции и обеспечивает готовность к действию. Возможно, микросокращения мышц на фоне мысленного образа движения также обусловлены активностью данного подготовительного процесса. Однако ввиду глубокого залегания соответствующих мышечных волокон (Mellah et al., 1990) он зачастую не может быть зафик-

<sup>1</sup> Стоит добавить, что эквивалентность продолжительности мысленного и реального действия, очевидно, позволяет использовать мысленный образ в режиме реального времени, благодаря чему сохраняется способность к пространственной ориентации в знакомом помещении в темноте или с завязанными глазами.

сирован поверхностными методами регистрации ЭМГ (Jeannerod, 1994).

## Роль моторных процессов в когнитивной сфере

В противоположность пониманию образа как средства познания, представленного в виде амодального символического кода высшего порядка (Sackett, 1934), современные исследования говорят о том, что сенсомоторные и когнитивные процессы неотделимы друг от друга. Так, известно, что, подобно мысленной проработке, визуальная демонстрация двигательной модели вызывает активность зон мозга, участвующих в фактическом выполнении соответствующего движения (Gatti et al., 2016). При этом также проявляется обучающий эффект – по сравнению с показателями контрольной группы, разучиваемые моторные навыки достоверно более результативно исполняются субъектами, обучающимися исключительно посредством наблюдения (Gatti et al., 2013). Более того, как показывают исследования перцептивно-моторных интерференций, демонстрируемые стимулы облегчают выполнение действия, двигательный компонент которого состоит с ними в прямом соответствии, и затрудняют выполнение противопоставленной ему альтернативы. Это указывает на актуализацию моторных программ в процессе когнитивной переработки различных по модальности и содержанию стимулов (Witt et al., 2010). Активация моторных зон головного мозга зафиксирована также на фоне восприятия статических изображений инструментов, предназначенных для осуществления различных трудовых манипуляций с их помощью (Creem-Regehr, Lee, 2005). Это свидетельствует о том, что узнавание объекта требует актуализации программ потенциального взаимодействия с ним (Sim et al., 2015). Точно так же моторные зоны мозга активируются при восприятии речи – главным образом, глаголов действия или семантически близких к ним существительных, в том числе названий инструментов и др. Причем, такая активация отвечает соматотопическому принципу и определяется семантикой речевого

стимула (Elk van et al., 2010). На основании этого предполагается роль имитационных процессов в обработке воспринимаемой информации, мыслительной деятельности и социальных взаимодействиях, когда значение какого-либо действия или состояния раскрывается перед субъектом в процессе его внутреннего моделирования в релевантном контексте.

С этих позиций мысленный образ движения, так или иначе, является тесно переплетенным с моторными компонентами деятельности ЦНС. Резюмируя возможности непосредственного взаимодействия моторной и образной сферы, Е.Н. Сурков (Сурков, 1982) выделяет три функции двигательного образа. Выполняя программирующую функцию, образ определяет команды, согласно которым действуют исполнительные органы. В рамках регулирующей функции образ предстает как эталон, идеальная модель движения, с которой сопоставляется реальный результат, за счет чего производится оценка последнего и коррекция двигательного действия в случае необходимости. Тренирующая функция образа заключена в возможности его использования в качестве средства двигательного обучения, что отражает суть метода мысленной проработки двигательных навыков.

В настоящее время считается, что тренирующая функция обусловлена вовлечением в процесс создания образа моторных зон мозга, дублирующих таковое на фоне фактической двигательной активности, что ведет к активации механизмов научения, общих для мысленного и реального действия (Holmes, Collins, 2001). В числе последних экспериментально подтверждена роль модуляции функциональных связей между взаимно отдаленными участками головного мозга (Хе, 2015), а также пластических изменений первичной моторной коры, предположительно имеющих отношение к консолидации моторной памяти на ранних этапах обучения (Foerster, 2013).

## Природа особенностей мысленного образа движения

Последний эффект мысленной проработки состоит в зависимости от сте-

пени активации на ее фоне первичной моторной коры, которая демонстрирует изменчивость индивидуальных значений (Blefari et al., 2015). Подобная вариабельность характеризует также и образ движения как психический феномен, проявляясь в отношении следующих его особенностей: содержания, реалистичности, модальности, скорости и ракурса. С.П. Елшанский отмечает, что при запоминании позы руки примерно треть испытуемых создает визуальный образ ее требуемого положения, тогда как большинство участников эксперимента ориентируется на мышечно-суставное чувство (Елшанский, 2014). Многие авторы (Olsson, 2008) считают, что такие различия позволяют выделить две обособленные друг от друга категории: визуальный образ движения и истинно моторное представление. Другие исследователи (Jeannerod, 1994) справедливо замечают, что образ чаще всего полимодален и любое представленное в кинестетической модальности движение, так или иначе, разворачивается в определенной части зрительно идентифицируемого пространства.

Объясняя индивидуальные различия в представлении движения, некоторые авторы (Spittle, Morris, 2011) говорят о личностной обусловленности тех или иных его особенностей. С.П. Елшанский при интерпретации своих результатов ссылается на феномен первичного доминирования той или иной модальности в образной сфере, определяющий индивидуальные модальностные предпочтения, имеющие место при восприятии, запечатлении и мысленном воспроизведении перцептивного опыта (Елшанский, 2014). Другие авторы отводят важную роль текущему функциональному состоянию, установкам, которые могут быть заданы, в том числе инструкцией экспериментатора, а также индивидуальной способности к созданию образа с теми или иными характеристиками (Gregg et al., 2010). Такая способность, согласно распространенному мнению, развивается по мере того, как соответствующие образы используются для решения представленных в них задач (Spittle, Morris, 2011). Она определяется частотой встречаемости таких задач в деятельности субъекта и его опытом в ведении этой деятельности. Други-



ми словами, особенности образной сферы могут быть проявлением своего рода профессиональной деформации – адаптации психики к требованиям, которые налагает совокупность регулярно принимаемых действий. Так, В.В. Барабанщикова показала, что у мастеров спорта по боксу, спецификой которого является дистантный бой, преобладает визуальная модальность образной сферы, тогда как у мастеров спорта по дзюдо, которые ведут контактный бой, – кинестетическая (Барабанщикова, 2005). Следовательно, опыт в выполнении действия сам подсказывает те его аспекты,

При этом, если зрительный контроль механики движения требует направленного внимания непосредственно на само двигательное действие, то сменяющий его проприоцептивный контроль может осуществляться в отсутствие такого внимания<sup>2</sup>, что и обуславливает автоматизацию движения. Более того, Н.А. Бернштейн описывает конфликт между зрительным контролем за выполняемым движением и сознательным вниманием в его структуру – с одной стороны, и плавным автоматическим выполнением навыка – с другой (Бернштейн, 1990). Поэтому одним из условий последнего

как представление колясочного слалома сопровождается выраженной активацией моторной системы. В контрольной группе здоровых добровольцев зафиксирован противоположный результат с задействованием моторных зон мозга в процессе представления ходьбы по лестнице и без такового на фоне представления колясочного слалома. В ряде исследований были показаны аналогичные различия активности мозга субъектов, начинающих освоение моторного навыка и достигших экспертного уровня в его выполнении, на фоне мысленного представления (Olsson, 2008), наблюдения (Aglioti et al., 2008) и прослушивания словесного описания (Beilock et al., 2008) соответствующих двигательных действий. При этом показано, что вовлечение собственных моторных программ в распознавание наблюдаемого действия и прогнозирование его результата обеспечивает более однозначную и быструю ориентировку профессиональных спортсменов в игровой ситуации, по сравнению с их менее опытными коллегами (Aglioti et al., 2008).

Опыт в выполнении действия сам подсказывает те его аспекты, которым необходимо уделить наиболее пристальное внимание, и именно они формируют ключевое содержание мысленного образа данного действия, а также его компоненты, значимые с точки зрения контроля и оценки

которым необходимо уделить наиболее пристальное внимание, и именно они формируют ключевое содержание мысленного образа данного действия, а также его компоненты, значимые с точки зрения контроля и оценки.

Если допускать, что эквивалентность реального и мысленного двигательных действий сохраняется на всех этапах овладения моторным навыком, то можно предположить, что ведущая модальность его представления меняется в процессе научения. Так, Н.А. Бернштейн отмечает, что основную нагрузку по управлению новым, еще не освоенным движением несет зрение, но по мере накопления информации о способах коррекции этого движения на основе проприоцептивных сигналов ведущая роль по контролю его механики передается в соответствующую модальность (Бернштейн, 1990). Следовательно, можно полагать, что и модальность образа-эталона меняется по мере овладения соответствующим навыком. Ведь субъект, заинтересованный в его освоении, начиная упражняться, уже склонен анализировать поступающие от мышц ощущения, тем самым подменяя визуальный двигательный эталон кинестетическим.

является переключение внимания с собственно движения на двигательную задачу<sup>3</sup> (Бернштейн, 1990). Следовательно, на ведущее место в управлении автоматизированными движениями должны выходить эталоны, отражающие намеченный результат двигательного действия, выражая потребность в контроле навыка на основе степени достижения поставленной двигательной задачи.

К.Дж. Олссон (Olsson, 2008) подчеркивает, что активация моторной программы двигательного действия во время его представления требует, прежде всего, наличия такой программы в двигательном репертуаре субъекта, которая определяется опытом выполнения данного действия. Пока двигательное умение не освоено, не установлена и соответствующая ему моторная репрезентация, т.е. представление о нем носит по большей части смысловой характер. К.Дж. Олссон и Л. Нибберг (Olsson, Nyberg, 2011) иллюстрируют данное положение описанием случая С.Д. – высококвалифицированной спортсменки, ноги которой парализованы от рождения. Так, при представлении ходьбы по лестнице в мозге С.Д. наблюдается активность, главным образом, фронтальных областей коры, тогда

## Закключение

Таким образом, из всего вышесказанного можно выделить несколько ключевых идей, определяющих современное понимание природы мысленного образа движения. Так, мысленный образ движения имеет в своей основе процессы, аналогичные тем, что обеспечивают фактическое выполнение движения, и, следовательно, обладает теми же свойствами, в частности, активирует центральные механизмы, ответственные за двигательное научение. Как показали исследования, регистрируемая на фоне мысленно представляемых движений периферическая активность является скорее следствием описанной аналогии образа и действия на центральном уровне, чем основой двигательного научения в процессе мысленной проработки. Это смещает акценты в установках, которые

<sup>2</sup> Для более ясного описания различий визуального и проприоцептивного управления движением можно назвать первый контролем «снаружи» – с помощью зрительного анализатора, а второй – контролем «изнутри» – с помощью рецепторов в самих мышцах, сухожилиях и суставных сумках, т.е. непосредственно в звене, выполняющем движение.

<sup>3</sup> Именно такая направленность внимания проиллюстрирована выше в примерах из работы В.В. Барабанщиковой, описывающих деятельность высококвалифицированных спортсменов (Барабанщикова, 2005).

было принято давать спортсменам, прорабатывающим действия путем их мысленного повторения. С современных позиций надо рекомендовать им максимальное приближение образа и условий его формирования к реальной деятельности, умозрительно воссоздавая ее темп, связанные с ней эмоции, ощущения и обстановку. Такой подход позволит формировать более яркие образы, и приближение мысленной картины к соответствующему реальному опыту, увеличит степень эквивалентности нейрофизиологических процессов, в том числе ответственных за научение, таким, активизирующимся на фоне реальной деятельности (Holmes, Collins, 2001).

В то же время обязательным условием для задействия моторной системы в мысленном представлении движения является наличие опыта его фактического выполнения. Поэтому спортсмены, только приступившие к освоению сложного моторного навыка, будут иметь лишь смысловое представление о нем как о когнитивном феномене – объекте познания, не задействующее реально вовлеченные в выполнение такого навыка нейрофизиологические процессы. Тем не менее, такое представление так же окажется полезным, поскольку позволит быстрее усвоить необходимую последовательность действий, соотнести их с ключевыми ориентирами контекста

Мысленный образ движения имеет в своей основе процессы, аналогичные тем, что обеспечивают фактическое выполнение движения, и, следовательно, обладает теми же свойствами, в частности, активирует центральные механизмы, ответственные за двигательное научение

выполнения, лучше осмыслить текущую задачу в освоении навыка и ее составляющие.

С другой стороны, в современном понимании оказываются вытесненными взгляды на мысленный образ уже знакомого движения как на исключитель-

но изменяются и совершенствуются, соответствующую им образную сферу так же следует рассматривать как динамическую систему, акцентирующую актуальные на текущий момент задачи. Поэтому как перспективный предмет исследований, который углубит наше понимание

Учитывая, что двигательные умения субъекта постоянно изменяются и совершенствуются, соответствующую им образную сферу так же следует рассматривать как динамическую систему, акцентирующую актуальные на текущий момент задачи

но когнитивный феномен, не задействующий исполнительные механизмы. Более того, в процессах, традиционно считавшихся сугубо «когнитивными» (например, узнавание предметов и действий, восприятие речи), сегодня усматривается значительная роль моторной системы. Такая позиция не только еще крепче утверждает роль трудовой деятельности в умственном развитии и взаимосвязь мышления и предметных действий, но и указывает на необходимость учета таких взаимосвязей при продумывании дизайна исследований и интерпретации результатов. Учитывая, что двигательные умения субъекта постоян-

природы мысленного образа движения, необходимо рассматривать трансформацию представления двигательного навыка в зависимости от актуального уровня владения им.

*Работа выполнена в рамках Государственного контракта №117 от 19.04.2017 г. с Министерством спорта Российской Федерации «Разработка научно-обоснованных предложений по совершенствованию психолого-педагогического сопровождения спортсменов высокой квалификации с использованием современных технологий»*

## Литература:

- Барабанщикова В.В. Модальность образной сферы как фактор оптимизации функционального состояния профессионалов в процессе психологической саморегуляции : дис. ... канд. психол. наук. – Москва, 2005. – 160 с.
- Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность / под ред. О.Г. Газенко. – Москва : Наука, 1990. – 495 с.
- Елшанский С.П. Проприоцептивная память позы руки [Электронный ресурс] // Психология, социология и педагогика, 2014. – № 3 : [сайт]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2014/03/2905> – (дата обращения: 20.04.2016).
- Сурков Е.Н. Антиципация в спорте. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 145 с.
- Adams, L., Guz, A., Innes, J.A., & Murphy K. (1987) The early circulatory and ventilatory response to voluntary and electrically induced exercise in man [Journal of Physiology], 383, 19–30. doi: 10.1113/jphysiol.1987.sp016393
- Aglioti, S.M., Cesari, P., Romani, M., & Urgesi, C. (2008) Action anticipation and motor resonance in elite basketball players [Nature Neuroscience], V. 11, 9, 1109–1116. doi: 10.1038/nn.2182
- Beilock, S.L., Lyons, I.M., Mattarella-Micke, A., Nusbaum, H.C., & Small, S.L. (2008) Sports experience changes the neural processing of action language [Proceedings of the National Academy of Sciences], V. 105, 36, 13269–13273. doi: 10.1073/pnas.0803424105
- Blefari, M.L., Sulzer, J., Hepp-Reymond, M.C., Kollias, S., & Gassert, R. (2015) Improvement in precision grip force control with self-modulation of primary motor cortex during motor imagery. [Frontiers in behavioral neuroscience]. 9. doi: 10.3389/fnbeh.2015.00018
- Cerritelli, B., Maruff, P., Wilson, P., & Currie, J. (2000) The effect of an external load on the force and timing components of mentally represented actions. [Behavioural brain research], V. 108, 1, 91–96. doi: 10.1016/S0166-4328(99)00138-2
- Collet, C., & Guillot, A. (2010) Autonomic nervous system activities during imagined movements. In Guillot A., Collet C. (Eds) The neurophysiological foundations of mental and motor imagery, New York, Oxford University Press, 95–108. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199546251.003.0007
- Creem-Regehr, S.H., & Lee, J.N. (2005) Neural representations of graspable objects: are tools special? [Cognitive Brain Research], V. 22, 3, 457–469. doi: 10.1016/j.cogbrainres.2004.10.006

- Decety, J., & Boisson, D. (1990) Effect of brain and spinal cord injuries on motor imagery. [European Archives of Psychiatry and Clinical Neurosciences], 240, 39–43. doi: 10.1007/BF02190091
- Decety, J., Jeannerod, M., Durozard, D., & Baverel, G. (1993) Central activation of autonomic effectors during mental simulation of motor actions in man. [The Journal of Physiology], V. 461, 1, 549–563. doi: 10.1113/jphysiol.1993.sp019528
- Farah, M.J., Soso, M.J., & Dasheiff, R.M. (1992) Visual angle of the mind's eye before and after unilateral occipital lobectomy. [Journal of Experimental Psychology, Human Perception and Performance]. 18, 241–246. doi: 10.1037/0096-1523.18.1.241
- Foerster, Á., Rocha, S., Wiesiolek, C., Chagas, A.P., Machado, G., Silva, E., Fregni, F., & Monte-Silva, K. (2013) Site-specific effects of mental practice combined with transcranial direct current stimulation on motor learning. [European Journal of Neuroscience], V. 37, 5, 786–794. doi: 10.1111/ejn.12079
- Gandevia, S.C., Macefield, V.G., Bigland-Ritchie, B., Gorman, R.B., & Burke, D. (1993) Motoneuronal output and gradation of effort in attempts to contract acutely paralysed leg muscles in man. [The Journal of physiology], V. 471, 411–427. doi: 10.1113/jphysiol.1993.sp019907
- Gatti, R., Rocca, M.A., Fumagalli, S., Cattysse, E., Kerckhofs, E., Falini, A., & Filippi, M. (2016) The effect of action observation/execution on mirror neuron system recruitment: an fMRI study in healthy individuals. [Brain Imaging and Behavior], 1–12.
- Gatti, R., Tettamanti, A., Gough, P.M., Riboldi, E., Marinoni, L., & Buccino, G. (2013) Action observation versus motor imagery in learning a complex motor task: A short review of literature and a kinematics study. [Neuroscience Letters], 540, 37–42. doi: 10.1016/j.neulet.2012.11.039
- Gregg, M., Hall, C., & Butler, A. (2010) The MIQ-RS: a suitable option for examining movement imagery ability. [Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine], V. 7, 2, 249–257.
- Hale, B.D. (1982) The effects of internal and external imagery on muscular and ocular concomitants. [Journal of Sport Psychology], V. 4, 4, 379–387. doi: 10.1123/jsp.4.4.379
- Holmes, P.S., & Collins, D.J. (2001) The PETTLEP Approach to Motor Imagery: A Functional Equivalence Model for Sport Psychologists [Journal of Applied Sport Psychology], V. 13, 1, 60–83. doi: 10.1080/10413200109339004
- Jeannerod, M. (1994) The representing brain – neural correlates of motor intention and imagery. [Behavioral and Brain Sciences], 17, 187–202. doi: 10.1017/S0140525X00034026
- Jeannerod, M., Michel, F., & Prablanc, C. (1984) The control of hand movements in a case of hemianaesthesia following a parietal lesion. [Brain], V. 107, 3, 899–920.
- Jowdy, D.P., & Harris, D.V. (1990) Muscular responses during mental imagery as a function of motor skill level. [Journal of Sport and Exercise Psychology], V. 12, 2, 191–201. doi: 10.1123/jsep.12.2.191
- Mellah, S., Rispal-Padel, L., & Riviere, G. (1990) Changes in excitability of motor units during preparation for movement [Experimental brain research], V. 82, 1, 178–186. doi: 10.1007/BF00230849
- Olsson, C.-J. (2008) Imagining imagining actions: A thesis ... for the degree of Doctor of Philosophy [Umea University], Umea, 63.
- Olsson, C.J., & Nyberg, L. (2011) Brain simulation of action may be grounded in physical experience. [Neurocase], V. 17, 6, 501–505.
- Papaxanthis, C., Schieppati, M., Gentili, R., & Pozzo, T. (2002) Imagined and actual arm movements have similar durations when performed under different conditions of direction and mass [Experimental Brain Research], V. 143, 4, 447–452. doi: 10.1007/s00221-002-1012-1
- Richardson, A. (1967) Mental practice: a review and discussion part II. [Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation], V. 38, 2, 263–273.
- Sackett, R.S. (1934) The influence of symbolic rehearsal upon the retention of a maze habit. [Journal of General Psychology], 10, 376–395. doi: 10.1080/00221309.1934.9917742
- Savoyant, A. (1988) Mental practice: Image and mental rehearsal of motor action. In M. Denis, J. Englekamp, & J. Richardson (Eds.) Cognitive and neurophysiological approaches to mental imagery. The Hague, Martinus Nyhoff, 251–257. doi: 10.1007/978-94-009-1391-2\_23
- Sharma, N., & Baron, J.C. (2013) Does motor imagery share neural networks with executed movement: a multivariate fMRI analysis. [Frontiers in Human Neuroscience], V. 7, 564. doi: 10.3389/fnhum.2013.00564
- Sim, E.J., Helbig, H.B., Graf, M., & Kiefer, M. (2015) When action observation facilitates visual perception: activation in visuo-motor areas contributes to object recognition [Cerebral cortex], V. 25, 9, 2907–2918. doi: 10.1093/cercor/bhu087
- Slade, J.M., Landers, D.M., & Martin, P.E. (2002) Muscular activity during real and imagined movements: a test of inflow explanations. [Journal of Sport and Exercise Psychology], V. 24, 2, 151–167. doi: 10.1123/jsep.24.2.151
- Spittle, M., & Morris, T. (2011) Can internal and external imagery perspectives be trained? [Journal of mental imagery]. V. 35, 3–4, 81–104.
- Tomasino, B., Budai, R., Mondani, M., Skrap, M., & Rumiati, R.I. (2005) Mental rotation in a patient with an implanted electrode grid in the motor cortex. [Neuroreport], V. 16, 16, 1795–1800.
- van Elk, M., van Schie, H.T., Zwaan, R.A., & Bekkering, H. (2010) The functional role of motor activation in language processing: motor cortical oscillations support lexical-semantic retrieval. [Neuroimage], V. 50, 2, 665–677.
- Witt, J.K., Kemmerer, D., Linkenauger, S.A., & Culham, J. (2010) A functional role for motor simulation in identifying tools. [Psychological Science], V. 21, 9, 1215–1219. doi: 10.1177/0956797610378307
- Xie, F., Xu, L., Long, Z., Yao, L., & Wu, X. (2015) Functional connectivity alteration after real-time fMRI motor imagery training through self-regulation of activities of the right premotor cortex. [BMC neuroscience], V. 16, 29. doi: 10.1186/s12868-015-0167-1
- Yue, G., & Cole, K.J. (1992) Strength increases from the motor program: comparison of training with maximal voluntary and imagined muscle contractions [Journal of neurophysiology], V. 67, 5, 1114–1123.

## References:

- Adams, L., Guz, A., Innes, J.A., & Murphy, K. (1987) The early circulatory and ventilatory response to voluntary and electrically induced exercise in man [Journal of Physiology], 383, 19–30. doi: 10.1113/jphysiol.1987.sp016393

- Aglioti, S.M., Cesari, P., Romani, M., & Urgesi, C. (2008) Action anticipation and motor resonance in elite basketball players [*Nature Neuroscience*], 11(9), 1109–1116. doi: 10.1038/nn.2182
- Barabanshchikova, V.V. (2005) Modality of the figurative sphere as a factor in optimizing the functional state of professionals in the process of psychological self-regulation: Ph.D. in Psychology [Moscow State University]. Moscow, 160.
- Bernshtein, N.A. (1990) Physiology of Motion and Activity. Moscow, Nauka, 495.
- Beilock, S.L., Lyons, I.M., Mattarella-Micke, A., Nusbaum, H.C., & Small, S.L. (2008) Sports experience changes the neural processing of action language [*Proceedings of the National Academy of Sciences*], 105(36), 13269–13273. doi: 10.1073/pnas.0803424105
- Blefari, M.L., Sulzer, J., Hepp-Reymond, M.C., Kollias, S., & Gassert, R. (2015) Improvement in precision grip force control with self-modulation of primary motor cortex during motor imagery. [*Frontiers in behavioral neuroscience*]. 9. doi: 10.3389/fnbeh.2015.00018
- Cerritelli, B., Maruff, P., Wilson, P., & Currie, J. (2000) The effect of an external load on the force and timing components of mentally represented actions. [*Behavioural brain research*], 108(1), 91–96. doi: 10.1016/S0166-4328(99)00138-2
- Collet, C., & Guillot, A. (2010) Autonomic nervous system activities during imagined movements. In Guillot A., Collet C. (Eds) The neurophysiological foundations of mental and motor imagery, New York, Oxford University Press, 95–108. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199546251.003.0007
- Creem-Regehr, S.H., & Lee, J.N. (2005) Neural representations of graspable objects: are tools special? [*Cognitive Brain Research*], 22(3), 457–469. doi: 10.1016/j.cogbrainres.2004.10.006
- Decety, J., & Boisson, D. (1990) Effect of brain and spinal cord injuries on motor imagery. [*European Archives of Psychiatry and Clinical Neurosciences*], 240, 39–43. doi: 10.1007/BF02190091
- Decety, J., Jeannerod, M., Durozard, D., & Bavelle, G. (1993) Central activation of autonomic effectors during mental simulation of motor actions in man. [*The Journal of Physiology*], 461(1), 549–563. doi: 10.1113/jphysiol.1993.sp019528
- Elshansky, S.P. (2014) Proprioceptive memory of the hand pose. [*Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika*]. 3. Retrieved from: <http://psychology.snauka.ru/2014/03/2905> (accessed: 04/20/2016).
- Farah, M.J., Soso, M.J., & Dasheiff, R.M. (1992) Visual angle of the mind's eye before and after unilateral occipital lobectomy. [*Journal of Experimental Psychology, Human Perception and Performance*]. 18, 241–246. doi: 10.1037/0096-1523.18.1.241
- Foerster, Á., Rocha, S., Wiesiolek, C., Chagas, A.P., Machado, G., Silva, E., Fregni, F., & Monte-Silva, K. (2013) Site-specific effects of mental practice combined with transcranial direct current stimulation on motor learning. [*European Journal of Neuroscience*], 37(5), 786–794. doi: 10.1111/ejn.12079
- Gandevia, S.C., Macefield, V.G., Bigland-Ritchie, B., Gorman, R.B., & Burke, D. (1993) Motoneuronal output and gradation of effort in attempts to contract acutely paralysed leg muscles in man. [*The Journal of physiology*], 471, 411–427. doi: 10.1113/jphysiol.1993.sp019907
- Gatti, R., Rocca, M.A., Fumagalli, S., Cattrysse, E., Kerckhofs, E., Falini, A., & Filippi, M. (2016) The effect of action observation/execution on mirror neuron system recruitment: an fMRI study in healthy individuals. [*Brain Imaging and Behavior*], 1–12.
- Gatti, R., Tettamanti, A., Gough, P.M., Riboldi, E., Marinoni, L., & Buccino, G. (2013) Action observation versus motor imagery in learning a complex motor task: A short review of literature and a kinematics study. [*Neuroscience Letters*], 540, 37–42. doi: 10.1016/j.neulet.2012.11.039
- Gregg, M., Hall, C., & Butler, A. (2010) The MIQ-RS: a suitable option for examining movement imagery ability. [*Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*], 7(2), 249–257.
- Hale, B.D. (1982) The effects of internal and external imagery on muscular and ocular concomitants. [*Journal of Sport Psychology*], 4(4), 379–387. doi: 10.1123/jsp.4.4.379
- Holmes, P.S., & Collins, D.J. (2001) The PETTLEP Approach to Motor Imagery: A Functional Equivalence Model for Sport Psychologists [*Journal of Applied Sport Psychology*], 13(1), 60–83. doi: 10.1080/10413200109339004
- Jeannerod, M. (1994) The representing brain – neural correlates of motor intention and imagery. [*Behavioral and Brain Sciences*], 17, 187–202. doi: 10.1017/S0140525X00034026
- Jeannerod, M., Michel, F., & Prablanc, C. (1984) The control of hand movements in a case of hemianaesthesia following a parietal lesion. [*Brain*], 107(3), 899–920.
- Jowdy, D.P., & Harris, D.V. (1990) Muscular responses during mental imagery as a function of motor skill level. [*Journal of Sport and Exercise Psychology*], 12(2), 191–201. doi: 10.1123/jsep.12.2.191
- Mellah, S., Rispal-Padel, L., & Riviere, G. (1990) Changes in excitability of motor units during preparation for movement [*Experimental brain research*], 82(1), 178–186. doi: 10.1007/BF00230849
- Olsson, C.-J. (2008) Imagining imagining actions: A thesis ... for the degree of Doctor of Philosophy [Umea University], Umea, 63.
- Olsson, C.J., & Nyberg, L. (2011) Brain simulation of action may be grounded in physical experience. [*Neurocase*], 17(6), 501–505.
- Papaxanthis, C., Schieppati, M., Gentili, R., & Pozzo, T. (2002) Imagined and actual arm movements have similar durations when performed under different conditions of direction and mass [*Experimental Brain Research*], 143(4), 447–452. doi: 10.1007/s00221-002-1012-1
- Richardson, A. (1967) Mental practice: a review and discussion part II. [*Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation*], 38(2), 263–273.
- Sackett, R.S. (1934) The influence of symbolic rehearsal upon the retention of a maze habit. [*Journal of General Psychology*], 10, 376–395. doi: 10.1080/00221309.1934.9917742
- Savoyant, A. (1988) Mental practice: Image and mental rehearsal of motor action. In M. Denis, J. Englekamp, & J. Richardson (Eds.) Cognitive and neurophysiological approaches to mental imagery. The Hague, Martinus Nyhoff, 251–257. doi: 10.1007/978-94-009-1391-2\_23
- Sharma, N., & Baron, J.C. (2013) Does motor imagery share neural networks with executed movement: a multivariate fMRI analysis. [*Frontiers in Human Neuroscience*], 7, 564. doi: 10.3389/fnhum.2013.00564
- Sim, E.J., Helbig, H.B., Graf, M., & Kiefer, M. (2015) When action observation facilitates visual perception: activation in visuo-motor areas contributes to object recognition [*Cerebral cortex*], 25(9), 2907–2918. doi: 10.1093/cercor/bhu087

- Slade, J.M., Landers, D.M., & Martin, P.E. (2002) Muscular activity during real and imagined movements: a test of inflow explanations. [*Journal of Sport and Exercise Psychology*], 24(2), 151–167. doi: 10.1123/jsep.24.2.151
- Spittle, M., & Morris, T. (2011) Can internal and external imagery perspectives be trained? [*Journal of mental imagery*]. 35(3–4), 81–104.
- Surkov, E.N. (1982) Anticipation in sport. Moscow, Fizkul'tura i sport, 145.
- Tomasino, B., Budai, R., Mondani, M., Skrap, M., & Rumiati, R.I. (2005) Mental rotation in a patient with an implanted electrode grid in the motor cortex. [*Neuroreport*], 16(16), 1795–1800.
- van Elk, M., van Schie, H.T., Zwaan, R.A., & Bekkering, H. (2010) The functional role of motor activation in language processing: motor cortical oscillations support lexical-semantic retrieval. [*Neuroimage*], 50(2), 665–677.
- Witt, J.K., Kemmerer, D., Linkenauger, S.A., & Culham, J. (2010) A functional role for motor simulation in identifying tools. [*Psychological Science*], 21(9), 1215–1219. doi: 10.1177/0956797610378307
- Xie, F., Xu, L., Long, Z., Yao, L., & Wu, X. (2015) Functional connectivity alteration after real-time fMRI motor imagery training through self-regulation of activities of the right premotor cortex. [*BMC neuroscience*], 16(29). doi: 10.1186/s12868-015-0167-1
- Yue, G., & Cole, K.J. (1992) Strength increases from the motor program: comparison of training with maximal voluntary and imagined muscle contractions [*Journal of neurophysiology*], 67(5), 1114–1123.

# Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте

З.А. Сагова, В.М. Каптурова

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 15 мая 2017/ Принята к публикации: 24 мая 2017

## Professional reflection as the factor of success of a sports coach

Zurida A. Sagova\*, Viktoriya M. Kapturova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: zas-msu@mail.ru

Received May 24, 2017 / Accepted for publication: May 24, 2017

Профессиональные функции современного тренера давно расширились от простой подготовки спортсменов к соревнованиям до исполнения многочисленных ролей руководителя, организатора, психолога и т.д. Для успешного их выполнения тренеру необходимо совершенствовать свои профессиональные навыки и личностные качества. С ростом популярности спорта, совершенствованием системы, средств и условий спортивной подготовки повышаются требования к качеству труда и мастерству основных субъектов спорта, возрастает и востребованность тренера как ключевой фигуры в воспитании успешных атлетов.

В статье анализируются исследования критериев и факторов эффективности тренерской деятельности. Обсуждаются особенности рефлексивного процесса как одного из действенных способов профессионального развития тренеров. Представлены результаты исследования взаимосвязи успешности тренеров различных спортивных специализаций с их профессиональной рефлексивностью и уровнем субъективного контроля. Выполненный в работе корреляционный анализ показал значимую связь профессиональной успешности и рефлексивности тренеров, что в целом согласуется с результатами подобных исследований, выполненных в ряде других сфер деятельности. В работе не нашла подтверждения относительно привычная в психологических исследованиях точка зрения о взаимосвязи успешности деятельности и интернальности личности. Это вызвало у авторов ряд новых предположений о характере взаимодействия успешных тренеров с их воспитанниками, стиле руководства, свойствах личности.

Итоги исследования, в целом, вызывают дополнительные вопросы, касающиеся индивидуально-психологических особенностей респондентов и позволяют наметить новые направления исследований по анализируемой проблематике.

**Ключевые слова:** спорт, спортсмен, тренер, профессиональная успешность, профессиональная рефлексия.

Professional functions of modern trainers have long expanded from a simple function of training athletes to compete to the performance of the numerous roles of leader, organizer, psychologist, which are based on the ability of a coach to improve their professional skills and personal qualities.

With the increasing popularity of sports, the means and conditions of sports training, the requirements to the quality of work and mastery of the main subjects of sports are increasing. The demand for a coach as a key figure in the education of successful athletes rises.

The paper analyzes the research of criteria and factors of sports coach efficiency; the features of reflexive processes as one of the most effective ways of coach's professional development.

The correlation analysis performed in the work showed a significant connection between professional success and the reflexivity of trainers, which in general is correspondent with the results of similar studies performed in a number of other research fields. In the work there was no confirmation of the regular viewpoint in psychological studies of the relationship between the success of activity and the personality's internality, which induced a number of new assumptions about the nature of the interaction of successful coaches with their pupils, leadership style, and personality traits.

The results of the study as a whole cause additional questions about individual psychological characteristics of respondents and allow to identify further research.

**Keywords:** sport, athlete, sports coach, professional success, professional reflection.

**Н**а современном этапе развития спортивной психологии имеется значительное количество публикаций отечественных и зарубежных специалистов, так или иначе затрагивающих психологические аспекты спор-

тивного рекордам, в настоящее время вышел на уровень национальной идеи. Победа отдельного спортсмена или команды – это победа всего государства. Соответственно, спрос на эффективных тренеров неуклонно растет.

С возрастанием популярности спорта и, в то же время, уровня стрессогенности и неопределенности в этой сфере растут и требования, предъявляемые к его основным субъектам: уровню компетентности, качеству выполнения профессиональных функций, способности к совершенствованию собственных ресурсов и, в целом, к характеристикам, определяющим конкурентоспособность и успешность деятельности

тивной деятельности. С возрастанием популярности спорта и, в то же время, уровня стрессогенности и неопределенности в этой сфере растут и требования, предъявляемые к его основным субъектам: уровню компетентности, качеству выполнения профессиональных функций, способности к совершенствованию собственных ресурсов и, в целом, к характеристикам, определяющим конкурентоспособность и успешность

**В** психологии и смежных областях науки проводятся фундаментальные и прикладные исследования факторов, обуславливающих эффективность профессиональной деятельности специалистов различных сфер деятельности: индивидуально-психологических особенностей и профессионально-важных качеств личности, мотивации и уровня притязаний, психологических ресурсов саморегуляции функционального состо-

Изучение рефлексивных процессов в контексте профессиональной деятельности спортивного тренера, предпринятое в рамках настоящей работы, является актуальной задачей в психологии спорта, связанной с поиском условий профессионального роста тренеров

деятельности. Интерес к успешным специалистам – тренерам, способным привести спортсменов и спортивные команды

яния, объективных условий деятельности, рефлексивных механизмов и пр. (Теплов, 1961; Климов, 2003; Карпов, 2004; Бодров,

1999; Гущина, 2007; Ивашкин, 2007). Среди этих факторов особое место занимают рефлексивные процессы как один из эффективных инструментов повышения продуктивности деятельности специалистов (Карпов, 2003; Нерущ, 2006; Казарян, 2001; Ангеловская, 2006; Жуков, Журавлев, Павлова, 2008). Ряд отечественных и зарубежных исследований посвящен проблемам рефлексии в педагогической деятельности. Так, обнаружена связь между уровнем сформированности рефлексивных умений и их практическим использованием с успешностью профессиональной педагогической деятельности учителей (Аверина, 2013; Романова, 2012; Bain, Ballantyne, Packer, Mills, 1999; Giovannelli, 2003). Исследовалось значение рефлексивных процессов для повышения эффективности деятельности представителей других профессий (ученых, психологов, библиотекарей, водителей и др.). Однако имеется крайне мало подобных работ, выполненных в сфере спорта. Поэтому изучение рефлексивных процессов в контексте профессиональной деятельности спортивного тренера, предпринятое в рамках настоящей работы, является актуальной задачей в психологии спорта, связанной с поиском условий профессионального роста тренеров.

### Проблема профессиональной успешности

Эта проблема изучается многими научными дисциплинами (социологией, философией, психологией) и является междисциплинарной. Успешность рассматривается как одна из базовых потребностей субъекта, стимул поступков и поведения. Она выступает в качестве оценки и самооценки эффективности жизни и деятельности. В понятие успешности включаются такие аспекты, как социально-экономический статус личности, внутренние ресурсы и внешние условия достижения успешности, включенность в профессиональную деятельность и результат деятельности, социализация индивида, удовлетворенность жизнью (Железняк, Кашкаров, Кравцевич, 2005; Ивашкин, 2007; Романова, 2012). Факторы, влияющие на успешность профессиональной деятельности, исследовались



#### Зурида Айсовна Сагова –

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры методологии психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: zas-msu@mail.ru



#### Виктория Максимовна Каптурова –

студент факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: kapturovavicky@gmail.com

*Для цитирования:* Сагова З.А., Каптурова В.М. Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 26–34. doi: 10.11621/npj.2017.0204

*For citation:* Sagova Z.A., Kapturova V.M. (2017) Professional reflection as the factor of success of a sports coach. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 2, 26–34. doi: 10.11621/npj.2017.0204

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

в работах Б.Г. Ананьева, С.А. Дружилова, Е.А. Климова, Б.М. Теплова, У. Джеймса, Д. Сьюпера, Д. Холла и других, однако проблематику все еще нельзя считать разработанной.

Е.А. Климов определил профессиональную успешность как характеристику профессиональной деятельности, включающую внешнюю оценку значимыми людьми результата, достигнутого в ходе профессиональной деятельности, и внутреннюю оценку, связанную с анализом собственной успешности и предполагающую удовлетворенность процессом и результатами профессиональной деятельности (Климов, 2004).

А.Н. Елизаров и М.Н. Болдинова, исследовавшие социальные и психологические критерии успешности педагогической деятельности, также выделяли внешние и внутренние критерии оценки этого феномена. Они пишут, что внешние критерии выражают общественную (социальную) оценку, они легко регистрируются, понятны большинству людей. Внутренние критерии являются инструментом процесса саморегуляции. В профессиональной педагогической деятельности внешними критериями успешности, по мнению авторов, являются «наличие или отсутствие результата деятельности, качество того, что делает человек, скорость и безошибочность труда, результативность взаимодействия с коллегами, вклад в развитие науки, значимость деятельности для других людей, должностное продвижение и уровень занимаемой должности в иерархии организации, величина материального вознаграждения за труд, наличие, количество и качество наград» (Елизаров, Болдинова, 2013, С. 100). Заметим, что одной из важнейших особенностей профессии тренера является ее педагогический характер, соответственно, выделенные авторами критерии успешности педагогов вполне можно отнести и к тренерской деятельности.

Исследователями сферы спорта также предпринимались попытки разработать критерии оценки успешности тренера. Так, В. Параносич и Л. Лазаревич показывают, что эффективными являются тренеры, максимально включенные в разные формы взаимодействия со спортсменами и ориентированные на совместную работу (Параносич, Лазаревич, 1977).

А.Н. Николаев выделяет четыре продукта (эффекта) деятельности спортивного тренера как совокупность ожиданий его учеников и общества в целом:

- образовательный эффект, означающий наличие у спортсменов умений выполнять естественные действия (бегать, прыгать, плавать, метать) и знаний спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;
- оздоровительный эффект, подразумевающий улучшение здоровья, внешнего вида, повышение функциональных возможностей, общей работоспособности и развитие двигательных качеств учеников;
- соревновательный эффект как повышение уровня соревновательных достижений спортсменов;
- воспитательный эффект деятельности, проявляющийся в сформированности у спортсменов положительных свойств личности.

В любом виде спорта мастерство атлета зависит от его базовых спортивных навыков. Эффективность работы тренера подразумевает умение их развивать, грамотно использовать сильные стороны спортсмена и компенсировать слабые

Выделенные «совокупности ожиданий», по мнению автора, и являются признаками успешности профессиональной деятельности тренера в области спорта. «Если тренер, например, соответствуя ожиданиям учеников (или их родителей), формирует у них жизненно важные качества, есть все основания считать его деятельность успешной в воспитательном плане. Если он, соответствуя ожиданиям руководителей, подготовил спортсменов высокого уровня, его деятельность можно считать успешной в реализации соревновательной функции спорта» (Николаев, 2003, С. 32).

Дж.Л. Фрост, проанализировав ряд исследований, в которых изучался феномен успешности тренера, выделил такие определяющие ее особенности деятельности, как качество планирования и проведения тренировок, взаимодействий со спортсменами, совершенствование спортивных навыков у спортсменов, работа с мотивацией подопечных, владение глубокими знаниями о своем виде спорта (Frost, 2012). Рассмотрим выделенные особенности деятельности подробнее.

Под качеством планирования и проведения тренировок, взаимодействий со спортсменами следует понимать само содержание тренировочных занятий, специфику передачи знаний ученикам, обучение необходимым спортивным навыкам и их совершенствованию, продолжительность и частоту тренировок, объем нагрузки. В любом виде спорта мастерство атлета зависит от его базовых спортивных навыков. Эффективность работы тренера подразумевает умение их развивать, грамотно использовать сильные стороны спортсмена и компенсировать слабые.

Процессы коммуникации также играют важную роль в повышении результативности работы тренера и спортсменов. Как утверждает Фрост, сама манера передачи информации от тренера ученикам может влиять как на исход определенного соревнования, так и целого сезона игр, поскольку в спортивной среде существуют свои особенности взаимодействия

тренера и спортсмена – они могут понять настроение и состояния друг друга просто наблюдая за манерами и жестами друг друга (Frost, 2012).

Способность мотивировать спортсмена играет важнейшую роль в работе тренера. Исключительную значимость имеет умение обращаться к ресурсам внутренней мотивации спортсмена, хотя этому может препятствовать недостаток методического инструментария, основанного на современных исследованиях спортивной мотивации и мотивации достиженческой деятельности, и недостаток необходимых знаний в данной области у тренера.

Тренер, владеющий большим объемом информации о своем спорте, имеет несомненно большие возможности повышения эффективности своей деятельности. Такие знания аккумулируются вместе с накоплением профессионального опыта. Они являются также результатом чтения специальной литературы, участия в научных конференциях, получения дополнительного образования и т.д. Владение качественными знаниями об особенностях вида спорта способствует



принятию верных решений при выполнении профессиональных функций, грамотному распределению нагрузки спортсменов (Frost, 2012).

Опираясь на рассуждения вышеупомянутых специалистов и информацию, полученную в ходе беседы с нашими респондентами, мы выявили критерий успешности тренера, которым далее оперировали в нашей работе. Им выступил максимальный уровень результативности спортсменов, воспитанных тренерами. Таким образом, под профессиональной

ства или личные обстоятельства спортсмена. Тем самым, профессиональная успешность тренера находится в зависимости не только от собственных усилий, но и от стараний и индивидуальных особенностей его учеников.

Согласно Дж. Роттеру, автору понятия локуса контроля, свойство личности приписывать свои успехи или неудачи внутренним либо внешним факторам, может определять способности к достижениям в той или иной сфере деятельности. Им выделены соответственно две

сильные стороны других людей для собственного профессионального роста. Кроме того, как отмечают эти авторы, современные социально-экономические условия в мире все чаще признают важность сопричастности и сообщества, которые и позволяют использовать внешние силы для повышения собственной эффективности (April, Dharani, Peters, 2011).

## Профессиональная рефлексия

Возникновение понятия рефлексии связано с именем Дж. Локка, впервые применившим это понятие в философии и понимавшим под ним способность человека познавать свою умственную деятельность – подобно тому, как он познает предметы внешнего мира. Со времен Локка представления о рефлексии активно развивались и включались в различные междисциплинарные исследования, в том числе и в психологические. Так, понятие рефлексии получило дальнейшее развитие в работах У. Джеймса, выделившего Я-познающее и Я-познаваемое. Среди отечественных психологов следует отметить работы Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, В.В. Знакова, которые рассматривали понятие рефлексии как значимый принцип развития самосознания индивида. Благодаря феномену рефлексии, согласно В.В. Знакову, человеку становится доступно объяснение «своих мыслей и чувств, мотивов поведения; умение обнаруживать смысл поступков; способность отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как они понимают его» (Цит.по: Леонтьев, 2011, С. 124).

А.В. Карпов выделяет разновидности рефлексии: «Рефлексия является такой синтетической психической реальностью, которая может выступать (и реально выступает) и как психический процесс, и как психическое свойство, и как психическое состояние одновременно, но не сводится ни к одному из них». Рефлексия рассматривается им «как важнейшая регулятивная составляющая личности, позволяющая ей сознательно выстраивать свою жизнедеятельность» (Карпов, 2003, С. 48).

В работах С.Ю. Степанова и И.Н. Семёнова феномен рефлексии представлен как

Под профессиональной успешностью тренера мы понимаем характеристику профессиональной деятельности, отражающую внешнюю оценку результата, а именно, максимальный уровень достижений спортсмена

успешностью тренера в данной работе мы понимаем характеристику профессиональной деятельности, отражающую внешнюю оценку результата, а именно, максимальный уровень достижений спортсмена. Данный критерий выделен на основе ответов респондентов на вопросы, касающиеся важнейших качеств успешного тренера, критериев успешности и уровня достижений их воспитанников. Основным критерием успешности 100% респондентов назвали результативность их спортсменов, также они были единодушны во мнении, что тренер успешен, если его подопечные занимают призовые места в значимых соревнованиях.

Утверждения тренеров о том, что они связывают свою успешность с внешними факторами, в частности, с результативностью спортсмена, явились основой дополнительной гипотезы нашего исследования. Учитывая специфику профессиональной деятельности тренера, мы предположили, что у наиболее эффективных тренеров наблюдается внешний локус контроля, поскольку их успешность находится в прямой зависимости от уровня достижений воспитанников. При взаимодействии со спортсменом тренер может влиять на объективные факторы: проработку технических элементов, вопросы, связанные с подготовкой к соревнованиям, функциональное состояние спортсмена в течение соревновательного сезона, силовую подготовку спортсменов и др. Однако существуют факторы, на которые тренер не имеет влияния, в частности, личностные каче-

крайние позиции локуса контроля – экстернальный и интернальный. В психологической литературе представлено большое число исследований, посвященных взаимосвязи локуса контроля личности и особенностей характера, поведения и убедительно доказывающих влияние внутренних факторов на эффективность деятельности человека (Луцина, 2007; Конюхова, 2007; Матвеев, 2005; Lee-Kelley, 2006). Однако существует и ряд исследований, в которых результаты не так однозначны, и экстернальность раскрывается как значимый фактор успешности. Например, в статье К. April, В. Dharani и В. Peters отмечается, что, вопреки большому числу научных публикаций, доказывающих, что интернальный локус контроля является важнейшей предпосылкой успешности и лидерства, результаты их исследования убедительно демонстрируют связь объективного карьерного успеха с экстернальным локусом контроля у управленцев. В работе контролировались связи локуса контроля респондентов с их уровнем материальных доходов и занимаемой должностью, в результате чего обнаружено, что экстернально ориентированные участники исследования имеют более высокие материальные доходы и должностной статус. Не претендуя на окончательность выводов, авторы обосновывают результаты своего исследования тем, что повышенное чувство ответственности, недостаток гибкости и доверия к окружающим могут приводить к стрессовым состояниям, низкой производительности труда, отказу от инноваций, неспособности использовать

механизм анализа субъектом содержания своего сознания, деятельности, общения. Ими выделены четыре типа рефлексии: коммуникативная, кооперативная, личностная и интеллектуальная. Коммуникативная рефлексия является важной составляющей продуктивного межличностного общения и способствует формированию адекватного представления о другом человеке, а также собственного осознания того, как он воспринимается партнером по общению (Степанов, Семенов, 1982). Кооперативная рефлексия обеспечивает согласованную совместную деятельность. Личностная рефлексия дает возможность понять свой внутренний мир. Суть интеллектуальной рефлексии заключается в переосмыслении и соотношении собственных действий и предметной ситуации, а также преобразовании исходного образа объекта в более адекватный на основе новой информации о нем (Степанов, Семенов, 1982).

Согласно Б.З. Вульфовой, который впервые ввел понятие профессиональной рефлексии, оно означает соотношение себя, возможностей своего «Я» с тем, чего требует избранная профессия (Вульфова, 1997). А.В. Карпов дает описание профессиональной рефлексии с точки зрения современной психологии труда и профессионального развития, определяя ее как центральное профессионально важное качество личности, от которого зависит успешность овладения человеком профессией (Карпов, 2004). Е.А. Климов отмечает, что в английском языке есть четкое различие между понятиями «профессия» и «занятие», и развитие профессиональной рефлексии указывает на переход субъекта от занятия (occupation) к профессии (profession), потому что профессия тесно соотносится с самореализацией, а не только является источником существования. Профессиональная рефлексия повышает социальный статус, оптимизирует состав профессионального сообщества (Климов, 2003). Продолжение этой мысли находим в работах В.П. Казарян, Л.С. Московчука, М.В. Романовой. Они пишут, что профессиональная рефлексия отражает профессию не как сумму необходимых операций, действий, качеств, а как целостную систему, и, чем больше человек осознает свою причастность к профессиональной сре-

де, соотносит себя с требованиями избранной профессии, тем шире и полнее профессиональная рефлексия (Казарян, 2001; Московчук, 2012; Романова, 2012).

Краткий психологический словарь представляет профессиональную рефлексию как осознание человеком своих профессиональных притязаний, формирующихся навыков и способностей, развивающихся в работе знаний и умений. Рефлексия профессиональная, наряду с другими ее типами – интеллектуальной и личностной, образует целостное представление личности о себе – своих качествах, физических и интеллектуальных перспективах, значимых социальных ролях и функциях, ценностных ориентациях и целях, профессиональных способностях (Краткий психологический словарь, 1999).

Описывая рефлексивный опыт деятельности тренера в спорте, А.В. Вошинин подчеркивает, что при этом «происходит осмысление и переосмысление средств, способов и личностных оснований профессиональной деятельности, происходит формирование эффективной рефлексивной позиции тренера» и, как следствие, рефлексивный опыт способствует построению эффективного взаимодействия в процессе решения профессиональных задач (Вошинин, 2012, С. 72).

В ряде исследований зарубежных специалистов по спортивной тренерской деятельности изучается потенциально значительное влияние рефлексии на деятельность тренера. Они оценивают рефлексию как эффективный способ его профессионального развития, положительно влияющий на развитие тренерских знаний (Irwin, Nanton, Kerwin, 2004), на понимание им соотношения между теорией и практикой спорта (Douglas, Carless, 2008), на решение проблем неопределенностей в спортивной практике и задач, связанных с обучением спортсменов (Jones, Wallace, 2005). Мы считаем последние работы имеющими особое значение для нашего исследования, поскольку они выполнены в спортивной сфере, и именно в них находится подтверждение интересующей нас связи профессиональной эффективности тренера с их рефлексивностью.

В выше приведенных проанализированных источниках трудно найти еди-

ную, интегральную систему взглядов на профессиональную рефлексию и ее общепринятое универсальное определение. Обобщая представленные дефиниции данного понятия, мы попытались вывести общее определение, на которое могли бы опираться в нашем исследовании. Мы считаем, что профессиональная рефлексия – это трехэтапный процесс, направленный, во-первых, на анализ собственной деятельности с учетом поставленных целей, своих способностей, потребностей и требований профессиональной среды, во-вторых, на оценку качества и объема выполненной работы, и, в третьих, на поиск новых, более эффективных моделей поведения (деятельности). Отметим, что данное определение не претендует на универсальность и выделяет лишь определенные грани феномена профессиональной рефлексии, соответствующие контексту и цели настоящего исследования.

## Исследование

Целью нашего исследования являлось выявление взаимосвязи профессиональной рефлексии и успешности спортивного тренера. В соответствии с этой целью решались следующие задачи:

1. Теоретический анализ опубликованной литературы по теме исследования.
2. Изучение и уточнение конструкций «профессиональная успешность» и «профессиональная рефлексия».
3. Анализ критериев, применяемых для оценки профессиональной успешности тренеров, и обоснование выбора результирующего критерия.
4. Определение уровня профессиональной рефлексии у тренеров.
5. Установление взаимосвязи между профессиональной успешностью и профессиональной рефлексией у тренеров.

В качестве гипотез были выдвинуты следующие. Основная – для профессионально успешных тренеров разных спортивных специализаций характерен высокий уровень профессиональной рефлексии. Дополнительная – профессиональная успешность тренеров связана с проявлением у них экстерналистского контроля.

В состав выборки вошли 25 профессиональных спортивных тренеров в возрасте от 24 до 83 лет и со стажем профессиональной тренерской деятельности от 3 до 52 лет, из них 18 мужчин и 7 женщин.

В исследовании использованы следующие методики:

1. Беседа, в процессе которой респондентам задавались вопросы: «Какого тренера, по вашему мнению, можно назвать успешным?», «Как вы считаете, каковы критерии успешности тренера?», «Каков максимальный уровень достижения у ваших воспитанников?»
2. Психометрическая методика диагностики индивидуальной меры выраженности свойства рефлексивности А.В. Карпова». Данная методика представляет собой опросник, предназначенный для измерения степени развития рефлексивности в рамках специальностей типа «человек-человек». Автор указывает, что «рефлексивность может быть рассмотрена как количественно измеримый аргумент при поиске и выявлении новых функциональных за-

висимостей и связей. Например, возникает возможность для выявления закономерных связей между рефлексивностью и результативными параметрами деятельности» (Карпов, 2003, С. 49). Таким образом, следуя логике рассуждений автора о том, что уровень рефлексивности личности задает диапазон выраженности профессиональной рефлексии в деятельности, мы считаем возможным использование данной методики для определения уровня профессиональной рефлексии спортивного тренера.

3. Методика «Уровень субъективного контроля» (Дж. Роттер, в адаптации Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинды, 1984). Методика позволяет измерить локус контроля в различных сферах жизнедеятельности. В данной методике наибольшую важность для нас представляла шкала общей интернальности (Ио). Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над значимыми ситуациями (интернальный кон-

троль: большинство жизненных достижений – это результат собственных действий). Низкий показатель по этой шкале соответствует низкому уровню субъективного контроля (экстернальный контроль: большинство событий жизни является результатом случая или действия других людей). В нашей работе эта информация важна для проверки дополнительной гипотезы о взаимосвязи успешности тренера с уровнем его субъективного контроля.

**Процедура исследования.** По предварительной договоренности с каждым из респондентов состоялась встреча, во время которой проводилась беседа и заполнение методик. Анализ бесед выявил единомыслие респондентов в том, что показателем успешности тренеров разных видов спорта является, прежде всего, результативность спортсмена, что тождественно одному из основных критериев успешности, выделенных в изученной литературе. На основании полученной информации выявлено 4 уровня достижений спортсменов – подопечных наших респондентов:

Табл. 1. Результаты корреляционного анализа успешности деятельности, профессиональной рефлексии и уровня субъективного контроля тренеров

Коэффициент корреляции Спирмена (R)			Успешность тренеров	Индивидуальная мера выраженности рефлексии	Уровень субъективного контроля (Ио)
			Успешность тренеров	Коеф. корреляции	1,000
		Знач. (двухсторонняя)	.	0,01	0,05
		N	25	25	25
Индивидуальная мера выраженности рефлексии		Коеф. корреляции	0,643**	1,000	-0,178
		Знач. (двухсторонняя)	0,01	.	0,398
		N	25	25	25
Уровень субъективного контроля (Ио)		Коеф. корреляции	-0,547*	-0,178	1,000
		Знач. (двухсторонняя)	0,05	0,398	.
		N	25	25	25

\*\* Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

\*Корреляция значима на уровне 0,05(двухсторонняя)

Table 1. Correlation analysis results of the successful activity, professional reflection and the level of subjective control in trainers

Spearman's Coefficient (R)			Trainer's Success	Individual Indicator of Reflection	Subjective Control Indicator (Io)
			Trainer's Success	Correlation Coefficient	1.000
		Value (bilateral)	.	0.01	0.05
		N	25	25	25
Individual Indicator of Reflection		Correlation Coefficient	0.643**	1.000	-0.178
		Value (bilateral)	0.01	.	0.398
		N	25	25	25
Subjective Control Indicator (Io)		Correlation Coefficient	-0.547*	-0.178	1.000
		Value (bilateral)	0.05	0.398	.
		N	25	25	25

\*\* Correlation is available at 0.01 (bilateral)

\* Correlation is available at 0.05 (bilateral)

- 1) победители Первенства Москвы;
- 2) победители Первенства России;
- 3) победители Чемпионата Европы;
- 4) победители Чемпионата мира.

Тренеры – участники нашего исследования являются представителями шести видов спорта: спортивная гимнастика (72%), бокс (4%), шахматы (4%), греко-римская борьба (8%), фехтование (8%), стрельба из лука (4%). По уровню достижений их учеников: 1 уровень составил 36% от общей выборки, 2 уровень – 44%, 3 уровень – 4%, 4 уровень – 16%.

Для анализа данных использовалась статистическая программа SPSS-21, проведен корреляционный анализ основных параметров.

### Описание и обсуждение полученных результатов

Для проверки основной гипотезы о взаимосвязи профессиональной рефлексии и успешности деятельности рассчитан коэффициент корреляции  $r$ -Спирмена между рядами чисел, описывающими уровни профессиональной рефлексии и успешности деятельности респондентов. В результате получен коэффициент корреляции  $r=0,64$  ( $p=0,01$ ), что указывает на умеренную положительную и значимую степень взаимосвязи исследуемых переменных. Результаты отражены в таблице 1.

Положительная корреляция уровня успешности и меры выраженности рефлексии тренера может означать, что регулярное и критическое осмысление тренером результатов собственных действий в соотношении с требованиями профессиональной среды, анализ своих и чужих ошибок, индивидуальных и коллективных причин побед и поражений приводит к новому и более глубокому пониманию складывающихся ситуаций, обнаружению новых путей решения задач и улучшению качества работы. Таким образом тренер познает свои возможности, сильные и слабые стороны, развивается как профессионал.

Несмотря на то, что основная гипотеза о взаимосвязи двух исследуемых параметров подтвердилась, стоит отметить такой важный содержательный момент, вытекающий из установленной тесной взаимосвязи: нельзя однозначно

утверждать, что высокий уровень выраженности рефлексии всегда определяет соответствующий высокий уровень профессиональной успешности специалиста. В связи с этим возникают вопросы, касающиеся возраста, профессионального стажа и других индивидуальных свойств успешных тренеров, особенностей процесса осознания ими собственных действий и опыта при принятии и реализации решений.

Осознание того, что победа или поражение – это результат совместных усилий тренера и спортсменов, приводит к тому, что тренеры с внешним локусом контроля (осознанно или нет) транслируют своим спортсменам мысль о том, что они сами, прежде всего, ответственны за свои результаты

Согласно таблице 1, также наблюдается умеренная отрицательная корреляция между успешностью тренера и общей интернальностью при среднем уровне значимости, что можно интерпретировать следующим образом. Чем профессиональнее тренер, тем сильнее у него проявления внешнего локуса контроля, и тем чаще он склонен считать, что значимые события (спортивные достижения) – это результат не только собственных усилий, но и действий других людей, прежде всего, спортсменов. Это подтверждает дополнительную гипотезу нашего исследования. Вероятно, такие выводы могут быть связаны со стремлением тренеров к сотрудничеству, разделению Знаков ответственности, чувствами сопричастности и доверия к подопечным. Следовательно, эти выводы имеют непосредственное отношение к индивидуально-личностным характеристикам и стилю руководства тренеров, что может быть темой дальнейших исследований по данной проблеме.

По итогам этой части исследования можно предполагать также следующее. Осознание того, что победа или поражение – это результат совместных усилий тренера и спортсменов, приводит к тому, что тренеры с внешним локусом контроля (осознанно или нет) транслируют своим спортсменам мысль о том, что они сами, прежде всего, ответственны за свои результаты. При этом такие тренеры, делегируя обязательства за процесс подготовки и выступления на соревнованиях ученикам, усиливают их вовлеченность в достижение результата. В этом случае

тренерам можно приписывать демократичный стиль управления. У таких руководителей ученики готовы брать на себя ответственность, больше полагаться на себя, и, в итоге, могут быть более результативны. Очевидно, более детальное объяснение данного феномена требует дополнительных исследований.

Результаты этой части исследования согласуются и с выводами К. April и его коллег относительно выявленной связи

объективного карьерного успеха с экстернальным локусом контроля у управленцев.

Мы также изучали взаимосвязи между профессиональной успешностью и уровнем субъективного контроля у тренера по другим шкалам интернальности (в области достижения, межличностных и производственных отношений). Однако значимых связей не выявлено.

### Заключение

Рефлексивность является одним из важных факторов успешности профессиональной деятельности тренеров. Результаты нашего исследования подтверждают существование значимой положительной взаимосвязи между данными феноменами. Часто встречающееся в психологических исследованиях положение о прямой значимой связи успешности деятельности и интернальности личности в нашей работе не нашло подтверждения. В качестве приоритетных направлений будущих исследований по проблематике данной работы можно выделить изучение взаимосвязи профессиональной рефлексии с типом руководства и личностными качествами тренеров, исследование способов повышения уровня профессиональной рефлексии и разработку специальных тренингов для решения этой задачи.

*Работа выполнена в рамках проекта  
РГНФ №15-06-10294*

**Литература:**

- Аверина М.Н., Воронин А.В. Структура общепрофессиональных умений педагога: рефлексивный компонент // Ярославский педагогический вестник – 2013. – № 2. – Т. II. – С. 113–119.
- Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. – Санкт-Петербург : Питер, 2001.
- Ангеловская С.К. Психолого-педагогические основы рефлексивного управления самообразованием учащихся // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия «Образование, здравоохранение, физическая культура». – 2006. – Вып. 7. – Т. 2. – № 3 (58). – С. 43–46.
- Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М. Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5. – № 3. – С. 152–162.
- Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности // Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – Москва : ПЕР СЭ, 2003. – С. 801–844.
- Вощинин А.В. Метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера // Спортивный психолог. – 2012. – № 2. – С. 67–72.
- Вульф Б.З. Рефлексия: учить, управляя // Мир образования. – Москва, 1997. – С. 63–65.
- Гущина Е.Н. Психолого-акмеологические условия и факторы эффективности профессиональной деятельности психолога внутренних дел : дис. ... докт. психол. наук. – Москва, 2007.
- Дружилов С.А. Профессионализм как реализация ресурса индивидуального развития человека // Ползуновский вестник. – 2004. – № 3. – С. 200–208.
- Елизаров А.Н., Болдинова М.Н. Социальные и психологические критерии успешности деятельности как проблема позитивной психологии // Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М.А. Шолохова. Серия «Педагогика и психология». – 2013. – № 3. – С. 95–106.
- Железняк Ю.Д., Кашкаров В.А., Кравцевич И.П. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование. – Москва : Академия, 2005.
- Жуков Ю.М., Журавлев А.В., Павлова Е.Н. Технологии командообразования: учеб. пособие для студентов ВУЗов. – Москва: Аспект Пресс, 2008.
- Знаков В.В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – № 1. – С. 18–28.
- Ивашкин А.Г. Психологические основы развития профессиональной успешности личности муниципального руководителя : автореферат. дис. ... докт. психол. наук. – Ставрополь, 2007.
- Казарян В.П. Современные проблемы управления и рефлексивные процессы // Рефлексивные процессы и управление / под ред. А.В. Бушлинского и В.Е. Лепского. – Москва : Институт психологии РАН, 2001.
- Карпов А.В. Психология труда. – Москва : ВЛАДОС-Пресс, 2004.
- Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. – 2003. – № 5. – С. 45–47.
- Климов Е.А. Пути в профессионализм (Психологический взгляд) : учеб. пособие. – Москва : Флинта, 2003.
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – Москва : Академия, 2004.
- Конюхова Е.Т. Установки личности в профессиональной деятельности. – Новокузнецк, 2007.
- Краткий психологический словарь / ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Ростов на Дону : Феникс, 1999.
- Леонтьев Д.А. Личностный потенциал человека: структура и диагностика. – Москва : Смысл, 2011.
- Леонтьев Д.А., Аверина А.Ж. Рефлексивность как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. – Москва : Смысл, 2011. – С. 360–381.
- Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Санкт-Петербург : Лань, 2005.
- Московчук Л.С. Профессиональная рефлексия в библиотечном деле: теоретико-методологический анализ // Библиосфера. – 2012. – № 2. – С. 75–81.
- Неруш Т.Г. К вопросу о профессиональной рефлексии психолога // Психология и экономика. – 2006. – № 5. – С. 83–89.
- Николаев А.Н. Успешность деятельности тренера // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 12. – С. 29–33.
- Параносич В., Лазаревич Л. Психодинамика спортивной группы (советы тренеру) / пер. с серб. В.М. Полиевктова. – Москва : Физкультура и спорт, 1977.
- Романова М.В. Проблема профессионального становления студентов педагогов-психологов // Известия Самарского научного центра РАН. – 2012. – Т. 14. – № 2. – С. 157–160.
- Степанов С.Ю., Семенов И.Н. Психология рефлексии: проблемы и исследования // Вопросы психологии. 1985. – № 3. – С. 31–40.
- Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. – Москва, 1961.
- April, K., Dharani, B. & Peters, B. (2011) Leader Career Success & Locus of Control Expectancy. Academy of Taiwan Business Management Review. vol. 7, 3, 28–40.
- Bain, J. D., Ballantyne, R., Packer, J., & Mills, C. (1999). Using journal writing to enhance student teachers' reflectivity during field experience placements. Teachers & Teaching, 5, 51. doi: 10.1080/1354060990050104
- Douglas, K., & Carless, D. (2008). Using stories in coach education. International Journal of Sports Science and Coaching, 3(1), 33–49. doi: 10.1260/174795408784089342
- Frost, J.L. (2012). Characteristics Contributing to the Success of a Sports Coach. United States Sports Academy. American's Sports University. 15.
- Irvin, G., Hanton, S., & Kerwin, D (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. Reflective practice, 5, 426–442.
- Jones, R., & Wallace, M. (2005). Another bad day at the training ground: Coping with ambiguity in the coaching context. Sport, Education & Society, 10,

119–134. doi: 10.1080/1357332052000308792

Lee-Kelley, L. (2006). Locus of control and attitudes to working in virtual teams. *International Journal of Project Management*. 24, 234–243. doi: 10.1016/j.ijproman.2006.01.003

## References:

- Anan'ev, B.G. (2001) *Chelovek kak predmet poznaniya*. SPb., Piter.
- Angelovskaya, S.K. (2006) Psycho-pedagogical foundations of reflexive control of student's self-education. [*Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta*]. Series Education, health, physical culture. Chelyabinsk. Issue 7, vol. 2, 3 (58), 43–46.
- April, K., Dharani, B. & Peters, B. (2011) Leader Career Success & Locus of Control Expectancy. *Academy of Taiwan Business Management Review*. 7(3), 28–40.
- Averina, M.N., & Voronina, A.V. (2013) Structure of general teacher's skill: reflective component. [*Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik*]. 2(2), 113–119.
- Bain, J. D., Ballantyne, R., Packer, J., & Mills, C. (1999). Using journal writing to enhance student teachers' reflectivity during field experience placements. *Teachers & Teaching*. 5, 51. doi: 10.1080/1354060990050104
- Bazhin, E.F., Golyunkina, E.A., & Atkind A.M. (1984) The method of investigation of the subjective level of control. [*Psikhologicheskiy zhurnal*]. 5(3), 152–162.
- Bodrov, V.A. (2003) Psychology of professional activity. [*Psikhologiya XXI veka*]. Textbook for universities. Moscow, PER SE, 801–844.
- Douglas, K., & Carless, D. (2008). Using stories in coach education. *International Journal of Sports Science and Coaching*. 3(1), 33–49. doi: 10.1260/174795408784089342
- Druzhilov, S.A. (2004) Professionalism as the realization of individual human development resource. [*Polzunovskiy vestnik*]. 3, 200–208.
- Elizarov, A.N., & Boldinova M.N. (2013) Social and psychological criteria of success of activity as the problem of positive psychology. [*Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo gumanitarnogo universiteta im. M.A. Sholohova. Pedagogika i psikhologiya*]. 3, 95–106.
- Frost, J.L. (2012). Characteristics Contributing to the Success of a Sports Coach. United States Sports Academy. *American's Sports University*. 15.
- Gushchina, E.H. (2007) Psychological acmeological conditions and factors of the effectiveness of the psychologist of internal affairs. Ph.D. in Psychology, thesis. Moscow,
- Irvin, G., Hanton, S., & Kerwin, D (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. *Reflective practice*. 5, 426–442.
- Ivashkin, A.G. (2007) Psychological bases of the municipal leader's career success. Doctor of Psychology, thesis Stavropol'.
- Jones, R., & Wallace, M. (2005). Another bad day at the training ground: Coping with ambiguity in the coaching context. *Sport, Education & Society*. 10, 119–134. doi: 10.1080/1357332052000308792
- Karpov, A.V. (2003) Reflection as a mental property and technique of its diagnostics. *Psychological Journal*. 5, 45–47.
- Karpov, A.V. (2004) Psychology of work. Moscow, VLADOS-Press.
- Kazaryan, V.P. (2001) Modern issues of management and reflexive processes. [*Refleksivnye protsessy i upravlenie*]. Moscow, Institut psikhologii RAN.
- Klimov, E.A. (2003) Ways in professionalism (Psychological opinion). Moscow, Flinta.
- Klimov, E.A. (2004) Professional psychology of selfidentification. Moscow, Akademiya.
- Konyukhova, E.T. (2007) Personality attitudes in professional activity.
- (Ed.) Petrovskiy, A.V., & Yaroshevskiy, M.G. (1999) Short psychological dictionary. Rostov-on-Don, «Feniks».
- Lee-Kelley, L. (2006). Locus of control and attitudes to working in virtual teams. *International Journal of Project Management*. 24, 234–243. doi: 10.1016/j.ijproman.2006.01.003
- Leontiev D.A. (2011) Personal potential in human: Structure and diagnostics. Moscow, Smysl.
- Leontiev, D.A. & Averina, A.Z. (2011) Reflection as a component of personal potential. [*Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika*]. Moscow, Smysl, 360–381.
- Matveev, L.P. (2005) The general theory of sport and its applications. SPb., Lan'.
- Moskovchuk, L.S. (2012) Professional reflection in library's work: theoretical and methodological analysis *Bibliosphere*, 75–81.
- Nerush, T.G. (2006) On the issue of psychologist's professional reflection. [*Psikhologiya i ekonomika*]. 5, 83–89.
- Nikolaev, A.N. (2003) The success of a coach. [*Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury*]. 12, 29–33.
- Paranosich, V. & Lazarevich, L. (1977) Psychodynamics of sports team (the adviceto coach). Moscow, Fizkul'tura i sport.
- Romanova, M.V. (2012) The issue of career development in students of education and psychology. [*Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra RAN*]. Vol. 14, 2, 157–160.
- Stepanov, S.Yu., & Semenov, I.N. (1982) The issue of reflection types in solving creative problems [*Voprosy psikhologii*]. 1, 99–104.
- Teplov, B. M. (1961) *Issues of individual differences*. Moscow.
- Voschinin, A.V. (2012) Reflexive reference method (signifying) of actual experience of the coach work. [*Sportivnyy psikholog*]. 2, 67–72.
- Wulfov, B.Z. (1997) Reflection: teaching, controlling. [*Mir obrazovaniya*]. Moscow, 63–65.
- Zheleznyak, Yu.D., Kashkarov, V.A., & Kravtsevich I.P. (2005) Pedagogical, physical culture and sports perfection. Moscow, Akademiya.
- Zhukov, Yu.M., Zhuravlev, A.B., & Pavlova, E.H. (2008) Teambuilding Technology. Moscow, Aspekt Press.
- Znakov V.V. (2005) Self-understanding of the subject as a cognitive and existential issue. [*Psikhologicheskiy zhurnal*], 26(1), 18–28.

# Психологические особенности внимания у стрелков из лука

Е.Ю. Коробейникова

Центр спортивных инновационных технологий и подготовки сборных команд» Департамента спорта и туризма города Москвы, Москва, Россия

С.В. Леонов, И.С. Поликанова

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 18 мая 2017/ Принята к публикации: 27 мая 2017

## Psychological features of attention in archery

Ekaterina Yu. Korobeynikova\*

Moscow Center of Advanced Sport Technologies, Moscow, Russia

Sergey V. Leonov, Irina S. Polikanova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: ekaterinayk@rambler.ru

Received May 18, 2017 / Accepted for publication: May 27, 2017

Проблема внимания является одной из ведущих в спортивной психологии. Довольно часто неудачи на соревнованиях у спортсменов связаны, так или иначе, с процессами внимания — отвлечением, переключением или потерей концентрации. При этом каждый конкретный вид спорта отличается определенной спецификой соревновательных ситуаций и, соответственно, предъявляет к спортсменам различные требования, в том числе и к особенностям внимания. Стрелковые виды спорта не являются исключением. Так, в стрелковом спорте в качестве наиболее значимых свойств внимания чаще всего отмечаются концентрация и устойчивость внимания.

Настоящая работа посвящена изучению динамических свойств внимания у спортсменов, занимающихся стрельбой из лука. Свойства внимания у спортсменов оценивались в зависимости от спортивной специализации, пола, возраста спортсменов, стажа занятий спортом и уровня спортивного мастерства. В исследовании приняли участие 65 стрелков из лука из разных регионов России, в том числе 34 юноши и 31 девушка, средний возраст  $16.29 \pm 1.74$ . Стаж занятий спортом испытуемых от 1 года до 8 лет, средний стаж  $4.46 \pm 1.93$ .

Результаты исследования показали, что спортсмены-лучники характеризуются высокими показателями устойчивости внимания, а также высокой эффективностью решения задач на внимание. Профессиональная успешность стрелков из лука оказалась связана с умением распределять внимание при необходимости. При этом, не было выявлено значимых различий в особенностях внимания между спортсменами, стреляющими из различных видов лука, что говорит о единообразии задач, связанных с вниманием, в спортивной практике лучников. Сделан вывод о необходимости включения в программу психологической подготовки лучников тренировки навыков распределения внимания.

**Ключевые слова:** психология спорта, внимание в спорте, свойства внимания, стрельба из лука.

The issue of attention is one of the leading in sports psychology. Quite often, athletes' failures in competitions are ultimately connected with the attention processes, i.e. distraction, switching or loss of concentration. Simultaneously, each particular kind of sport is distinguished by a specific competitive situation and accordingly presents a number of requirements to athletes, including attention features. Archery is no exception. Thus, in shooting sports, concentration and stability of attention are often deemed as the most significant features of attention.

The paper is devoted to the study of the attention dynamic properties in archers. Attention features of athletes were assessed depending on the sports major, gender, age, experience and level of competence. 65 archers from different regions of Russia took part in the study, including 34 males and 31 females, the average age being  $16.29 \pm 1.74$ . Experience ranges from 1 year to 8 years, average experience is  $4.46 \pm 1.93$ .

The research results showed that archers are characterized by high indicators of stability of attention, and also high efficiency of solving attention problems. The professional success of archery was associated with the ability to distribute attention when necessary. At the same time, there were no significant differences in the features of attention for recurved and compound archers, which indicates the uniformity of tasks related to attention in the sporting practice of archers. Summing up, it is necessary to include skills in the distribution of attention in the program of psychological training of archers.

**Keywords:** sports psychology, attention in sports, attention properties, archery.

**П**роблема внимания – одна из классических тем в психологии. Интерес к ней возник с начала становления психологии как науки и сохраняет свою актуальность до сегодняшнего времени. Несмотря на длительный период изучения внимания, в психологии нет единого представления о сущности данного понятия, кроме того, вопрос о существовании внимания как отдель-

причины» и «теории эффекта». В первом, внимание понимается как причина связанных с ним изменений сознания, например, как условие повышения ясности впечатлений. Во втором, внимание рассматривается как следствие функционирования внешних по отношению к нему процессов. Оба подхода до сих пор актуальны и находят свое отражение в современных теориях (Фаликман, 2010).

Знание особенностей внимания, важных для каждого конкретного вида спорта и уровня их оптимального развития, несомненно, будет способствовать повышению эффективности спортивной деятельности. Поэтому одной из значимых составляющих психологической подготовки спортсменов является развитие и тренировка определенных свойств внимания, специфичных для каждого конкретного вида спорта с учетом задач, решаемых спортсменом на соревнованиях

ного психического процесса до сих пор остается открытым. Среди множества подходов к пониманию внимания можно выделить два класса теорий: «теории

**В** спорте проблема внимания затрагивается особенно часто. Многие ошибки спортсменов на соревнованиях так или иначе связывают с вниманием: «по-



**Екатерина Юрьевна Коробейникова** – аспирант кафедры психологии образования и педагогики факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, спортивный психолог «Центра спортивных инновационных технологий и подготовки сборных команд» Департамента спорта и туризма города Москвы («ЦСТиСК» Москомспорта).  
E-mail: ekaterinayk@rambler.ru



**Сергей Владимирович Леонов** – кандидат психологических наук, доцент кафедры методологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: svleonov@gmail.com



**Ирина Сергеевна Поликанова** – кандидат психологических наук, МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: irinapolikanova@mail.ru

терял концентрацию», «отвлекся», «увлекся игрой и не заметил пас», «растерялся при внезапном изменении ситуации» и т.д. (Сафонов, 2013; Найдиффер, 1979). Разные виды спорта предъявляют спортсменам разные задачи, связанные непосредственно со спецификой соревновательных ситуаций, а соответственно, и к специфике процессов внимания – уровню развития различных его свойств или к их сочетанию.

**Знание** особенностей внимания, важных для каждого конкретного вида спорта и уровня их оптимального развития, несомненно, будет способствовать повышению эффективности спортивной деятельности. Поэтому одной из значимых составляющих психологической подготовки спортсменов является развитие и тренировка определенных свойств внимания, специфичных для каждого конкретного вида спорта с учетом задач, решаемых спортсменом на соревнованиях (Касаткин, 2014; Strydom, 2010).

### Подходы к пониманию внимания в спортивной психологии

**П**роблему внимания в рамках психологии спорта развивал Р.М. Найдиффер. Он выделял типы внимания на основе критериев его объема и сосредоточенности (Найдиффер, 1979). Внимание может быть широким (иметь большой объем), при котором человек может следить за несколькими объектами сразу, или узким (иметь малый объем), когда он концентрируется на одном объекте. Стоит отметить, что наиболее частое проявление широкого внимания в спорте можно отметить в командных и игровых видах спорта, где спортсмен вынужден обращать внимания сразу на несколько объектов, отслеживать перемещения не только спортивного снаряжения и своей команды, но и команды соперника. Под сосредоточенностью Р.М. Найдиффер понимал направленность внимания на внутренние ощущения и переживания или же на внешние объекты. Внутренняя направленность внимания участвует в процессах самоконтроля и самосознания, позволяя



спортсмену оценивать собственное состояние и возможности.

Исходя из вышеописанного, можно выделить четыре типа внимания, каждый из которых может быть представлен в том или ином виде спорта и способствовать повышению эффективности спортивной деятельности спортсменов. Итак, широкий, большой объем внимания и его внутренняя направленность в спорте чаще всего имеют место при планировании стратегий и анализе соревновательных ситуаций. Широкое внимание и внешняя направленность, как мы уже отмечали, довольно часто встречаются в игровых видах спорта, особенно у спортсменов на разыгрывающих позициях, когда им надо принять правильное решение с учетом большого количества факторов. Узкое внимание и внешняя направленность представлены в таких видах спорта, где необходимо следить за небольшим количеством объектов, но скорость принятия решений очень высока, например, в теннисе или единоборствах. Узкое внимание и внутренняя направленность вероятнее всего встречаются в циклических видах спорта или же в видах с высокими требованиями к выносливости спортсменов и точности выполняемых движений, где спортсмену важно точно оценивать свои силы и регулировать темп и амплитуду движений в каждой конкретной ситуации.

Однако меняющиеся соревновательные ситуации могут предъявлять различные требования к характеру внимания в данный конкретный момент времени в любом виде спорта, поэтому очень важной способностью для спортсменов является способность к быстрому переключению с одного вида внимания на другой (Найдиффер, 1979). Наиболее приспособленными к изменениям в спортивной деятельности в таких случаях являются спортсмены, которые используют широкое внимание как внешнее, так и внутреннее, сужая его при необходимости (Уэйнберг, 1998). В связи с этим, подчеркивается значимость развития у спортсменов способностей к управлению своим вниманием, при этом отмечается, что процессы внимания довольно хорошо поддаются тренировке и развитию (Уэйнберг, 1998; Серова, 2007).

По мнению В.К. Сафонова, внимание является одним из важнейших компонентов подготовки спортсменов. Оно напрямую связано с работоспособностью спортсмена, в связи с чем, развитие определенных свойств внимания, значимых для каждого конкретного вида спорта, положительно влияет на эффективность выступлений спортсмена. Учитывая это, возникает необходимость в тренировке и развитии специальных свойств внимания непосредственно с учетом специфики вида спорта и особенностей соревновательной и тренировочной деятельности. Наиболее важным и полезным свойством внимания является способность к концентрации на значимых объектах и к длительному сохранению ее на необходимом уровне. Вслед за Р.М. Найдиффером, автор отмечает важность концентрации, фокусировки внимания на собственных внутренних ощущениях для корректировки тренировочных и спортивных нагрузок, отслеживания чувства усталости, предотвращения возникновения монотонии (Сафонов, 2013).

Представление о концентрации внимания как о наиболее значимом его свойстве в спортивной психологии поддерживалось также Р. Уэйнбергом и Д. Гоулдом. В их работах концентрация понимается как сосредоточение внимания человека на значимом элементе и способность к сохранению данной направленности некоторый период времени при игнорировании нерелевантных стимулов среды. Однако, если для одних видов спорта необходимо удерживать внимание в течение длительного времени, концентрируясь на одних стимулах и игнорируя остальные, то в других видах спорта важными могут быть другие качества, например, умение быстро переключать внимание с одного объекта на другой.

Кроме того, в каждом виде спорта релевантными могут быть совершенно разные объекты, включающие иногда даже внутренние ощущения, переживания, эмоции. Авторы подчеркивают важность концентрации внимания не только в соревновательных ситуациях, но также и в тренировочной деятельности. Поэтому при подготовке спортсменов необходимо включать в процесс тренировок элементы развития определенных

свойств внимания, способствующих эффективности выступлений в данном виде спорта, с учетом специфики задач и требований к вниманию спортсмена, которые возникают в условиях соревнований (Уэйнберг, 1998).

Г.Б. Эриксон отмечает, что развитие и тренировка внимания в любом виде спорта должна начинаться с выявления зрительных факторов, влияющих на достижение результата в каждом конкретном виде спорта. При этом он предлагает группировать виды спорта и отдельные спортивные задачи по характеристикам зрительных задач, в них встречающихся (Erickson, 2007). Среди характеристик, которые отмечает в своей работе Г.Б. Эриксон, можно выделить:

- особенности активности самого спортсмена такие, как динамичность движений, позиция и баланс тела;
- свойства зрительного поля, оцениваемого спортсменом, – стабильность ситуации и границы площадки соревнования;
- особенности объектов зрительного внимания: размер объектов, их пространственное расположение, определяющее основной угол внимания в конкретных спортивных задачах, дистанция до объектов;
- требования и особенности спортивных ситуаций, определяемые характером проведения соревнований: время, имеющееся у спортсмена для обработки информации и принятия решения, требования к устойчивости внимания спортсменов на протяжении всего времени проведения соревнований, необходимость быстрого выделения релевантного стимула или объекта (фигуры на фоне), различения текстур поверхностей, определения глубины и пространственной локализации объектов;
- требования к зрительному вниманию: сфокусированное (центральное), периферическое или распределенное, переключаемое внимание.

В качестве примера выделения разных групп видов спорта Г.Б. Эриксон предлагает различать динамические, реактивные виды спорта, такие как футбол, баскетбол, бокс и т.п. где спортсмены активно двигаются и реагируют на внешние стимулы и изменение обстановки, и недина-

мические, прицельные виды спорта такие, как стрельба из лука, бильярд, гольф и пр. где есть задача попасть в неподвижную цель и нет острой необходимости реагировать на изменения ситуации. Для динамических видов спортивной деятельности, в которых информация с периферии зрения зачастую более важна, чем получаемая из области центрального видения, главную роль играет способность переключения внимания с периферии в зону более ясного видения. В прицельных видах деятельности предъявляются повышенные требования к концентрации и сосредоточению внимания на центральном зрении с опорой на периферию (Erickson, 2007).

### Внимание в стрелковых видах спорта

В стрелковых видах спорта, помимо высокой степени концентрации внимания на цели, большое значение уделяется контролю над моторной координацией движений рук для уменьшения ненуж-

Одним из показателей спортивной успешности лучника является психоэмоциональная устойчивость, понимаемая как способность сохранять состояние психической готовности и поддерживать оптимальный уровень психического напряжения в экстремальных условиях

ных движений. В исследовании стрелков из пневматических винтовок было доказано, что спортсмены могут одновременно удерживать как внешний контроль концентрации внимания на мишени, так и внутренний контроль над кинестетическими образами и представлением движения. При этом совмещение внешней и внутренней направленности внимания у спортсменов проявилось как довольно стабильная характеристика, связанная, в том числе, с оптимальной результативностью (Bertollo, 2012).

В то же время, слишком пристальный контроль выполнения движений, как реакция на негативные эмоции и нежелательные мысли, возникающие в ходе соревнований, приводит к снижению успешности даже спортсменов высокого уровня. В стрессовых ситуациях, когда спортсмен хочет уделить большее внимание контролю над действиями для предотвращения ошибок, слишком силь-

ное погружение в такой контроль может разрушить автоматизмы спортивной деятельности и привести к ее рассогласованию. По результатам работы, проведенной со стрелками, выяснилось, что для предотвращения этого, рекомендуется сосредоточить внимание на нескольких основных компонентах действия, что должно помочь спортсмену вывести себя из неблагоприятного состояния (Vogtoli, 2012). Сознательное сосредоточение внимания на правильном выполнении действия является эффективным способом преодоления технических неточностей и психологической напряженности, выражающейся, в том числе, в снижении динамических функций внимания: снижении его устойчивости и переключаемости (Иткис, 1982).

Влияние уровня развития различных свойств психических процессов на эффективность соревновательной деятельности подтверждается во многих работах. Так, в качестве основных компонентов психомоторных способностей спортсменов при стрельбе из лука отмечают уровень сложных зрительно-

моторных реакций, реакций на движущийся объект, а также уровень развития свойств распределения и переключения внимания (Байдыченко, 2013).

### Психологические особенности стрельбы из лука

При изучении различных свойств внимания у стрелков из лука разного профессионального уровня была выявлена зависимость эффективности соревновательной деятельности от степени развития устойчивости и концентрации внимания. При этом, отмечено, что в процессе тренировок показатель концентрации внимания значительно повышается, тогда как показатель переключения внимания остается практически неизменным (Орешкина, 2009).

Одним из показателей спортивной успешности лучника является психоэмо-

циональная устойчивость, понимаемая как способность сохранять состояние психической готовности и поддерживать оптимальный уровень психического напряжения в экстремальных условиях. Считается, что для лучников характерны высокий уровень помехоустойчивости, скорости моторно-двигательной реакции, переключения внимания, а также способность к длительной концентрации и удержанию внимания на конкретном объекте или задаче (Дашинимаева, 2012). Авторами также принимается во внимание влияние развития физических качеств, а именно, статической и динамической выносливости на достижение высокого спортивного результата (Романина, 2012).

Рассматривая параметры, определяющие эффективность стрельбы из лука, некоторые авторы отмечают такие показатели двигательной стабильности, как умение удерживать лук длительное время в натянутом состоянии, поддерживать правильную стойку во время прицеливания (Болотин, 2014). В то же время, показано, что стабильность и правильность выполнения движений в большей степени влияют на результат у начинающих стрелков из лука, чем у более опытных спортсменов (Mason, 1986). Другие авторы отмечают преобладающее влияние зрительно-моторной координации на успешность стрельбы, а параметры стабильности и поддержания баланса тела рекомендуют вообще не учитывать в стрельбе из лука (Strydom, 2010). Среди психологических аспектов, влияющих на эффективность выступлений в стрельбе из лука, выделяют также уровень тревоги и возбуждения, различные аспекты внимания, уверенность в собственных навыках и т.д. (Haywood, 2006).

Большой интерес для психологов, изучающих стрельбу из лука, представляют особенности внимания спортсменов. Контроль внимания, понимаемый как устойчивость и концентрация на определенных элементах спортивной деятельности (Касаткин, 2014), применительно к стрельбе из лука можно подразделить на зрительный и умственный. Умственное внимание в данном случае понимается как концентрация на внутренних ощущениях и удержание образа движения. Наиболее оптимальным считается зрительная концентрация на мишени, которая позволя-

ет не обращать внимания на помехи как внешние, так и внутренние, и дает возможность спортсмену чувствовать себя комфортно и уверенно (Lee, 2009).

В связи с тем, что у опытных спортсменов отмечается высокая степень автоматизации движений, включенных в выполнение выстрела, с успешностью соревновательной деятельности в стрельбе из лука связывают смещение контроля внимания на мишень и процесс прицеливания для предотвращения любого анализа движений выпуска (Haywood, 2006).

### Характеристика исследования

Как мы уже отмечали, в зависимости от специфики вида деятельности, характера задач и уровня изменчивости ситуации в разных видах спорта значимыми являются различные свойства внимания. Наша работа направлена на изучение специфики внимания, а именно, анализа его динамических свойств у спортсменов, занимающихся стрельбой из лука.

Актуальность данной работы определяется необходимостью развития представлений о динамических свойствах внимания у спортсменов разного профессионального уровня и стажа занятий, занимающихся спортивной стрельбой из лука. В дальнейшем, результаты работы могут быть полезны при организации диагностики и тренировки внимания лучников с учетом специфики их спортивной деятельности. Они также могут быть включены в процесс психологической подготовки спортсменов.

### Гипотеза

Мы предположили, что спортсмены, занимающиеся стрельбой из лука, характеризуются определенными свойствами внимания, связанными со спецификой их спортивной деятельности. При этом свойства внимания могут различаться у спортсменов разной спортивной специализации, разного уровня спортивного мастерства и стажа занятий данным видом спорта.

### Испытуемые

В исследовании приняли участие спортсмены-лучники из разных реги-

онов России в возрасте от 13 до 19 лет, средний возраст  $16.29 \pm 1.74$  (всего  $N=65$ ), из них юношей – 34, девушек – 31, выступающие на молодежных соревнованиях. Все спортсмены имеют стаж занятий спортом от 1 года до 8 лет (средний стаж  $4.46 \pm 1.93$  года). Из классического лука стреляют 36 человек, из блочного лука – 29. Все спортсмены имеют спортивный разряд не ниже 3, при этом с 3 по 1 спортивные разряды имеют 11 человек, звания КМС («кандидат в мастера спорта России») – 13 человек, 39 испытуемых имеют звание МС («мастер спорта России») и два спортсмена имеют звание МСМК («мастер спорта России международного класса»).

В соответствии с задачами исследования, испытуемые были поделены на группы по нескольким критериям:

Актуальность данной работы определяется необходимостью развития представлений о динамических свойствах внимания у спортсменов разного профессионального уровня и стажа занятий, занимающихся спортивной стрельбой из лука. В дальнейшем, результаты работы могут быть полезны при организации диагностики и тренировки внимания лучников с учетом специфики их спортивной деятельности

- по стажу занятий стрельбой из лука было выделено 3 группы: «от 1 года до 3 лет», «от 4 до 5 лет» и «от 6 до 8 лет»;
- по возрасту было выделено 2 группы испытуемых: «младшие» (от 13 до 16 лет) и «старшие» (от 17 до 19 лет) в соответствии с правилами соревнований по стрельбе из лука (утвержденными приказом Минспорттуризма России от «29» марта 2010 г. № 233);
- по уровню профессиональной успешности были выделены 2 группы: спортсмены, выступающие за молодежную команду сборной России «сборная России» ( $N=29$ ) и спортсмены, которые не участвовали в международных соревнованиях, а выступали только на всероссийских и региональных соревнованиях – «команда региона» ( $N=36$ ).

### Методы исследования

В исследовании применялись следующие методики:

- «Красно-черные таблицы» для оценки уровня распределения и переключения внимания;
- «Кольца Ландольта» для оценки уровня продуктивности внимания;

- «Слепота к изменениям» для определения выраженности феномена слепоты к изменениям на основе парадигмы мерцания (Gusev, 2014);

- «Геометрические фигуры» – методика оценки оперативной памяти.

Оперативная память позволяет удерживать и одновременно оперировать неким объемом информации, находящимся в сознании для решения мыслительных и двигательных задач, что особенно актуально в спортивной деятельности, и в частности, в стрельбе из лука (Серова, 2007).

Все методики выполнялись испытуемыми на 12-дюймовом мониторе персонального компьютера, расстояние до глаз испытуемых составляло около 50 см. Проведение методик осуществлялось с помощью программного комплек-

са «Практика – МГУ» (авторы А.Е. Кремлев и А.Н. Гусев). Во всех методиках испытуемые использовали компьютерную мышь для выполнения заданий, кроме «Слепоты к изменениям», поскольку данная методика предполагает использование клавиатуры.

### Процедура проведения исследования

Как уже было указано выше, в данном исследовании испытуемые проходили все методики в компьютерном варианте на персональном компьютере с 12-ти дюймовым экраном. Последовательность предъявления методик была следующей: методика на оперативную память, методика оценки слепоты к изменениям, «Красно-черные таблицы», последней предлагалась методика «Кольца Ландольта». В среднем на прохождение всего блока методик каждый испытуемый тратил около 30 минут. При этом для того, чтобы выявить особенности внимания лучников, обусловленные спецификой их спортивной деятельности, испытуемые проходили тестирование в дни соревнований после стрельбы. Причем,

спортсмены из группы «сборная России» и часть спортсменов из группы «команда региона» проходили тестирование в период всероссийских молодежных соревнований по стрельбе из лука, на которых все спортсмены, участвующие в исследовании, показали высокие результаты. Остальная часть спортсменов, не выезжающих на соревнования всероссийского уровня, тестировались в дни проведения региональных соревнований. Проведение исследования согласовывалось с главными тренерами команд регионов и с личными тренерами спортсменов. Участие спортсменов в исследовании было добровольным.

### Обработка данных

Сырые данные результатов испытуемых были получены с помощью программы «Практика – МГУ». Статистическая обработка проводилась с использованием программ: IBM SPSS Statistics (версия 22) (Наследов, 2004), Microsoft Excel.

Для выявления различий между группами испытуемых по возрасту, полу, виду лука и уровню профессиональной успешности был проведен статистический анализ по критерию Манна-Уитни. Различия между группами по стажу выявлялись с помощью критерия Краскела-Уоллиса. Для оценки влияния факторов возраста, стажа занятий и спортивного

разряда на результаты испытуемых был применен однофакторный дисперсионный анализ.

### Результаты

По результатам выполнения методики «Кольца Ландольта». По шкале от 0 до 1 продуктивность выполнения методики «Геометрические фигуры» – 0.85, методики «Слепота к изменениям» – 0.70 и методики «Кольца Ландольта» – 0.89.

Рассматривая показатель интегральной продуктивности в методике «Слепота к изменениям» и рассчитываемый по

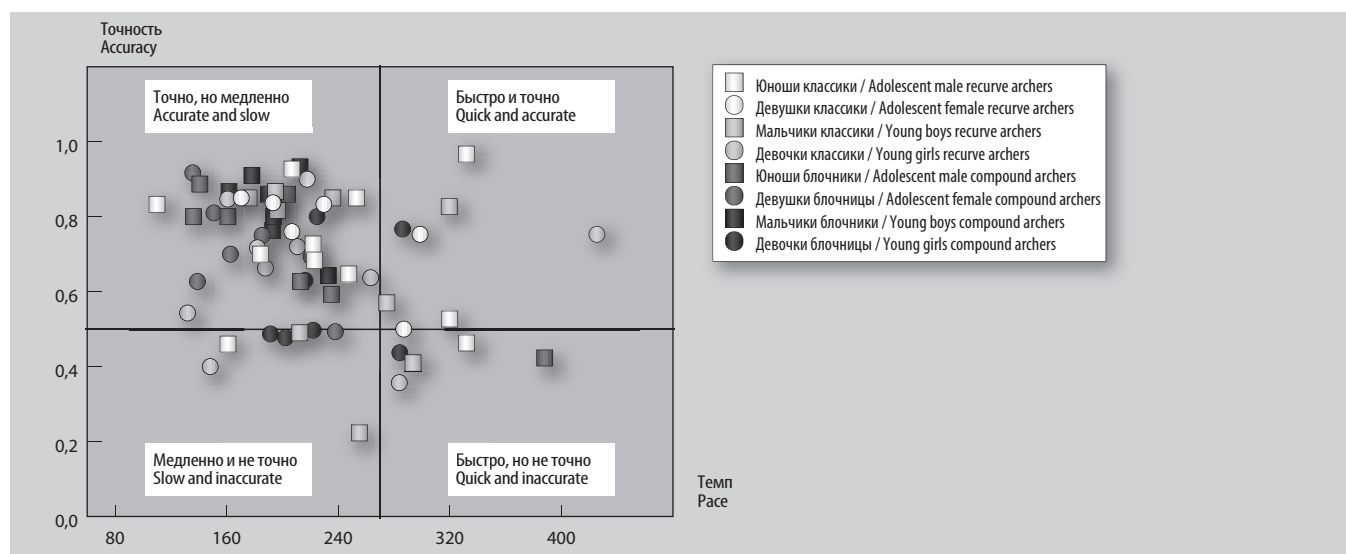


Рис. 1. Продуктивность выполнения методики «Слепота к изменениям»

Fig. 1. Efficiency of «blindness to change» method

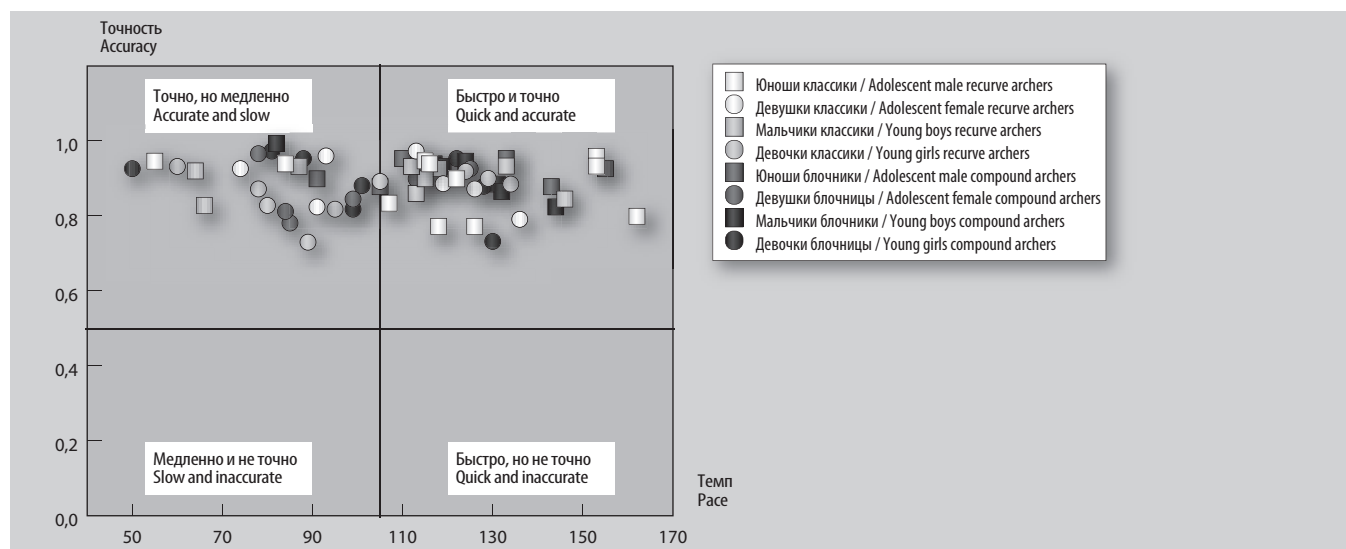


Рис. 2. Продуктивность (ИКВ) выполнения методики «Кольца Ландольта»

Fig 2. Efficiency of Landolt (broken) rings test

схожей формуле показатель индекса концентрации внимания в методике «Кольца Ландольта» в виде графиков, можно оценить характер выполнения данных методик испытуемыми. Так, большинство испытуемых выполняло методику «Слепота к изменениям» точно, но медленно (относительно максимальных и минимальных значений показателя темпа в данном исследовании) (рис. 1).

Методика «Кольца Ландольта» выполнялась испытуемыми более точно, с меньшим разбросом и быстро (относительно максимальных и минимальных значений показателя в данном исследовании) (рис. 2).

В результате проведенного нами исследования между юношами и девушками были выявлены статистически значимые различия по критерию Манна-Уитни по времени выполнения методики «Кольца Ландольта» ( $U=354.0$ ,  $p=0.023$ ), темпу работы в этой же методике ( $U=355.0$ ,  $p=0.024$ ) и вычисляемому индексу концентрации внимания там же ( $U=327.0$ ,  $p=0.009$ ) (табл. 1). Отмечено, что у юношей значимо выше темп выполнения работы данной методики и рассчитываемый на основе темпа индекс концентрации внимания. Кроме того, полученные результаты отражают, что девушки, в среднем, уделяли методике на одну минуту больше времени, чем юноши.

С помощью того же критерия было отмечено различие показателя «Замедление 5->20» у спортсменов из разных возрастных групп при выполнении ими методики «Слепота к изменениям». Так, у старших спортсменов наблюдалось значимое снижение продуктивности работы в этой методике при увеличении количества квадратов в стимульном материале ( $U=351.0$ ,  $p=0.020$ ), по сравнению с младшими (табл. 2).

В то же время, статистически значимых различий между спортсменами, стреляющими из разных видов лука, выявлено не было. Также не было отмечено различий между спортсменами из разных групп по стажу занятий стрельбой из лука.

У испытуемых из групп, различающихся уровнем профессиональной успешности, были выявлены значимые различия по критерию Манна-Уитни по количеству ошибок ( $U=341.500$ ,  $p=0.016$ ), а также по реакции ( $U=364.500$ ,  $p=0.038$ ) в треть-

Табл. 1. Значения показателей методик по полу

	«Девушки»		«Юноши»	
	Ср. знач.	Ст. откл.	Ср. знач.	Ст. откл.
Время работы (с) по методике «кольца Ландольта»	563.68*	153.81	493.47*	147.77
Индекс концентрации внимания по методике «кольца Ландольта»	89.08**	20.75	104.60**	23.41
Темп (зн/м) по методике «кольца Ландольта»	101.48*	22.87	116.65*	26.34

\* Различия значимы на уровне 0,05

\*\* Различия значимы на уровне 0,01

Table 1. Method indicators by gender

	Males		Females	
	Mean Value	Standard Divergent	Mean Value	Standard Divergent
Working time used by Landolt (broken) rings test	563,68*	153,81	493,47*	147,77
Attention concentration index for Landolt (broken) rings test	89,08**	20,75	104,60**	23,41
Pace for Landolt (symbols per minute) rings test	101,48*	22,87	116,65*	26,34

\* Differences are significant at 0,05

\*\* Differences are significant at 0,01

Табл. 2. Значения показателей методик у спортсменов разных возрастных групп

	«Младшие»		«Старшие»	
	Ср. знач.	Ст. откл.	Ср. знач.	Ст. откл.
«Замедление 5->20» по методике «Слепота к изменениям»	2.85*	0.50	3.40*	0.97

\* Различия значимы на уровне 0,05.

Table 2. Method values in archers of different age

	The Younger		The Older	
	Mean Value	Standard Divergent	Mean Value	Standard Divergent
Slowdown 5->20 for "blindness to change" method	2.85*	0.50	3.40*	0.97

\* Differences are significant at 0,05,

Табл. 3. Значения показателей методик у спортсменов разного уровня профессиональной успешности

	«Команда региона»		«Сборная России»	
	Ср. знач.	Ст. откл.	Ср. знач.	Ст. откл.
Количество ошибок по методике «Красно-черные таблицы»	3.50*	2.04	2.38*	2.40
Реакция в методике «красно-черные таблицы»	4.79*	0.82	4.26*	0.98

\* Различия значимы на уровне 0,05

Table 3. Method values in archers with different levels of professional success

	Russian Region Team		Russian Team	
	Mean Value	Standard Divergent	Mean Value	Standard Divergent
Number of mistakes for "red-black tables" method	3,50*	2,04	2,38*	2,40
Reaction for "red-black tables" method	4,79*	0,82	4,26*	0,98

\* Differences are significant at 0,05

ей серии методики «Красно-черные таблицы» (табл. 3). Спортсмены, входящие в состав молодежной сборной команды России, допускают меньше ошибок и быстрее отыскивают числа в последней серии данной методики.

По результатам однофакторного дисперсионного анализа было отмечено влияние фактора «возраст» на показатель продуктивности оперативной памяти ( $F=3.486$ ,  $p=0.005$ ) в методике «слепота к изменениям». Так, по мере

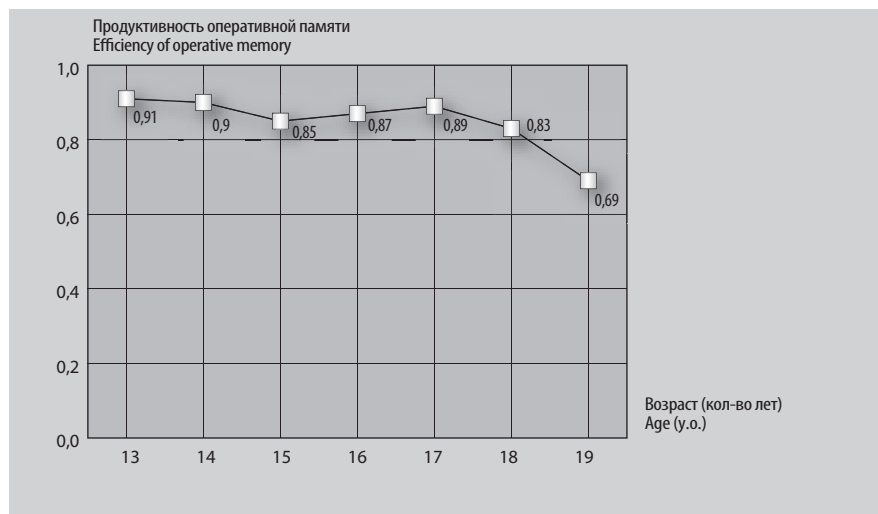


Рис. 3. Влияние возраста на показатель продуктивности оперативной памяти  
 Fig. 3. The influence of age on memory effectiveness

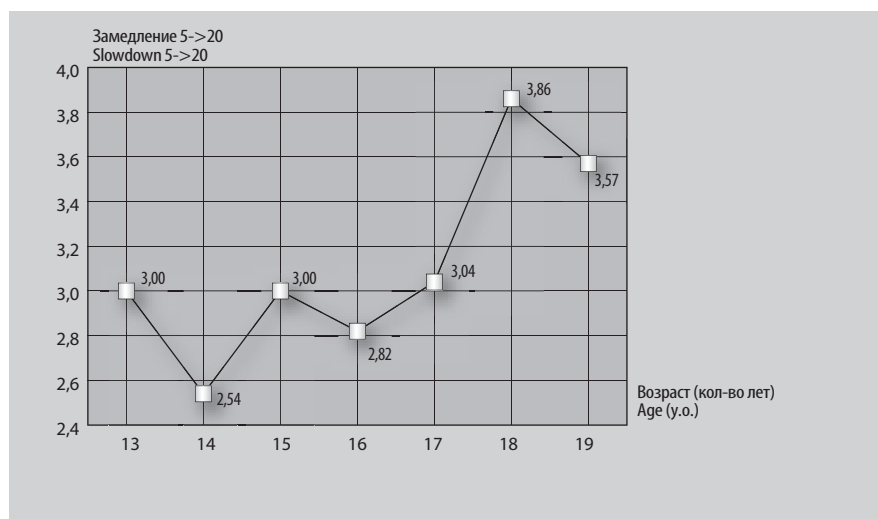


Рис. 4. Влияние возраста на показатель «замедление 5->20»  
 Fig. 4. The influence of age on «slowdown 5->20» indicator

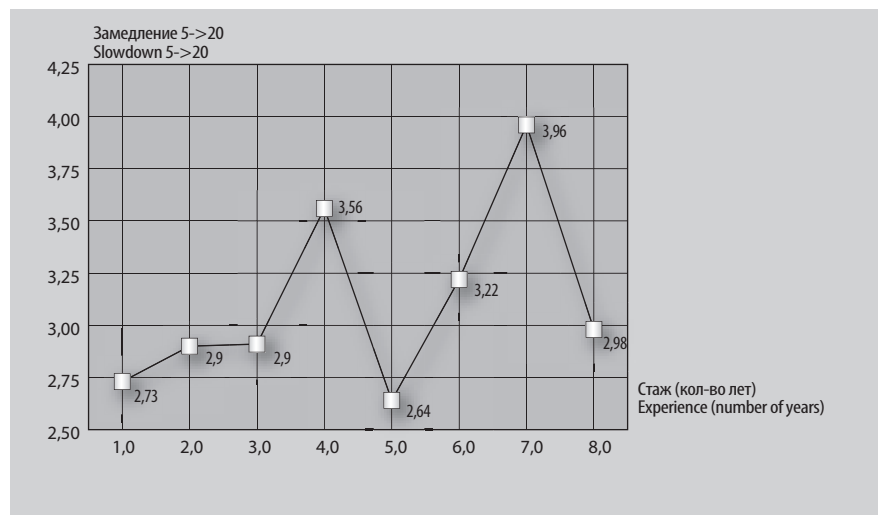


Рис. 5. Влияние стажа занятий на показатель «замедление 5->20»  
 Fig. 5. The influence of experience on «slowdown 5->20» indicator

увеличения возраста у спортсменов-лучников несколько снижается показатель продуктивности оперативной памяти (рис. 3).

Кроме того, в методике «Слепота к изменениям» было выявлено влияние возраста на показатель «замедление 5->20» ( $F=3.366$ ,  $p=0.006$ ). В целом, при повышении возраста испытуемых продуктивность их работы снижается, особенно, когда увеличивается количество квадратов в предъявляемом изображении, т.е. по мере увеличения возраста испытуемых увеличивается разница в продуктивности выполнения заданий с пятью и двадцатью квадратами (рис. 4).

В нашей работе было также отмечено влияние стажа занятий стрельбой из лука на изменения показателя «замедление 5->20» в методике «Слепота к изменениям». В целом, можно отметить нелинейный характер изменений показателя ( $F=3.024$ ,  $p=0.009$ ), однако тенденция к увеличению различий между продуктивностью выполнения заданий с разной информационной нагрузкой все же прослеживается (рис. 5).

## Обсуждение результатов исследования

В результате нашего исследования было выявлено, что наиболее успешно спортсмены выполнили методику «Кольца Ландольта», при этом эффективность выполнения остальных методик также была высока. Еще раз отметим, что проведение исследования занимало около 30 минут на одного испытуемого, и методика «Кольца Ландольта» выполнялась последней. Исходя из этого, можно сделать вывод о высоком уровне устойчивости внимания у спортсменов-лучников.

Кроме того, мы считаем, что наличие в стимульном материале колец с разрывами «на 4 и на 11 часов» могло отразиться на эффективности выполнения методики «Кольца Ландольта». В спортивной практике лучники часто используют аналогичные термины для оценки попадания стрелы, они вынуждены хорошо ориентироваться в них, например, для корректировки прицела, после комментария тренера: «Восемь на шесть часов».

Рассматривая продуктивность выполнения методики «Слепота к изменениям», можно отметить, что большинство спортсменов выполняют данную методику точно, но медленно относительно максимальных и минимальных значений, выявленных в данном исследовании (рис. 1). Спортсмены-лучники в большей степени ориентировались на точность выполнения задания и иногда подолгу рассматривали экран монитора на наличие или отсутствие изменений.

В то же время, оценка индекса концентрации внимания, как показателя продуктивности работы спортсменов в методике «Кольца Ландольта», позволяет говорить не только о высоком уровне точности результатов, но и о быстром темпе выполнения заданий большинством испытуемых (относительно максимальных и минимальных значений, полученных в нашем исследовании) (рис. 2). При этом, изменение темпа работы у остальных спортсменов никак не влияло на успешность нахождения релевантных символов, что свидетельствует о высоком уровне устойчивости внимания спортсменов-лучников. В данной методике также отмечены статистически значимые различия в длительности выполнения задания и вычисляемых на ее основе показателей темпа и индекса концентрации внимания, среди юношей и девушек (табл. 1). Так, в среднем, девушки тратили на выполнение методики на минуту больше времени, чем юноши. В связи с этим, полученные показатели темпа и концентрации внимания у юношей оказались выше, нежели у девушек. Стоит отметить, что различия в показателях концентрации внимания между ними связаны именно с различиями в скорости прохождения методики, а не в точности ее выполнения.

Интересным, на наш взгляд, является показатель «Замедление 5->20» в методике «Слепота к изменениям». Несмотря на то, что данная методика направлена, в первую очередь, на выявление самого феномена внимания, наличие серий с разным количеством информации в предъявляемом материале позволяет также охарактеризовать объем и уровень распределения его у испытуемых. Это возможно, поскольку в сериях с большим количеством элементов не-

обходимо не только распределить внимание на все квадраты, но и оценить их на предмет изменения при мелькании, в процессе чего задействуется еще и оперативная память. Поэтому меньшее значение показателя замедления у спортсменов из младшей возрастной группы говорит о лучшем распределении и большем объеме внимания, по сравнению со старшими лучниками (табл. 2). Это может быть связано, в том числе, с повышением концентрации и сужением объема внимания у спортсменов старшей группы, связанными с их многолетней спортивной деятельностью, требующей высокой концентрации внимания на малом количестве релевантных стимулов. Данное предположение подтверждается также выявленным с помощью однофакторного дисперсионного анализа влиянием возраста на снижение продуктивности оперативной памяти (рис. 3) и на повышение показателя замедления в методике «Слепота к изменениям» (рис. 4).

Стоит отметить, что не было выявлено статистически значимых различий меж-

внимания, поскольку система разрядов не отражает в полной мере уровень успешности спортсмена-лучника.

Для оценки уровня профессиональной успешности спортсменов был выбран показатель уровня соревнований, на которых имел возможность выступать спортсмен: международные соревнования, всероссийские или региональные. Поскольку имелось небольшое количество испытуемых, выступающих только на региональных соревнованиях, мы сравнивали группу спортсменов, представляющих сборную команду России и группу всех остальных, менее успешных спортсменов. В результате были выявлены значимые различия показателей реакции и количества ошибок в методике «Красно-черные таблицы» (табл. 3). Поскольку показатель реакции в данной методике отражает уровень распределения внимания, был сделан вывод о лучшем распределении внимания у спортсменов из состава сборной России, по сравнению с менее успешными лучниками, на основании

Спортсменам-лучникам свойственны высокие показатели устойчивости внимания и значительная эффективность решения задач на внимание. В то же время, отмечается снижение продуктивности выполнения методик на внимание при увеличении количества предъявляемых стимулов

ду спортсменами, стреляющими из разных видов лука, а также между группами испытуемых, отличающихся стажем занятий. Первое объясняется тем, что специфика соревновательной деятельности предъявляет одинаковые требования к вниманию спортсменов-лучников, которое направлено на одни и те же задачи – точное прицеливание в мишень и правильное, техничное выполнение выстрела. Отсутствие же различий между группами испытуемых, разных по стажу занятий, скорее всего, вызвано высоким процентом успешных спортсменов среди всех испытуемых – напомним, что больше половины их имеют звание мастера спорта России, при этом стаж спортсменов варьируется от трех до восьми лет. Значит, стаж занятий не является показателем при оценке уровня продуктивности спортивной деятельности. По этой же причине, на наш взгляд, не было выявлено влияния разряда испытуемых на исследуемые показатели свойств

того, что они быстрее отыскивали числа и допускали меньшее количество ошибок в третьей серии методики.

## Выводы

В исследовании были выявлены значимые различия между группами испытуемых по полу, возрасту и уровню профессиональной успешности. Установлено, что девушки выполняют методику на внимание в более низком темпе, чем юноши, однако различия в скорости выполнения методик у лучников практически не влияют на точность работы. При этом было выявлено влияние возраста, а также стажа занятий на снижение объема и распределения внимания у спортсменов. В то же время, у более успешных спортсменов показатели распределения внимания выше, чем у остальных.

Подводя итоги, отметим, что спортсменам-лучникам свойственны высо-

кие показатели устойчивости внимания и значительная эффективность решения задач на внимание. В то же время, отмечается снижение продуктивности выполнения методик на внимание при увеличении количества предъявляемых стимулов. При этом профессиональная успешность спортсменов оказалась связана с умением при необходимости распределять внимание, что согласуется с данными, приведенными в теоретической части нашей работы. Таким обра-

зом, можно сделать вывод о необходимости тренировки навыков распределения внимания в процессе психологической подготовки стрелков из лука для предотвращения «сужения» их внимания в процессе спортивной деятельности. Между спортсменами, стреляющими из разных видов лука, различий выявлено не было, в связи с этим можно говорить о единообразии задач, связанных со вниманием, в спортивной практике всех спортсменов-лучников.

*Работа выполнена в рамках  
Государственного контракта  
Министерства спорта  
Российской Федерации  
«Разработка научно-обоснованных  
предложений по совершенствованию  
психолого-педагогического  
сопровождения спортсменов  
высокой квалификации  
с использованием современных  
технологий»  
№117 от 19.04.2017.*

## Литература:

- Байдыченко Т.В., Лисенко И.П. Особенности психомоторных способностей для совершенствования технической подготовленности спортсменов – стрелков из лука // Спортивный психолог. – 2013. – № 1 (28). – С. 22–27.
- Болотин А.Э., Бакаев В.В. Факторы, определяющие высокую эффективность стрельбы из лука // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 3 (109). – С. 33–35.
- Дашинимаева А.Б.-Ц., Романина Е.В. Исследование индивидуально-типологических особенностей стрелков из лука высокой квалификации // Спортивный психолог. – 2012. – № 3 (27). – С. 35–39.
- Иткис М.А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена. – Москва : ДОСААФ, 1982. – 128 с.
- Касаткин, В.Н., Ахмерова К.Ш., Грушко А.И. Двухуровневое обследование ментальной подготовленности спортсменов // Спортивный психолог. – 2014. – № 2 (33). – С. 11–17.
- Найдиффер Р.М. Психология соревнующегося спортсмена. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 224 с.
- Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных : учеб. пособие. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 392 с.
- Орешкина Т.И., Маркиянов О.А., Орлов А.И. Развитие свойств психических процессов как составляющая психологической подготовки спортсмена // Вестник спортивной науки. – 2009. – № 2. – С. 8–11.
- Романина Е.В., Дашинимаева А.Б.-Ц. Модельные показатели психомоторных качеств стрелков высокой квалификации // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2012. – №2 (24). – С. 33–36.
- Сафонов В.К. Психология в спорте: теория и практика. – Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2013. – 232 с.
- Серова Л.К. Психология личности спортсмена: учеб. пособие. – Москва : Советский спорт, 2007. – 116 с.
- Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев : Олимпийская литература, 1998. – 335 с.
- Фаликман М.В. Внимание // Общая психология / под ред. Б.С. Братуся. В 7 т. Т. 4. – Москва : Академия, 2010. – 480 с.
- Bertollo, M. (2012) Temporal pattern of pre-shooting psycho-physiological states in elite athletes: A probabilistic approach. M. Bertollo, C. Robazza, & W.N. Falasca Psychology of Sport and Exercise, 13, 91–98. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.09.005
- Bortoli, L. (2012) Striving for excellence: A multi-action plan intervention model for Shooters. L. Bortoli, M. Bertollo, Y. Hanin et al. Psychology of Sport and Exercise, 13, 693–701. doi: 10.1016/j.psychsport.2012.04.006
- Erickson, G.B. (2007) Sports vision: vision care for the enhancement of sports performance. Oxford, Butterworth-Heinemann, 308.
- Gusev, A.N. & Mikhaylova, I.S. (2014) Stimulus determinants of the phenomenon of change blindness. Utochkin Psychology in Russia: State of the Art, 1 (7), 122–134. doi: 10.11621/pir.2014.0112
- Haywood, K.M. (2006) Psychological aspects of archery. The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement. Ed. by J. Dosis. London, John Wiley & Sons, Ltd, 549–566.
- Lee, K.H. (2009) Evaluation of attention and relaxation levels of archers in shooting process using brain wave signal analysis algorithms. *감성과학*, 3 (12), 341–350.
- Mason, B.R. (1986) Body stability and performance in archery. B.R. Mason, & P.P. Pelgrim. *Excel*, 2 (3), 17–20.
- Strydom, B. (2010) The role of vision and visual skills in archery. B. Strydom, & J.T. Ferreira. *The South African Optometrist*, 1 (69), 21–28. doi: 10.4102/aveh.v69i1.123

## References:

- Baidychenko, T.V. (2013) Features of psychomotor abilities for improving the technical preparedness of archers. [*Sportivnyy psikholog*], 1 (28), 22–27.
- Bolotin, A.E. (2014) The factors that determine the high efficiency of archery. [*Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaft*], 3 (109), 33–35. doi: 10.5930/issn.1994-4683.2014.03.109.p33-35
- Bertollo, M. (2012) Temporal pattern of pre-shooting psycho-physiological states in elite athletes: A probabilistic approach. M. Bertollo, C. Robazza, & W.N. Falasca *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 91–98. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.09.005



- Bortoli, L. (2012) Striving for excellence: A multi-action plan intervention model for Shooters. L. Bortoli, M. Bertollo, Y. Hanin et al. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 693–701. doi: 10.1016/j.psychsport.2012.04.006
- Dashinimayeva, A.B-Ts. (2012) Research of individual-typological features of high-profile archers. [*Sportivnyy psikholog*], 3 (27), 35–39.
- Erickson, G.B. (2007) Sports vision: vision care for the enhancement of sports performance. Oxford, Butterworth-Heinemann, 308.
- Falikman, M.V. (2010) General psychology: Attention. Ed. B.S. Bratus'. In 7 vol. Moscow, Izdatel'skiy tsentr «Akademiya», Vol. 4, Attention, 480.
- Itkis, M.A. (1982) Special preparation of archers. Moscow, DOSAAF, 128.
- Gusev, A.N. (2014) Stimulus determinants of the phenomenon of change blindness. A.N. Gusev, O.A. & Mikhaylova, I.S. *Utochkin Psychology in Russia: State of the Art*, 1 (7), 122–134. doi: 10.11621/pir.2014.0112
- Haywood, K.M. (2006) Psychological aspects of archery. *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*. Ed. by J. Dosil. London, John Wiley & Sons, Ltd, 549–566.
- Kasatkin, V.N. (2014) Two-level survey of the mental preparedness of athletes. [*Sportivnyy psikholog*], 2 (33), 11–17.
- Lee, KH. (2009) Evaluation of attention and relaxation levels of archers in shooting process using brain wave signal analysis algorithms. *감성과학*, 3 (12), 341–350.
- Mason, B.R. (1986) Body stability and performance in archery. B.R. Mason, & P.P. Pelgrim. *Excel*, 2 (3), 17–20.
- Naidiffer, R.M. (1979) Psychology of competing athlete. Moscow, Fizkul'tura I sport, 224.
- Nasledov, A.D. (2004) Mathematical methods of psychological research. Analysis and interpretation of data. Textbook. SPb., Rech', 392.
- Oreshkina, T.I. (2009) Development of the properties of mental processes as a component of the psychological preparation of an athlete. [*Vestnik sportivnoy nauki*], 2, 8–11.
- Romanina, E.V. (2012) Model indicators of psychomotor qualities of high-profile archers. [*Teoriya i praktika prikladnykh i ekstremal'nykh vidov sporta*], 2 (24), 33–36.
- Safonov, V.K. (2013) Psychology in sports: theory and practice. St. Petersburg, Izdatel'stvo Sankt Petersburgskogo Universiteta, 232.
- Serov, L.K. (2007) Psychology of the athlete's personality: textbook. Moscow, Sovetskiy Sport, 116.
- Strydom, B. (2010) The role of vision and visual skills in archery. B. Strydom, & J.T. Ferreira. *The South African Optometrist*, 1 (69), 21–28. doi: 10.4102/aveh.v69i1.123
- Weinberg, R.S. (1998) Fundamentals of the psychology of sports and physical education. Kiev, Olimpiyskaya literatura, 335.

# Влияние расовой принадлежности лица на выраженность эффекта взгляда-подсказки: метод айтрекинга

Г.Я. Меньшикова, А.И. Ковалев, Е.Г. Лунякова

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 26 мая 2017/ Принята к публикации: 31 мая 2017

## Studying the influence of race on the gaze cueing effect using eye tracking method

Galina Ya. Menshikova\*, Artyom I. Kovalev, Elizaveta G. Luniakova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: gmenshikova@gmail.com

Received May 26, 2017 / Accepted for publication: May 31, 2017

Направление взгляда другого человека является важным социальным стимулом, позволяющим быстро ориентироваться в ситуации общения. Эффект краткосрочного перенаправления внимания в сторону объекта, на который смотрят другие люди, известен как эффект взгляда-подсказки. Есть данные о том, что выраженность этого эффекта зависит от многих социальных факторов, таких как доверие к партнеру, его половая принадлежность, социальные установки и др. В данной работе изучалось влияние расовой принадлежности стимульного лица на выраженность эффекта взгляда-подсказки. Используя модифицированную задачу пространственной подсказки М. Познера, мы исследовали особенности сдвига внимания в сцене, где в качестве дистракторов использовались изображения лиц разной расовой принадлежности. Участников просили фиксировать взгляд на черной точке в центре экрана до тех пор, пока она не изменит цвет, и затем как можно быстрее совершить саккаду вправо или влево в зависимости от цвета фиксационной точки. Одновременно с фиксационной точкой в центре экрана предъявлялось мужское лицо-дистрактор. В момент изменения цвета фиксационной точки направление взора лица-дистрактора менялось с направленного прямо перед собой на направленный влево или вправо. Оно могло совпадать с направлением саккады, задаваемым цветом точки, или быть ему противоположным. Использовались лица-дистракторы трех расовых категорий: европейской (лица собственной расы), азиатской и африканской (лица другой расы). В эксперименте приняли участие 25 добровольцев европеоидной расы. Результаты показали, что расовая принадлежность лица-дистрактора может оказывать влияние на выраженность эффекта взгляда-подсказки, что проявляется в изменении латенции и скорости выполняемых саккад.

**Ключевые слова:** социальное внимание, восприятие лица, эффект собственной расы, эффект взгляда-подсказки, движения глаз, задержка саккады.

The gaze direction of another person is an important social cue, allowing us to orient quickly in social interactions. The effect of short-term redirection of visual attention to the same object that other people are looking at is known as the gaze cueing effect. There is evidence that the strength of this effect depends on many social factors, such as the trust in a partner, her/his gender, social attitudes, etc. In our study we investigated the influence of race of face stimuli on the strength of the gaze cueing effect. Using the modified Posner Cueing Task an attentional shift was assessed in a scene where avatar faces of different race were used as distractors. Participants were instructed to fix the black dot in the centre of the screen until it changes colour, and then as soon as possible to make a rightward or leftward saccade, depending on colour of a fixed point. A male distractor face was shown in the centre of the screen simultaneously with a fixed point. The gaze direction of the distractor face changed from straight ahead to rightward or leftward at the moment when colour of a fixed point changed. It could be either congruent or incongruent with the saccade direction. We used face distractors of three race categories: Caucasian (own race faces), Asian and African (other race faces). Twenty five Caucasian participants took part in our study. The results showed that the race of face distractors influence the strength of the gaze cueing effect, that manifested in the change of latency and velocity of the ongoing saccades.

**Keywords:** social attention; face perception; own-race effect; gaze-cueing effect; eye movements; saccadic latency.

В последнее время для изучения социальной перцепции, в том числе расовых/этнических предпочтений человека все чаще стали использоваться современные цифровые технологии. Для исследования поведенческих реакций при коммуникации с представителями другой этнической группы активно используются технологии вирту-

невозможно или затруднительно решать при помощи классических методов социально-психологического исследования (наблюдение, опросы и т.д.). В данной работе предполагалось при помощи технологии айтрекинга изучить влияние расы лица, являвшегося стимулом-дистрактором, на переключение пространственного внимания респондента. Известно, что

ственного внимания в сторону, в которую направлен взгляд другого человека, был назван эффектом взгляда-подсказки (gaze-cueing effect) (Friesen, Kingstone, 1998; Kuhn, Kingstone, 2009).

Традиционно сдвиги внимания исследуются в парадигме пространственной подсказки М. Познера (Posner, 1980). В таких экспериментах испытуемый фиксирует взор на точке в центре экрана до тех пор, пока слева или справа не появится целевой стимул. Задача наблюдателя может быть разной: обнаружение целевого стимула (предъявлялся или нет), его локализация (предъявлялся слева или справа), идентификация (например, была ли целевым стимулом буква Т или L), перевод взгляда на него. Согласно условиям эксперимента, любую из этих задач испытуемый должен выполнять как можно быстрее. В определенный момент времени перед появлением цели на экране вспыхивает стимул-подсказка, указывающий возможное положение целевого стимула. В части проб стимул-подсказка правильно указывает будущее положение цели (релевантная проба), в части – не правильно (нерелевантная проба). Традиционно используются два типа стимулов-подсказок: экзогенные или периферические (рамка, вспыхивающая в области экрана, где потенциально может появиться цель) и эндогенные или центральные (направление предполагаемой цели задается стрелкой, расположенной по центру экрана на месте фиксации точки). Результаты, полученные разными исследователями, показали, что релевантная экзогенная подсказка всегда приводила к снижению времени реакции на стимул-цель, а нерелевантная – к его возрастанию по сравнению с нейтральными условиями. Что касается эндогенной подсказки, то здесь эффект оказывался хорошо выраженным лишь в случае значимо более высокого числа релевантных проб, по сравнению с нерелевантными пробами. Если же частота «правильных» и «неверных» подсказок совпадали, время реакции на релевантные эндогенные подсказки не снижалось.

Однако оказалось, что в случае релевантной подсказки, вне зависимости от ее частотности, время реакции испытуемого снижалось, если в качестве эндогенного стимула-подсказки использовалось схема-

В данной работе предполагалось при помощи технологии айтрекинга изучить влияние расы лица, являвшегося стимулом-дистрактором, на переключение пространственного внимания респондента. Известно, что внимание человека часто направляется социальными стимулами, такими, как взгляд другого человека

альной реальности (Blascovich et al., 2002; Zinchenko et al., 2015; Menshikova et al., 2016) и технологии регистрации движения глаз (Blais et al., 2008; Wu et al., 2012; Kovalev et al., 2016). Их применение позволило найти новые способы решения научных и прикладных задач, которые было

внимание человека часто направляется социальными стимулами, такими, как взгляд другого человека. Люди склонны переводить взгляд на объекты или в сторону объектов, рассматриваемых другими людьми. Этот эффект, связанный с быстрым перенаправлением простран-



**Галина Яковлевна Меньшикова** –

доктор психологических наук, зав. лабораторией «Восприятие» факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: gmenshikova@gmail.com



**Елизавета Геннадиевна Луныкова** –

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории «Восприятие» факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: eglun@mail.ru



**Артем Иванович Ковалев** –

младший научный сотрудник лаборатории «Восприятие» факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: artem.kovalev.msu@mail.ru

*Для цитирования:* Меньшикова Г.Я., Ковалев А.И., Луныкова Е.Г. Влияние расовой принадлежности лица на выраженность эффекта взгляда-подсказки: метод айтрекинга // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 46–58. doi: 10.11621/npj.2017.0206

*For citation:* Menshikova G.Ya., Kovalev A.I., Lunyukova E.G. (2017) Studying the influence of race on the gaze cueing effect using eye tracking method. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskyy zhurnal], 2, 46–58. doi: 10.11621/npj.2017.0206

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

тическое или фотографическое изображение человеческого лица с направленным влево или вправо взглядом (Driver et al., 1999; Kingstone et al., 2003). Исследования эффекта взгляда-подсказки (ЭВ-П) показали, что он имеет разную выраженность в зависимости от индивидуальных особенностей участника исследования и от ряда характеристик предъявляемого лица.

Было показано, что вышеописанный эффект выражен сильнее у женщин, чем у мужчин (Bayliss et al., 2005), а также, что он формируется в сравнительно раннем возрасте – младенцы в 10–12 месяцев уже способны следовать взглядом за взглядом другого человека, проявляя так называемое совместное внимание (joint attention) (Corcum, Moore, 1995). Люди с более высокими коэффициентами аутизма меньше реагируют на направление взгляда другого человека (Baron-Cohen et al., 2001), тогда как люди с высокими показателями тревожности более склонны направлять свой взгляд в сторону взгляда другого человека (Holmes et al., 2006). Значимыми оказались также различия в выраженности ЭВ-П в зависимости от социального статуса участника – руководитель/подчиненный (Macdonald, Tatler, 2013) и от его политических пристрастий – приверженности идеям консерваторов или либералов (Dodd et al., 2011).

В большинстве работ по изучению ЭВ-П внимание исследователей было сосредоточено на особенностях стимульного материала и его влиянии на эффективность перенаправления внимания человека. Так, в работе с использованием схематических лиц было показано, что значимую роль в выраженности эффекта играют именно глаза, а не форма и тип самого лица (Quadflieg et al., 2004). Важная роль глаз подтвердилась и в ряде других экспериментов, где было выявлено сокращение времени реакции на релевантную подсказку не только в случае, если подсказкой является изображение человеческого лица, но и при предъявлении изображения морды животного или даже неодушевленного предмета с подрисованными глазами (например, яблока или

перчатки). При этом замена изображений зрачков на стрелки приводила к существенному снижению выраженности эффекта. Полученные результаты свидетельствуют о том, что вид «лица-подсказки» мало значим, что частично объясняется использованием в экспериментах слишком простых схематизированных контурных изображений лица.

Испытуемые демонстрируют большее различие во времени реакции в релевантных и нерелевантных пробах, если подсказка задается взглядом персонажа, производящего впечатление надежного человека, и не демонстрируют значимых различий, если персонаж не вызывает доверия

Дальнейшие исследования, в которых использовались либо фотографии, либо антропоморфные изображения лиц, выявили влияние некоторых особенностей лица, в частности, социально-психологических характеристик модели на выраженность получаемого эффекта. Б. Джонс с коллегами (Jones et al., 2010) предположили, что тип внешности человека (маскулинный–фемининный) может влиять на выраженность ЭВ-П. Они создали лица-подсказки, модифицировав с помощью компьютерной программы две прототипические (полученные усреднением по 24 моделям) фотографии мужчины и женщины. Черты лица фотографий-прототипов (пропорции и относительное расположение, длина подбородка, высота лба т.п., за исключением цвета и текстуры кожи) искусственно варьировались, чтобы на основе каждого фото получить два дихотомических стимула – с более маскулинными и более фемининными чертами лица. Сравнение выраженности ЭВ-П показало, что доминантное маскулинное лицо оказывается более эффективным, чем женственное, и в варианте мужского, и в варианте женского прототипа. Авторы также обнаружили, что наблюдаемый эффект зависит от длительности предъявления подсказки – различие во времени реакции в релевантных и нерелевантных пробах проявляется только при коротком (200 мс) времени предъявления. Это, с их точки зрения, свидетельствует о реф-

лкторном характере сдвига внимания в ответ на изменение направления взгляда другого человека.

Одно из недавних исследований показало, что на выраженность ЭВ-П может влиять даже такая субъективная характеристика, как надежность (trustworthiness), приписываемая испытуемыми предъявляемому персонажу (Süßenbach, Schön-

brodt, 2014). Испытуемые демонстрируют большее различие во времени реакции в релевантных и нерелевантных пробах, если подсказка задается взглядом персонажа, производящего впечатление надежного человека, и не демонстрируют значимых различий, если персонаж не вызывает доверия. Правда, следует отметить, что такой результат получился только на выборке испытуемых-женщин с низким уровнем тревожности. При средних и высоких показателях тревожности ЭВ-П выражен одинаково хорошо для всех использованных стимулов.

Другим параметром, оказывающим влияние на ЭВ-П, оказалось эмоциональное выражение предъявляемого лица. Выраженная эмоция страха на лице влияет на скорость реакции больше, чем другие эмоции или нейтральное выражение (Tipples, 2006). Для более четкого разграничения ЭВ-П и роли конкретного эмоционального выражения М. Беккер (Becker, 2010) модифицировал экспериментальную парадигму, предъявляя одновременно два стимула-подсказки – одно лицо сверху, другое снизу от точки фиксации. В лицах-подсказках варьировали два основных параметра: эмоциональное выражение (нейтральное, радостное или испуганное) и направление взгляда (влево или вправо). В эксперименте использовались все возможные комбинации указанных параметров. Результаты исследования подтвердили наличие феномена ЭВ-П, а также выявили некоторые его особенности. Если лица выражали одинаковую эмоцию и при этом оба указывали в релевантном направлении, время реакции испытуемого значимо снижалось, если оба указывали в нерелевантном направлении или взгляды верхнего и нижнего лиц были направлены в разные стороны – повышалось

Если лица выражали одинаковую эмоцию и при этом оба указывали в релевантном направлении, время реакции испытуемого значимо снижалось, если оба указывали в нерелевантном направлении или взгляды верхнего и нижнего лиц были направлены в разные стороны – повышалось

пытуемого значимо снижалось, если оба указывали в нерелевантном направлении или взгляды верхнего и нижнего лиц были направлены в разные стороны – повышалось. Кроме того, было показано, что в ситуации, когда одно из лиц было нейтральным, а другое эмоциональным, выраженность ЭВ-П различалась в зависимости от конкретной экспрессии лица: испуганное лицо-подсказка приводило к более выраженному эффекту по сравнению с нейтральным лицом, а радостное – напротив, оказалось менее эффективным в паре с нейтральным. В то же время, использование в качестве дистракторов двух противоположенных экспрессий: страха и радости не изменяло выраженности ЭВ-П – если испытуемому предъявлялись в качестве подсказок два эмоциональных лица с указанными экспрессиями и их взгляды были направлены в разные стороны, испытуемый не отдавал предпочтения ни одному из них. Исследования М. Беккера (Becker, 2010) также выявили временные особенности формирования ЭВ-П. Было показано, что он имеет тенденцию угасать по мере увеличения числа проб. 250–300 проб являются пределом, после которого данный эффект практически не проявляется.

Знакомость/незнакомость модели и ее внешнее сходство с самим испытуемым также являются факторами, влияющими на ЭВ-П – знакомые лица вызывали больший эффект, чем незнакомые. Однако это различие оказалось значимым только для женской половины выборки испытуемых (Deaner et al., 2007). К. Хангр и А. Хант использовали в исследовании лица-морфинги, полученные при помощи трансформации фотографий самих испытуемых и незнакомых им людей (Hungt, Hunt, 2012). Авторы обнаружили значимое снижение времени реакции и максимальное различие между временем реакции в релевантных и нерелевантных пробах при предъявлении в качестве подсказки лиц самих испытуемых (0% морфинг) и похожих на них лиц (30% морфинг).

К сожалению, в работах, посвященных феномену ЭВ-П, очень мало внимания было уделено влиянию расовой принадлежности лица. Известно, что информация о расовой принадлежности лица обрабатывается чрезвычайно быст-

ро. Было показано, что лица своей расы обнаруживаются, запоминаются и распознаются быстрее, а также легче привлекают внимание наблюдателя. Данный эффект получил название эффекта собственной расы (own-race bias или own-race advantage). Было показано, что при опознании лиц своей расы/этноса вероятность правильных ответов значимо повышается, а вероятность ложных тревог и время реакции значимо снижаются (Malpass, Kravitz, 1969). Данный феномен был неоднократно подтвержден вне зависимости от расовой принадлежности самих участников и предъявляемых изображений лиц, методов и особенностей процедуры исследования (Meissner, Brigham, 2001; Барабанщиков, Ананьева, 2009; Харитонов, Ананьева, 2012).

Может ли эффект собственной расы проявиться и в сдвиге внимания респондента в направлении взгляда другого человека? Одна из работ дала положительный ответ на этот вопрос (Dalmaso et al., 2015). В ней использовалась следующая исследовательская парадигма, несколько измененная относительно описанных выше экспериментальных парадигм: предъявляемое лицо с направленным влево или вправо взглядом использовалось не как стимул-подсказка, а, напротив, как дистрактор. В качестве же стимула-подсказки использовался вертикально-ориентированный или наклонно-ориентированный крест. Направление взгляда лица-дистрактора могло совпадать с направлением, указываемым основной подсказкой (релевантная проба), или быть противоположным ему (нерелевантная проба). Авторы проверяли гипотезу о влиянии расы лица-дистрактора (негроидной или европеоидной) на выраженность ЭВ-П. Оказалось, что при маленьких временных интервалах между предъявлением подсказки и дистрактора эффект выражен сильнее. При этом испытуемые допускали большее число ошибок в нерелевантных пробах и меньшее – в релевантных пробах, когда дистрактором являлось изображение лица собственной расы. Также было обнаружено, что время реакции в этом случае было значимо ниже, чем в пробах, где в качестве дистрактора использовались изображения лиц негроидной расы.

Мы решили провести более детальное исследование феномена ЭВ-П при использовании лиц-дистракторов разных расовых групп. В отличие от исследования Dalmaso с коллегами, где в качестве дистракторов использовались изображения лиц только двух расовых групп (Dalmaso et al., 2015), мы применили изображения лиц трех основных расовых групп (европеоиды, негроиды, монголоиды). Мы также использовали технологию айтрекинга, которая позволила в качестве индикаторов использовать не только число ошибок, совершаемых под влиянием ЭВ-П, но и глазодвигательные показатели в процессе слежения за взором партнера. Кроме того, мы модифицировали экспериментальную парадигму с учетом предыдущих исследований, которые показали, что ЭВ-П более выражен при очень коротких временах предъявлений (до 300 мс) (Driver et al., 1999) и в случае минимальной задержки между предъявлением подсказки и тестового стимула (Dalmaso et al., 2015). Суть модификации состояла в том, что в нашем исследовании стимул-подсказка и стимул-дистрактор предъявлялись одновременно без временной задержки.

Гипотеза исследования заключалась в том, что перевод взора лица-дистрактора, принадлежащего к собственной расовой группе, будет оказывать более сильное влияние на успешность выполнения задачи. Это может проявиться в более значимых различиях показателей релевантных и нерелевантных проб, в которых в качестве дистракторов будут предъявляться лица своей, а не другой расы. В качестве индикаторов влияния расы лица-дистрактора на выраженность ЭВ-П мы предполагали проанализировать число ошибок перевода взора, а также время латенции и скорость саккад.

## Методика

### Участники

В исследовании участвовали 25 добровольцев (4 мужчины, 21 женщина, ср. возраст 21 год) европеоидной (24 человека) и смешанной европеоидной и монголоидной (1 человек) расы с нормальным или скорректированным до нормального зрением.

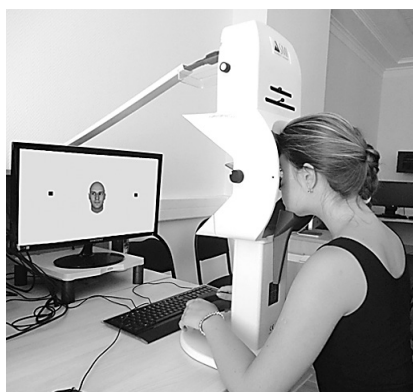


Рис. 1. Установка для регистрации движений глаз SMI iViewXTM Hi-Speed 1250

Fig. 1. Equipment for registering eye movements SMI iViewXTM Hi-Speed 1250

### Аппаратура

Стимуляция предъявлялась на LCD-мониторе с диагональю 23 дюйма и разрешением 1920x1080 пикселей, находившемся на расстоянии 75 см от головы наблюдателя. Регистрация движений глаз осуществлялась в бинокулярном режиме при помощи аппаратуры SMI iViewXTM Hi-Speed 1250 с частотой 500 Гц и разрешением <math><0.01^\circ</math> (рис. 1).

### Стимулы

В центре серого (200:200:200 в координатах RGB) экрана располагалась черная фиксационная точка в виде овала размером 0,3x0,4 угловых градуса. Целевыми стимулами были черные квадраты со стороной 0,65 угловых градуса, расположенные на расстоянии 10 угловых градусов слева и справа по горизонтали от фиксационной точки.

Подсказка задавалась изменением цвета фиксационной точки с черного на зеленый (0:133:62 в координатах RGB) в случае перевода взора влево или на красный (196:38:29 в координатах RGB) в случае перевода взора вправо. Красный и зеленый цвета были примерно равными по яркости.

Дистракторами служили мужские лица представителей трех основных расовых групп (европеоиды, негроиды, монголоиды), представленные на рис. 2. Для каждого типа расовой внешности были

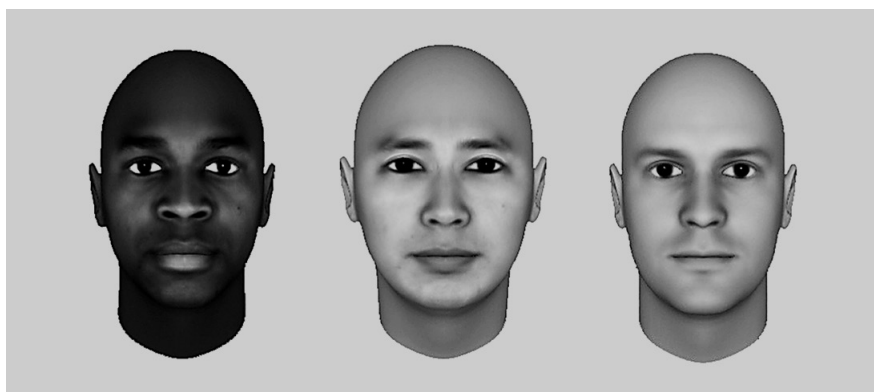


Рис. 2. Примеры лиц-дистракторов: негроид, монголоид, европеоид (европеец)

Fig. 2. Samples of distractor faces: African, Asian, Caucasian (European)

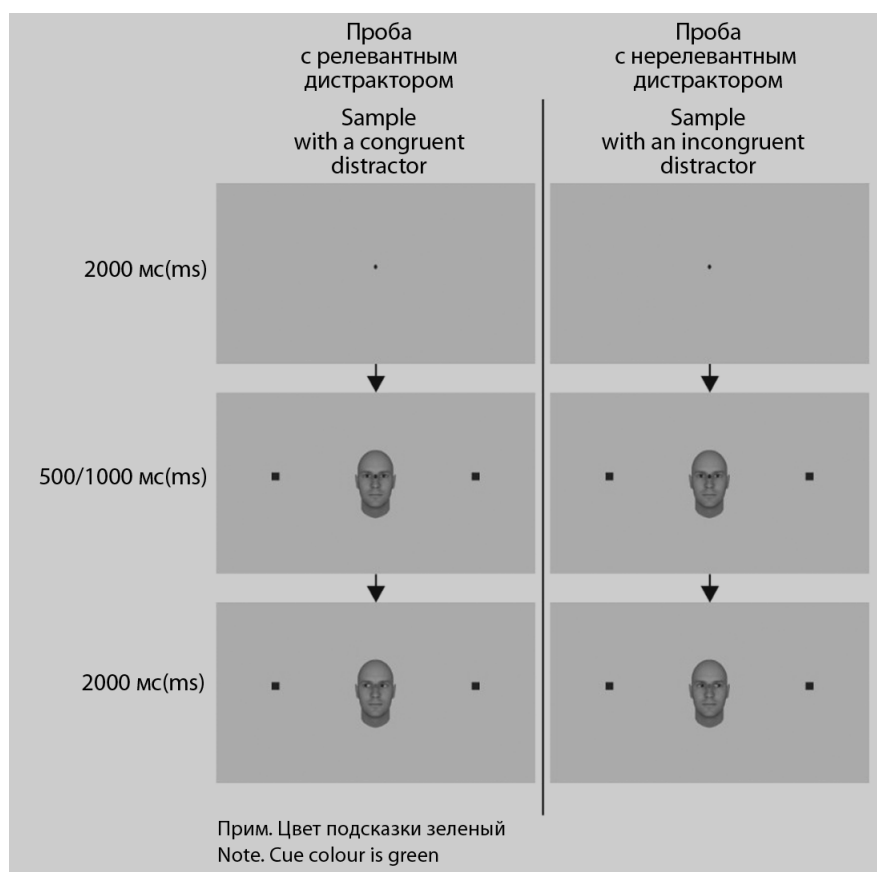


Рис. 3. Схемы стандартных проб с релевантным и нерелевантным дистрактором<sup>1</sup>

Fig. 3. Patterns of standard samples with relevant and irrelevant distractors<sup>1</sup>

смоделированы по четырем конкретным изображениям мужского лица, которые были сгенерированы при помощи программы FaceGen Modeller Version 3.5.3. Все лица предъявлялись в анфас, не имели прически и растительности на лице и

имели нейтральное эмоциональное выражение. Размер лица (не включая ушные раковины) варьировал в пределах 3,5–4 угловых градусов по горизонтали и 6,6–6,8 угловых градусов по вертикали. Лица предъявлялись в центре экрана так,

<sup>1</sup> Левый столбик: фиксационная точка меняет цвет на зеленый, испытуемый, согласно инструкции, должен перевести взгляд влево, при этом взгляд-подсказка лица-дистрактора также указывает в левую сторону. Правый столбик: фиксационная точка меняет цвет на зеленый, но взгляд-подсказка лица-дистрактора указывает другое направление – вправо.

Left bar: the fixation point changes colour to green; according to the instruction the participant must change to leftward, the gaze cue in the distractor face is also leftward. Right bar: the fixation point changes colour to green, but the gaze cue in the distractor face is also rightward.

что фиксационная точка накладывалась на область переносицы лица.

### Процедура

Испытуемый располагался перед монитором, положение его головы фиксировалось при помощи специальной стойки айтрекера. Испытуемому давалась следующая инструкция: «Смотрите на черную фиксационную точку в центре экрана до тех пор, пока она не поменяет цвет. Если цвет фиксационной точки изменится на ЗЕЛЕНЫЙ, как можно быстрее и точнее переведите взгляд на черный квадратик СЛЕВА. Если цвет фиксационной точки изменится на КРАСНЫЙ, как можно быстрее и точнее переведите взгляд на черный квадратик СПРАВА. Не обращайте внимания на другие стимулы».

Первые шесть проб были тренировочными и проводились для того, чтобы убедиться в правильности понимания инструкции испытуемым. В ходе тренировочной серии лица-дистракторы не предъявлялись. Схема стандартной экспериментальной пробы представлена на рис. 3. Испытуемый фиксировал взгляд на фиксационной точке. Через 2000 мс на экране появлялось лицо с направленным прямо на испытуемого взглядом и два целевых квадрата – слева и справа. После этого через 500 мс или 1000 мс (50х50% проб) фиксационная точка меняла цвет на зеленый или красный, что служило стимулом-подсказкой, куда испытуемому следует перевести взгляд. Одновременно с этим взгляд персонажа на экране также менял направление – смотрел влево (в 50% проб) или вправо. В половине случаев направление, указываемое стимулом-подсказкой, и направление взгляда персонажа совпадали (релевантные пробы). В половине случаев – были противоположными (нерелевантные пробы). Изображение вновь сменялось пустым экраном с фиксационной точкой через 2000 мс. В течение этого времени испытуемый совершал саккаду на один из целевых квадратов.

В эксперименте использовались изображения 12 лиц. В экспериментальной серии каждое лицо предъявлялось в четырех условиях:

- 1) взгляд влево, релевантный подсказке;
- 2) взгляд влево, нерелевантный подсказке;

**Табл. 1.** Средние значения ошибок (M) и стандартные отклонения (SD) переменной «Число ошибочных переводов взгляда» (в %)

Расовая принадлежность лица-дистрактора	Релевантные		Нерелевантные	
	M	SD	M	SD
Негроид	3,6	3,1	14,3	12,7
Монголоид	2,1	1,9	14,7	9,4
Европеоид	1,9	1,3	16,5	11,2

**Table 1.** Mean value of errors (M) and standard deviations (SD) of the variable "Number of erroneous glances" (per cent)

Race of distractor face	Congruent		Incongruent	
	M	SD	M	SD
African	3.6	3.1	14.3	12.7
Asian	2.1	1.9	14.7	9.4
Caucasian	1.9	1.3	16.5	11.2

- 3) взгляд вправо, релевантный подсказке;
- 4) взгляд вправо, нерелевантный подсказке.

Предъявления осуществлялись в случайном порядке. Эксперимент состоял из двух идентичных экспериментальных серий, разделенных 3-минутным перерывом для отдыха. В начале каждой серии осуществлялась 13-точечная калибровка. Общее число экспериментальных проб для одного испытуемого 96. Примерное время проведения эксперимента 12–15 мин.

Данные всех испытуемых были проанализированы на предмет наличия морганий. Все пробы, в которых испытуемые моргали менее чем за 250 мс до предъявления стимула-подсказки или не соблюдали позицию фиксации, исключались из анализа. Таким образом, остались данные 25 испытуемых общим числом 2157 проб. Из них релевантных проб – 1089, нерелевантных – 1069 (в том числе 910 проб, в которых испытуемые не допускали ошибок при переводе взора и 159 – с ошибочным переводом взора).

### Результаты

В качестве независимых переменных выступили два фактора – расовая принадлежность лица-дистрактора (фактор расы) и релевантность направления взгляда лица-дистрактора подсказке (фактор релевантности).

Анализировались три зависимые переменные:

- относительное число ошибочных переводов взгляда;

- латенция саккады – время, прошедшее с момента предъявления стимула-подсказки и стимула-дистрактора до начала саккады;
- скорость саккады при переводе взора.

### Число ошибочных переводов взгляда

Для каждого участника определялось общее число релевантных и нерелевантных проб и процент проб с ошибочным переводом взгляда при каждом условии для каждого расового типа лица-дистрактора. Усредненные по всей выборке значения относительного числа ошибок (в %) и стандартные отклонения для каждой расовой группы лиц-дистракторов и при каждом условии представлены в таблице 1.

Данные таблицы 1 представлены графически на рис. 4. По оси абсцисс расположены группы стимулов, содержащие лица-дистракторы различной расовой принадлежности, по оси ординат – ошибки в процентах от числа проб данной категории. Столбики с горизонтальной штриховкой соответствуют пробам с релевантным подсказке направлением взгляда лица-дистрактора, столбики с диагональной штриховкой – с нерелевантным направлением. Диаграмма показывает незначительное число ошибок (от 2 до 4%) в релевантных пробах и значительно большее их число (13–15%) в нерелевантных пробах. Анализ относительного числа ошибок с помощью критерия знаковых рангов Вилкоксона в направлении перевода взгляда выявил значимые различия между релевантными и нерелевантными пробами в случае лиц-дистракторов негроидного ( $Z=2,882$ ,  $p=0,004$ ),

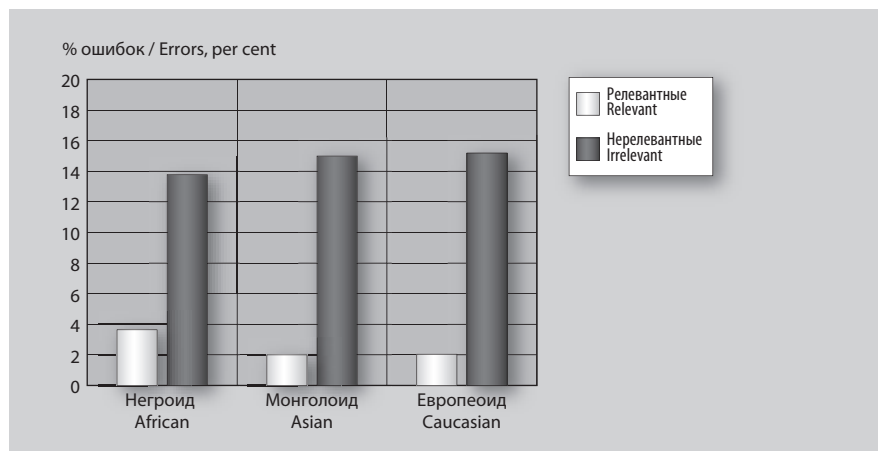


Рис. 4. Процент ошибок в направлении перевода взгляда<sup>2</sup>

Fig. 4. Percentage of errors of the glance direction<sup>2</sup>

Табл. 2. Статистические показатели сравнения среднего количества ошибок между пробами с лицами-дистракторами различной расовой принадлежности

	Релевантные	Нерелевантные
Негроид-монголоид	Z=1,028 p=0,304	Z=0,665 p=0,506
Негроид-европеоид	Z=1,504 p=0,132	Z=0,934 p=0,350
Монголоид-европеоид	Z=0,090 p=0,928	Z=0,302 p=0,763

Table 2. Statistical indicators of the average number of errors in samples with distractor faces of different races

	Congruent	Incongruent
African -Asian	Z=1.028 p=0.304	Z=0.665 p=0.506
African -Caucasian	Z=1.504 p=0.132	Z=0.934 p=0.350
Asian-Caucasian	Z=0.090 p=0.928	Z=0.302 p=0.763

Табл. 3. Средние значения (M) и стандартные отклонения (SD) переменной «Латенция саккады»

Расовая принадлежность лица-дистрактора	Релевантные		Нерелевантные с ошибками		Нерелевантные без ошибок	
	M	SD	M	SD	M	SD
Негроид	345,5	68,8	340,9	87,4	360,4	86,0
Монголоид	348,7	59,9	339,0	54,0	356,5	66,1
Европеоид	341,9	58,6	343,8	76,8	359,6	67,6

Table 3. Mean values (M) and standard deviations (SD) of the variable "Saccadic Latency"

Race of distractor face	Congruent		Incongruent with errors		Incongruent without errors	
	M	SD	M	SD	M	SD
African	345.5	68.8	340.9	87.4	360.4	86.0
Asian	348.7	59.9	339.0	54.0	356.5	66.1
Caucasian	341.9	58.6	343.8	76.8	359.6	67.6

<sup>2</sup> Левые столбики соответствуют пробам с релевантным подсказке направлением взгляда лица-дистрактора, правые – с нерелевантным направлением.

Left bars correspond to probes with the congruent gaze cue of the distractor face, right correspond to probes with the incongruent gaze cue of the distractor face.

монголоидного ( $Z=3,934$ ,  $p<0,001$ ) и европеоидного ( $Z=3,825$ ,  $p<0,001$ ) типов.

Были рассчитаны статистические показатели сравнения среднего количества ошибок между пробами с лицами-дистракторами различной расовой принадлежности (см. табл. 2). Из таблицы видно, что все различия между пробами с лицами-дистракторами различной расовой принадлежности не значимы.

### Латенция саккады

При оценке глазодвигательных показателей анализировались данные трех типов:

- 1) релевантные пробы с правильно выполненной задачей;
- 2) нерелевантные пробы с ошибкой;
- 3) нерелевантные пробы с правильно выполненной задачей.

Правильным выполнением задачи считалось осуществление саккады в направлении, заданном подсказкой. Анализ данных с ошибочным выполнением задачи в релевантных пробах не проводился в связи с их малым количеством (около 1% данных).

Показатели времени задержки саккады для каждого типа анализируемых проб и для каждой расы лица-дистрактора были проверены на соответствие нормальному распределению при помощи критерия Колмогорова-Смирнова. Было показано, что данные во всех подвыборках распределены нормально.

Усредненные по всей выборке значения латенции саккады и стандартные отклонения для каждой расовой группы лиц-дистракторов и для каждого условия представлены в таблице 3.

Данные таблицы 3 отображены графически на рис. 5. Двухфакторный дисперсионный анализ переменной «Латенция саккады» обнаружил значимое влияние фактора «тип пробы» ( $F=4,504$ ,  $df=4$ ,  $p=0,009$ ), незначимое влияние фактора «раса лица-дистрактора» ( $F=2,030$ ,  $df=4$ ,  $p=0,127$ ), а также значимое на уровне тенденции взаимодействие этих факторов ( $F=2,453$ ,  $df=8$ ,  $p=0,057$ ). В целом значения задержки саккады ниже в релевантных пробах и выше – в нерелевантных.



вантных пробах, в которых испытуемые совершали саккаду в правильном (указываемом подсказкой, а не взглядом-дистрактором) направлении. Парный t-тест Стьюдента обнаружил значимое различие в показателях латенции саккады между релевантными пробами и нерелевантными пробами, в которых испытуемые правильно выполнили задачу при предъявлении лиц-дистракторов европеоидного типа ( $t=2,646$ ,  $df=24$ ,  $p=0,014$ ). Значимых различий для лиц-дистракторов других рас не выявлено.

### Скорость саккады

Показатели средней скорости саккады для каждого типа анализируемых проб и каждой расы лица-дистрактора были проверены на соответствие нормальному распределению при помощи критерия Колмогорова-Смирнова. Данные во всех подвыборках распределены нормально.

Усредненные по всей выборке значения скорости саккады и стандартные отклонения для каждой расовой группы лиц-дистракторов и для каждого условия представлены в таблице 4.

Значения скорости саккад и их стандартных отклонений графически представлены на рисунке 6. Двухфакторный дисперсионный анализ данных по скорости саккад позволил обнаружить значимое влияние фактора «раса лица-дистрактора» ( $F = 4,967$ ,  $df = 4$ ,  $p = 0,011$ ) и фактора релевантности пробы ( $F = 7,546$ ,  $df = , p = 0,001$ ) на значения зависимой переменной «скорость саккады».

Детальное сравнение значений скоростей саккад в различных пробах показало, что по этому показателю значимо различаются данные, полученные в нерелевантных пробах с ошибками при предъявлении лиц-дистракторов европеоидного и негроидного типов ( $t = -2,610$ ,  $df = 24$ ,  $p = 0,015$ ). Средняя скорость саккады в ошибочном направлении значимо ниже в ситуации предъ-

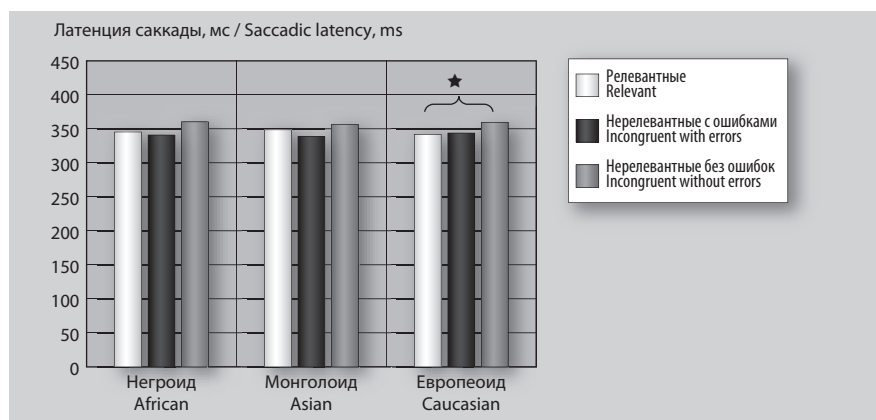


Рис. 5. Средние значения латенции саккады<sup>3</sup>

Fig. 5. Average latency of the saccade<sup>3</sup>

Табл. 4. Средние значения (M) и стандартные отклонения (SD) переменной «Скорость саккады»

Расовая принадлежность лица-дистрактора	Релевантные		Нерелевантные с ошибками		Нерелевантные без ошибок	
	M	SD	M	SD	M	SD
Негроид	176,4	18,1	153,8	33,5	171,2	18,6
Монголоид	178,6	17,1	166,0	32,9	172,2	19,1
Европеоид	179,9	21,3	175	24,8	177,6	23,6

Table 4. Mean values (M) and standard deviations (SD) of the variable "Saccade speed"

Race of distractor face	Congruent		Incongruent with errors		Incongruent without errors	
	M	SD	M	SD	M	SD
African	176.4	18.1	153.8	33.5	171.2	18.6
Asian	178.6	17.1	166.0	32.9	172.2	19.1
Caucasian	179.9	21.3	175	24.8	177.6	23.6

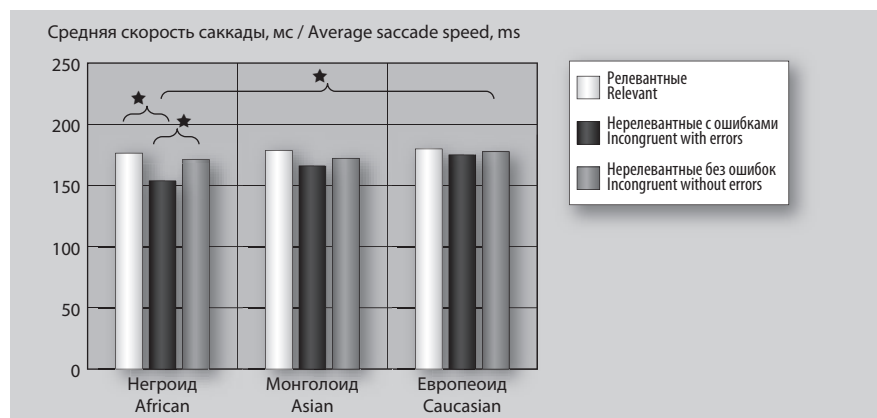


Рис. 6. Средние значения скорости саккад<sup>4</sup>

Fig. 6. Average speed of saccades<sup>4</sup>

<sup>3</sup> По оси абсцисс – группы стимулов, содержащие лица-дистракторы различной расовой принадлежности. По оси ординат – значения латенции саккады в мс.

On the abscissa axis there are groups of stimuli containing distractor faces of different races. The ordinate axis represents the latency of the saccade, ms. Bars with horizontal shading represent congruent samples.

<sup>4</sup> По оси абсцисс – группы стимулов, содержащие лица-дистракторы различной расовой принадлежности. По оси ординат – значения переменной в угловых градусах в секунду.

On the abscissa axis there are groups of stimuli containing distractor faces of different races. The ordinate axis represents the values of the variable in angular degrees per second.

явления лица-дистрактора негроидного типа, по сравнению с предъявлением лица-дистрактора европеоидного типа. Также получены значимые различия в пробах с лицами-дистракторами негроидного типа между релевантными пробами и нерелевантными пробами с ошибкой ( $t = 3,389$ ,  $df = 24$ ,  $p = 0,002$ ), а также между нерелевантными пробами с правильными и ошибочными саккадами ( $t = -2,662$ ,  $df = 24$ ,  $p = 0,014$ ). На уровне тенденции аналогичный результат различения по скорости саккад был получен и для лиц-дистракторов монголоидной расы ( $t = 1,754$ ,  $df = 24$ ,  $p = 0,092$ ).

Таким образом, скорость саккады незначительно варьирует в пределах 170-180 угловых град./с в пробах, где саккада выполнялась в правильном направлении и ее величина не зависела от типа стимула-дистрактора (табл. 2). В то же время

предъявления лица-дистрактора своей расы должны быть выше, по сравнению с аналогичными показателями в ситуациях предъявления лица-дистрактора чужой расы. Применительно к нашей экспериментальной парадигме должны измениться показатели числа ошибок, а также глазодвигательной активности (латенции и скорости саккад) в условиях предъявления лиц-дистракторов своей расы по отношению к аналогичным показателям в пробах с предъявлением лиц-дистракторов другой расовой принадлежности.

Анализ числа ошибок показал, что процент ошибок при переводе взора в пробах с нерелевантным направлением взгляда лица-дистрактора значимо больше, чем в пробах с релевантным направлением взгляда, вне зависимости от расовой принадлежности лиц-дистракторов. Полученный результат согласо-

ванными параметрами предъявления стимулов от нашей экспериментальной процедуры. Малая варибельность параметра ошибочных саккад связана, по видимому, с тем, что сама по себе задача произвольного перевода взора является достаточно простой для испытуемого, что позволяет эффективно осуществлять произвольный контроль движений глаз. Поэтому такой хорошо контролируемый показатель, как «процент ошибок» оказывается в этом случае нечувствительным к выявлению эффекта другой расы. Аналогичный вывод относительно процента ошибок был получен и в других исследованиях (Ricciardelli et al., 2002).

Анализ глазодвигательных показателей, как более чувствительных поведенческих индикаторов, позволил обнаружить различия в особенностях перевода взгляда испытуемых при предъявлении лиц-дистракторов представителей различных рас. В частности, для стимулов европеоидного типа были выявлены значимо более высокие различия в показателях латенции саккад между релевантными пробами (условия, при которых перевод взора соответствовал подсказке) и нерелевантными пробами с безошибочным переводом взора (условия, при которых перевод взора не соответствовал подсказке). Также было выявлено отсутствие таких различий для лиц-дистракторов других расовых типов (рис. 5). Полученный нами результат может свидетельствовать об изменениях в процессах распределения внимания испытуемых при предъявлении лиц-дистракторов своей расы по отношению к лицам другой расы. Так, низкие показатели задержки саккады могут свидетельствовать о том, что глазодвигательная активность совершается в результате более быстрой произвольной социальной ориентировочной реакции, в то время как высокие показатели могут являться индикаторами произвольного, более медленного, высокоуровневого процесса перевода взора. Эти процессы перераспределения внимания действительно только для лиц-дистракторов собственной расы, поскольку чувствительность к лицам собственной расы существенно выше (Allison et al., 1994), а также потому, что они в большей степени провоцируют произвольную социальную

Полученный нами результат может свидетельствовать об изменениях в процессах распределения внимания испытуемых при предъявлении лиц-дистракторов своей расы по отношению к лицам другой расы

скорость ошибочных саккад демонстрирует тенденцию к снижению при предъявлении лиц-дистракторов чужой расы, что особенно было выражено, когда в качестве дистрактора использовались негроидные лица.

## Обсуждение результатов

В большом количестве исследований был выявлен эффект другой расы, показывающий трудности различения и идентификации лиц представителей другой расы или этнической группы (Brigham et al. 1985; Bothwell et al., 1989; Fu et al., 2012). Эти исследования подтверждают гипотезу о значимости для человека лиц своей расы в отличие от лиц другой расы (Meissner, Brigham, 2001). В нашем исследовании мы предположили, что выраженность ЭВ-П будет различаться при предъявлении в качестве дистракторов изображений лиц разных расовых групп. Эти различия проявятся в особенностях выполнения задачи перевода взора с лица своей расы и аналогичной задачи по отношению к лицам чужой расы. Соответственно, показатели качества и скорости выполнения задачи в ситуации

ется с выводами многочисленных исследований, изучающих ЭВ-П в задаче сдвига пространственного внимания на материале схематических и реалистических изображений лиц. В данных работах также обнаружено значимо большее число ошибок именно в нерелевантных пробах (Friesen, Kingstone, 1998, Driver et al., 1999, Kingstone et al., 2003). Однако наше предположение относительно большего числа ошибок при переводе взора в нерелевантных пробах с лицами-дистракторами своей расы по отношению к пробам с лицами другой расы не подтвердилось. Хотя число ошибок для лиц своей расы и было выше по отношению к лицам азиатской и негроидной расы (таблица 1, сравнение ошибок в нерелевантных пробах), однако эти различия оказались незначимыми. Мы сравнили полученные нами результаты с данными исследования М. Далмасо и коллег (Dalmaso et al., 2015), поскольку дизайны нашего и указанного экспериментов были близки. Сравнение показало, что в указанной работе эффект увеличения ошибочных переводов взора был мало выражен и проявился только в одной из четырех экспериментальных ситуаций, существенно отличавшейся вре-

реакцию на направление взгляда, чем лица-дистракторы других рас. В целом эти результаты соответствуют концепции о большей чувствительности зрительной системы к изменениям в лицах представителей собственной расы (Hirose, Peter, 2008, Humphreys et al., 2005).

Особый интерес для нас представляет анализ скорости саккад при выполнении задачи по переводу взгляда. Принято считать, что скорость саккады представляет собой мало варьируемый показатель, поскольку саккады рассматриваются как баллистический низкоуровневый процесс, скорость и амплитуда которого детерминированы конечной точкой приземления (Bahill et al., 1975). Однако результаты исследований последнего десятилетия позволяют предположить, что кинематика саккад не настолько стереотипична, как это представлялось ранее. Например, макаки производят саккаду в заранее запомненную ими позицию с большей скоростью в том случае, если точка приземления предварительно ассоциировалась с едой (Takikawa et al., 2002). Если саккада выполняется в сторону цели совместно с движением тела человека, ее скорость больше, а длительность короче, чем в ситуации, когда саккада выполняется неподвижным человеком (van Donkelaar et al., 2004; Snyder et al., 2002). Научение в точности выполнении саккады в сторону целевого объекта сказывается при повторном выполнении на следующий день в том, что они выполняются с меньшей скоростью и большей длительностью (Chen-Harris et al., 2008). Тем самым, скорость саккады может опосредоваться не только низкоуровневыми процессами программирования скачка на цель, но и высокоуровневыми процессами, включающими факторы задачи и научения.

В нашем исследовании были получены значимые различия в показателях скоростей саккад в нерелевантных

пробах, в которых испытуемые допускали ошибки (то есть, саккады следовали не в сторону, задаваемую подсказкой, а за взглядом-дистрактором). Скорость саккад была значимо выше, если стимулом-дистрактором было лицо европеоидного типа, чем в случае предъявления лица-дистрактора негроидного типа. Скорость саккад в аналогичных пробах с дистракторами монголоидного типа была также ниже, относительно проб с лицами-европеоидами, однако данное различие не достигало значимого уровня. Согласно дизайну нашего эксперимента, в ошибочной нерелевантной пробе человек осуществляет саккаду в ответ на значимый социальный стимул – перенаправление взгляда лица-дистрактора. Поскольку лицо как таковое является значимым вне зависимости от его расовой принадлежности, мы не обнаружили различий в латенции саккад между пробами с разными расами дистракторов. Однако показатель скорости саккады оказался более чувствительным к переменной «раса лица» – более высокая скорость саккады в пробах с лицами европеоидного типа может свидетельствовать о большей значимости/надежности таких стимулов для испытуемых (Meissner, Brigham, 2001; Süßenbach, Schönbrodt, 2014).

## Выводы

Проведенное нами исследование позволяет сделать следующие выводы:

В ситуации, когда наблюдателю предъявляется подсказка, задающая направление перевода взгляда, и одновременно с ней появляется стимул-дистрактор в виде человеческого лица, переводящего взгляд либо в ту сторону, куда указывает подсказка, либо в противоположную, проявился эффект, схожий с эффектом взгляда-подсказки.

Число ошибок в задаче перевода взгляда в заданном направлении различается в релевантных и нерелевантных пробах. В пробах с одинаковой направленностью подсказки и зора лица-дистрактора число ошибок значимо ниже, чем в пробах с их противоположной направленностью. Расовая принадлежность лица-дистрактора не влияет на данный показатель.

Мы обнаружили значимые различия во времени задержки саккады между релевантными и нерелевантными безошибочными пробами в ситуации предъявления лица-дистрактора европеоидного типа. В пробах с лицами других рас значимых различий в латенции саккад не выявлено.

Обнаружено значимое влияние фактора расы лица-дистрактора и фактора релевантности пробы на скорость осуществляемых саккад. Скорость саккад в ошибочном направлении ниже в ситуации предъявления лица-дистрактора негроидного типа и выше в ситуации предъявления лица-дистрактора европеоидного типа.

Полученные нами результаты можно объяснить влиянием эффекта другой расы, проявляющегося не только в классических задачах опознания лиц разной расовой принадлежности, но и в простых задачах перевода зора в условиях наличия лиц-дистракторов разных рас.

Глазодвигательные показатели (латенцию и скорость саккад) можно использовать как достоверные индикаторы феномена эффекта другой расы в задачах распределения внимания.

*Исследование выполнено за счет гранта Российского Научного Фонда (Грант № 15-18-00109).*

*Работа выполнена с использованием оборудования, приобретенного за счет средств Программы развития Московского университета.*

## Литература:

- Барабанщиков В.А., Ананьева К.И. Восприятие фотоизображений лиц людей разной расовой принадлежности // Вестник РУДН. – 2009. – № 1. – С. 7–13.
- Харитонов А.Н., Ананьева К.И. Распознавание лица и эффект «другой расы» // Лицо человека как средство общения: междисциплинарный подход / отв. ред. В.А. Барабанщиков, А.А. Демидов, Д.А. Дивеев. – Москва: Когито-Центр, 2012. – С. 145–160.
- Allison, T., McCarthy, G., Nobre, A.C., Puce, A., & Belger, A. (1994) Human extrastriate visual cortex and the perception of faces, words, numbers, and colors. *Cerebral Cortex*, 5, 544–554. doi: 10.1093/cercor/4.5.544

*Для цитирования:* Меньшикова Г.Я., Ковалев А.И., Луныкова Е.Г. Влияние расовой принадлежности лица на выраженность эффекта взгляда-подсказки: метод айтрекинга // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 46–58. doi: 10.11621/npsj.2017.0206

*For citation:* Menshikova G.Ya., Kovalev A.I., Lunyukova E.G. (2017) Studying the influence of race on the gaze cueing effect using eye tracking method. *National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskij zhurnal]*, 2, 46–58. doi: 10.11621/npsj.2017.0206

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

- Bahill, A.T., Clark, M.R., & Stark, L. (1975) The main sequence: a tool for studying human eye movements. *Mathematical Biosciences*, 24, 191–204. doi: 10.1016/0025-5564(75)90075-9
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Skinner, R., Martin, J., & Clubleby, E. (2001) The Autism-Spectrum Quotient (AQ): Evidence from Asperger syndrome/high functioning autism, males and females, scientists and mathematicians. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 31(1), 5–17. doi: 10.1023/A:1005653411471
- Bayliss, A.P., Pellegrino, G., & Tipper, S.P. (2005) Sex differences in eye gaze and symbolic cueing of attention. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 58 (4), 631–650. doi: 10.1080/02724980443000124
- Becker, M.W. (2010) The effectiveness of a gaze cue depends on the facial expression of emotion: Evidence from simultaneous competing cues. *Attention, Perception & Psychophysics*, 72(7), 1814–1824. doi: 10.3758/APP.72.7.1814
- Blais, C., Jack, R.E., Scheepers, C., Fiset, D., & Caldara, R. (2008) Culture shapes how we look at faces. *PLoS One*, 3(8), e3022. doi: 10.1371/journal.pone.0003022
- Blascovich, J., Loomis, J., Beall, A. C., Swinsh, K., Hoyt, C., & Bailenson, J.N. (2002) Immersive virtual environment technology as a methodological tool for social psychology. *Psychological Inquiry*, 13(2), 103–124. doi: 10.1207/S15327965PLI1302\_01
- Bothwell, R.K., Brigham, J.C., & Malpass, R.S. (1989) Cross-racial identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 15, 19–25. doi: 10.1177/0146167289151002
- Brigham, J.C., & Malpass, R.S. (1985) The role of experience and context in the recognition of faces of own- and other-race persons. *Journal of social issues*, 4, 139–155. doi: 10.1111/j.1540-4560.1985.tb01133.x
- Chen-Harris, H., Joiner, W.M., Ethier, V., Zee, D.S., & Shadmehr, R. (2008) Adaptive Control of Saccades via Internal Feedback. *J Neurosci*, 28, 2804–2813. doi: 10.1523/JNEUROSCI.5300-07.2008
- Corkum, V., & Moore, C. (1995) Development of joint visual attention in infants. *Joint attention: Its origins and role in development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 61–83.
- Dalmaso, M., Galfano, G., & Castelli, L. (2015) The impact of Same- and Other-Race gaze distractors on the control of saccadic eye movements. *Perception*, 44(8-9), 1020–1028. doi: 10.1177/0301006615594936
- Deaner, R.O., Shepherd, S.V., & Platt, M.L. (2007) Familiarity accentuates gaze cueing in women but not men. *Biol. Lett.*, 3, 64–67. doi: 10.1098/rsbl.2006.0564
- Dodd, M.D., Hibbing, J.R., & Smith, K.B. (2011) The politics of attention: gaze-cuing effects are moderated by political temperament. *Atten. Percept. Psychophys*, 73(1), 24–29. doi: 10.3758/s13414-010-0001-x
- van Donkelaar, P., Siu, K.C., & Walterschied, J. (2004) Saccadic output is influenced by limb kinetics during eye-hand coordination. *J. Mot. Behav.*, 36, 245–252. doi: 10.3200/JMBR.36.3.245-252
- Driver, J., Davis, G., Ricciardelli, P., Kidd, P., Maxwell, E., & Baron-Cohen, S. (1999) Gaze perception triggers reflexive visuospatial orienting. *Visual Cognition*, 6, 509–540. doi: 10.1080/135062899394920
- Friesen, C.K., & Kingstone, A. (1998) The eyes have it! Reflexive orienting is triggered by nonpredictive gaze. *Psychonomic Bulletin & Review*, 5, 490–495. doi: 10.3758/BF03208827
- Fu, G., Hu, C.S., Wang, Q., Quinn, P.C., & Lee, K. (2012) Adults scan own- and other-race faces differently. *PLoS One*, 7(6), e37688. doi: 10.1371/journal.pone.0037688
- Hirose, Y., & Peter, J.B. Equally attending but still not seeing: An eye-tracking study of change detection in own and other race faces. Retrieved from: <http://www.psychologicalscience.com/2008/10/eyetracking-study.html>. doi: 10.1080/13506280601069578
- Holmes, A., Richards, A., & Green, S. (2006) Anxiety and sensitivity to eye gaze in emotional faces. *Brain and cognition*, 60, 282–294. doi: 10.1016/j.bandc.2005.05.002
- Humphreys, G., Hodsoll, J., & Campbell, C. (2005) Attending but not seeing: The “other race” effect in face and person perception studied through change blindness. *Visual Cognition*, 12(1), 249–262. doi: 10.1080/13506280444000148
- Hung, C.J., & Hunt, A.R. (2012) Physical Self-Similarity Enhances the Gaze Cueing Effect. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 65(7), 1250–1259. doi: 10.1080/17470218.2012.690769
- Jones, B.C., DeBruine, L.M., Main, J.C., Little, A.C., Welling, L.L., Feinberg, D.R., & Tiddeman, B.P. (2010) Facial cues of dominance modulate the short-term gaze-cueing effect in human observers. *Proceeding of the Royal Society B: Biological Sciences*, 277, 617–624. doi: 10.1098/rspb.2009.1575
- Kingstone, A., Smilek, D., Ristic, J., & Eastwood, J.D. (2003) Attention, researchers! It is time to take a look at the real world. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 176–180. doi: 10.1111/1467-8721.01255
- Kovalev, A., Menshikova, G., & Zinchenko, Y. (2016) Eye movements characteristics as indicators of ethno-cultural identity. *International Journal of Psychophysiology*, 108, 146. doi: 10.1016/j.ijpsycho.2016.07.424
- Kuhn, G., & Kingstone, A. (2009) Look away! Eyes and arrows engage oculomotor responses automatically. *Attention, Perception & Psychophysics*, 71, 314–327. doi: 10.3758/APP.71.2.314
- Macdonald, R.G., & Tatler, B.W. (2013) The effect of social roles on gaze cue utilisation in a real-world collaboration. *Proceedings of 35th Annual Cognitive Science Society Meeting (CogSci 2013)*. 942–947.
- Meissner, C.A., & Brigham, J.C. (2001) Thirty years of investigating the own-race bias in memory for faces: A meta-analytic review. *Psychology, Public Policy, & Law*, 7, 3–35. doi: 10.1037/1076-8971.7.1.3
- Menshikova, G.Ya., Saveleva, O.A., Zinchenko, Yu.P. (2016) Effects of interpersonal distance during interactions with avatars in virtual environments. *International Journal of Psychophysiology*, 108, 163. doi: 10.1016/j.ijpsycho.2016.07.467
- Posner, M.I. (1980) Orienting of attention. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 32, 3–25. doi: 10.1080/00335558008248231
- Quadflieg, S., Mason, M.F., & Macrae, C.N. (2004) The owl and the pussycat: Gaze cues and visuospatial orienting. *Psychonomic Bulletin & Review*,

11(5), 826–831. doi: 10.3758/BF03196708

- Ricciardelli, P., Bricolo, E., Aglioti, S., & Chilazzi, L. (2002) My eyes want to look where your eyes are looking: Exploring the tendency to imitate another individuals' gaze. *Neuroreport*, 13, 2259–2264. doi: 10.1097/00001756-200212030-00018
- Shepherd, S.V., Deaner, R.O., & Platt, M.L. (2006) Social status gates social attention in monkeys. *Curr. Biol*, 16, 119–120. doi: 10.1016/j.cub.2006.02.013
- Snyder, L.H., Calton, J.L., Dickinson, A.R., & Lawrence, B.M. (2002) Eye-Hand Coordination: Saccades Are Faster When Accompanied by a Coordinated Arm Movement. *J. Neurophysiol*, 87, 2279–2286.
- Süßenbach, F., & Schönbrodt, F. (2014) Not afraid to trust you: Trustworthiness moderates gaze cueing but not in highly anxious participants. *Journal of Cognitive Psychology*, 26, 670–678. doi: 10.1080/20445911.2014.945457
- Takikawa, Y., Kawagoe, R., Itoh, H., Nakahara, H., & Hikosaka, O. (2002) Modulation of saccadic eye movements by predicted reward outcome. *Exp Brain Res*, 142, 284–291. doi: 10.1007/s00221-001-0928-1
- Tipples, J. (2006) Fear and fearfulness potentiate automatic orienting to eye gaze. *Cogn. Emotion*, 20, 309–320. doi: 10.1080/02699930500405550
- Wu, E. X., Laeng, B., & Magnussen, S. (2012) Through the eyes of the own-race bias: Eye-tracking and pupillometry during face recognition. *Social Neuroscience*, 7, 202–216. doi: 10.1080/17470919.2011.596946
- Zinchenko, Yu.P., Kovalev, A.I., Menshikova, G.Ya., Shaigerova, L.A. (2015) Postnonclassical methodology and application of virtual reality technologies in social research. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(4), 60–71. doi: 10.11621/pir.2015.0405

## References:

- Allison, T., McCarthy, G., Nobre, A.C., Puce, A., & Belger, A. (1994) Human extrastriate visual cortex and the perception of faces, words, numbers, and colors. *Cerebral Cortex*, 5, 544–554. doi: 10.1093/cercor/4.5.544
- Bahill, A.T., Clark, M.R., & Stark, L. (1975) The main sequence: a tool for studying human eye movements. *Mathematical Biosciences*, 24, 191–204. doi: 10.1016/0025-5564(75)90075-9
- Barabanshchikov, V.A., & Ananyeva, K.I. (2009) Perception of photo images of people of different race. [*Vestnik RUDN*], 1, 7–13.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Skinner, R., Martin, J., & Clubley, E. (2001) The Autism-Spectrum Quotient (AQ): Evidence from Asperger syndrome/ high functioning autism, males and females, scientists and mathematicians. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 31(1), 5–17. doi: 10.1023/A:1005653411471
- Bayliss, A.P., Pellegrino, G., & Tipper, S.P. (2005) Sex differences in eye gaze and symbolic cueing of attention. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 58 (4), 631–650. doi: 10.1080/02724980443000124
- Becker, M.W. (2010) The effectiveness of a gaze cue depends on the facial expression of emotion: Evidence from simultaneous competing cues. *Attention, Perception & Psychophysics*, 72(7), 1814–1824. doi: 10.3758/APP.72.7.1814
- Blais, C., Jack, R.E., Scheepers, C., Fiset, D., & Caldara, R. (2008) Culture shapes how we look at faces. *PLoS One*, 3(8), e3022. doi: 10.1371/journal.pone.0003022
- Blascovich, J., Loomis, J., Beall, A. C., Swinth, K., Hoyt, C., & Bailenson, J.N. (2002) Immersive virtual environment technology as a methodological tool for social psychology. *Psychological Inquiry*, 13(2), 103–124. doi: 10.1207/S15327965PLI1302\_01
- Bothwell, R.K., Brigham, J.C., & Malpass, R.S. (1989) Cross-racial identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 15, 19–25. doi: 10.1177/0146167289151002
- Brigham, J.C., & Malpass, R.S. (1985) The role of experience and context in the recognition of faces of own- and other-race persons. *Journal of social issues*, 4, 139–155. doi: 10.1111/j.1540-4560.1985.tb01133.x
- Chen-Harris, H., Joiner, W.M., Ethier, V., Zee, D.S., & Shadmehr, R. (2008) Adaptive Control of Saccades via Internal Feedback. *J Neurosci*, 28, 2804–2813. doi: 10.1523/JNEUROSCI.5300-07.2008
- Corkum, V., & Moore, C. (1995) Development of joint visual attention in infants. *Joint attention: Its origins and role in development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 61–83.
- Dalmaso, M., Galfano, G., & Castelli, L. (2015) The impact of Same- and Other-Race gaze distractors on the control of saccadic eye movements. *Perception*, 44(8-9), 1020–1028. doi: 10.1177/0301006615594936
- Deaner, R.O., Shepherd, S.V., & Platt, M.L. (2007) Familiarity accentuates gaze cueing in women but not men. *Biol. Lett*, 3, 64–67. doi: 10.1098/rsbl.2006.0564
- Dodd, M.D., Hibbing, J.R., & Smith, K.B. (2011) The politics of attention: gaze-cueing effects are moderated by political temperament. *Atten. Percept. Psychophys*, 73(1), 24–29. doi: 10.3758/s13414-010-0001-x
- van Donkelaar, P., Siu, K.C., & Walterschied, J. (2004) Saccadic output is influenced by limb kinetics during eye-hand coordination. *J. Mot. Behav*, 36, 245–252. doi: 10.3200/JMBR.36.3.245-252
- Driver, J., Davis, G., Ricciardelli, P., Kidd, P., Maxwell, E., & Baron-Cohen, S. (1999) Gaze perception triggers reflexive visuospatial orienting. *Visual Cognition*, 6, 509–540. doi: 10.1080/135062899394920
- Friesen, C.K., & Kingstone, A. (1998) The eyes have it! Reflexive orienting is triggered by nonpredictive gaze. *Psychonomic Bulletin & Review*, 5, 490–495. doi: 10.3758/BF03208827
- Fu, G., Hu, C.S., Wang, Q., Quinn, P.C., & Lee, K. (2012) Adults scan own- and other-race faces differently. *PLoS One*, 7(6), e37688. doi: 10.1371/journal.pone.0037688
- Hirose, Y., & Peter, J.B. Equally attending but still not seeing: An eye-tracking study of change detection in own and other race faces. Retrieved from: <http://www.psychologicalscience.com/2008/10/eyetracking-study.html>. doi: 10.1080/13506280601069578
- Holmes, A., Richards, A., & Green, S. (2006) Anxiety and sensitivity to eye gaze in emotional faces. *Brain and cognition*, 60, 282–294. doi: 10.1016/j.bandc.2005.05.002

- Humphreys, G., Hodsoll, J., & Campbell, C. (2005) Attending but not seeing: The "other race" effect in face and person perception studied through change blindness. *Visual Cognition*, 12(1), 249–262. doi: 10.1080/13506280444000148
- Hung, C.J., & Hunt, A.R. (2012) Physical Self-Similarity Enhances the Gaze Cueing Effect. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 65(7), 1250–1259. doi: 10.1080/17470218.2012.690769
- Jones, B.C., DeBruine, L.M., Main, J.C., Little, A.C., Welling, L.L., Feinberg, D.R., & Tiddeman, B.P. (2010) Facial cues of dominance modulate the short-term gaze-cueing effect in human observers. *Proceeding of the Royal Society B: Biological Sciences*, 277, 617–624. doi: 10.1098/rspb.2009.1575
- Kharitonov, A.N., & Ananyeva, K.I. (2012) Face recognition and the effect of «another race». [*Litso cheloveka kak sredstvo obshcheniya: mezhdistsiplinarnyy podkhod*]. Moscow, Kogito-tsentr, 145–160.
- Kingstone, A., Smilek, D., Ristic, J., & Eastwood, J.D. (2003) Attention, researchers! It is time to take a look at the real world. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 176–180. doi: 10.1111/1467-8721.01255
- Kovalev, A., Menshikova, G., & Zinchenko, Y. (2016) Eye movements characteristics as indicators of ethno-cultural identity. *International Journal of Psychophysiology*, 108, 146. doi: 10.1016/j.ijpsycho.2016.07.424
- Kuhn, G., & Kingstone, A. (2009) Look away! Eyes and arrows engage oculomotor responses automatically. *Attention, Perception & Psychophysics*, 71, 314–327. doi: 10.3758/APP.71.2.314
- Macdonald, R.G., & Tatler, B.W. (2013) The effect of social roles on gaze cue utilisation in a real-world collaboration. *Proceedings of 35th Annual Cognitive Science Society Meeting (CogSci 2013)*. 942–947.
- Meissner, C.A., & Brigham, J.C. (2001) Thirty years of investigating the own-race bias in memory for faces: A meta-analytic review. *Psychology, Public Policy, & Law*, 7, 3–35. doi: 10.1037/1076-8971.7.1.3
- Menshikova, G.Ya., Saveleva, O.A., Zinchenko, Yu.P. (2016) Effects of interpersonal distance during interactions with avatars in virtual environments. *International Journal of Psychophysiology*, 108, 163. doi: 10.1016/j.ijpsycho.2016.07.467
- Posner, M.I. (1980) Orienting of attention. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 32, 3–25. doi: 10.1080/0033558008248231
- Quadflieg, S., Mason, M.F., & Macrae, C.N. (2004) The owl and the pussycat: Gaze cues and visuospatial orienting. *Psychonomic Bulletin & Review*, 11(5), 826–831. doi: 10.3758/BF03196708
- Ricciardelli, P., Bricolo, E., Aglioti, S., & Chilazzi, L. (2002) My eyes want to look where your eyes are looking: Exploring the tendency to imitate another individuals' gaze. *Neuroreport*, 13, 2259–2264. doi: 10.1097/00001756-200212030-00018
- Shepherd, S.V., Deane, R.O., & Platt, M.L. (2006) Social status gates social attention in monkeys. *Curr. Biol*, 16, 119–120. doi: 10.1016/j.cub.2006.02.013
- Snyder, L.H., Calton, J.L., Dickinson, A.R., & Lawrence, B.M. (2002) Eye-Hand Coordination: Saccades Are Faster When Accompanied by a Coordinated Arm Movement. *J. Neurophysiol*, 87, 2279–2286.
- Süßenbach, F., & Schönbrodt, F. (2014) Not afraid to trust you: Trustworthiness moderates gaze cueing but not in highly anxious participants. *Journal of Cognitive Psychology*, 26, 670–678. doi: 10.1080/20445911.2014.945457
- Takikawa, Y., Kawagoe, R., Itoh, H., Nakahara, H., & Hikosaka, O. (2002) Modulation of saccadic eye movements by predicted reward outcome. *Exp Brain Res*, 142, 284–291. doi: 10.1007/s00221-001-0928-1
- Tipples, J. (2006) Fear and fearfulness potentiate automatic orienting to eye gaze. *Cogn. Emotion*, 20, 309–320. doi: 10.1080/02699930500405550
- Wu, E. X., Laeng, B., & Magnussen, S. (2012) Through the eyes of the own-race bias: Eye-tracking and pupillometry during face recognition. *Social Neuroscience*, 7, 202–216. doi: 10.1080/17470919.2011.596946
- Zinchenko, Yu.P., Kovalev, A.I., Menshikova, G.Ya., Shaigerova, L.A. (2015) Postnonclassical methodology and application of virtual reality technologies in social research. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(4), 60–71. doi: 10.11621/pir.2015.0405

# Стресс и стратегии поведения

В.В. Немец, Е.П. Виноградова

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

Поступила 14 октября 2016/ Принята к публикации: 4 апреля 2017

## Stress and neurobiology of coping styles

Vsevolod V. Nemets\*, Ekaterina P. Vinogradova

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

\* Corresponding author E-mail: seva\_nemets@list.ru

Received October 14, 2017 / Accepted for publication: April 4, 2017

В состоянии стресса животные ведут себя по-разному. Одни затаиваются и переживают опасность, другие — убегают, дерутся или пытаются активно повлиять на ситуацию. Каждая из этих стратегий поведения адаптивна к определенным условиям среды и имеет свои нейрофизиологические особенности. Во время длительного стресса лидеры оказываются подвержены действию сердечнососудистых и язвенных заболеваний, но кратковременный стресс мобилизует их силы, повышая эффективность нервной и иммунной системы в большей степени, чем у неактивных животных.

Не только животные, но и люди по-разному реагируют на кратковременные или длительные стрессорные воздействия. Эти реакции получили названия «поведенческие стратегии». В статье разбираются модели поведенческих типов, типичные для животных, а также приводятся особенности поведения и наследования характерных черт людьми в зависимости от пола, социального статуса и возраста. Показано, как тревожность влияет на социальное поведение отдельных людей. Проведено их сопоставление по типологическими реакциями.

Знакомство с данными закономерностями может быть полезно людям в неконтролируемой ситуации стресса для организации активных действий по предотвращению развития заболеваний и депрессивных расстройств путем сознательной переделки своего типа реагирования на более эффективный. Кроме того, знание особенностей поведенческих типов личности поможет педагогам. Они должны иметь в виду, что в состоянии стресса (экзамены, курсовые, проверочные работы) не все ученики будут эффективно воспринимать и представлять полученный материал и, напротив, некоторых активных студентов кратковременное стрессорное раздражение может подстегнуть. Необходимо уделять особое персональное внимание ученикам с низким социально-экономическим статусом, имеющим активный тип стрессорной реакции, так как по статистике данные проблемные ученики часто становятся агрессорами и совершают асоциальные и, порой, криминальные поступки.

Исследованные поведенческие типы не являются полярными, поскольку не существует четких границ личности. Кроме того, в реализации поведенческой стратегии по активному/неактивному типу немалую роль играет привычное и унаследованное от родителей поведение.

**Ключевые слова:** стресс, стратегии поведения, социальный стресс, неконтролируемый стресс, иерархия, депрессия, сердечные заболевания, кортизол, тревожность.

In stressful environment, animal can use different coping strategies. Passive animals manifest freezing behaviour at predator attacks, active ones are trying to have an impact on a stressful situation. Each coping style is presupposed to have a neurobiological basis and it helps animals to survive in aggressive and mutable environment. Being under a long lasting stress, leaders can be affected by cardiovascular and ulcer diseases, but a short term impact can cheer them up, improve neuroendocrine stress response more than passive coping style in animals.

This paper analyzes animal pattern of coping behaviour, their inheritance based on gender, social status and age.

The research shows how anxiety affects social behaviour of people individuals and typological reactions were compared.

These patterns can be used by people in a situation of uncontrolled stress to prevent diseases and depressive disorders through altering one's type of behavior to the one which is more effective. In addition, knowledge of behavioural types can assist teachers in implementing the learning process as in stress situations (e.g. taking exams, working on course papers, doing tests) not all students are able to effectively perceive and present the resulting material. On the other hand, active students could encourage short-term rather than long-term stressor irritation. It is necessary to pay special attention to students with low social economic status who display active response to stress. According to statistics, problem students often become aggressors and commit antisocial and sometimes criminal acts.

The coping styles mentioned here above are not polar, there are no clear boundaries of personality. In addition, behaving according to the active / non-active type is identified by customary and inherited behaviour patterns.

**Keywords:** stress, behaviour strategies, social stress, uncontrollable stress, hierarchy, depression, heart diseases, cortisol, anxiety.

## Стресс

Понятие «стресс» было введено канадским ученым Гансом Селье (Selye, 1946). В своих экспериментах он подвергал животных воздействию холода, жары, радиации, токсинов и т.п. Селье показал, что при различных внешних воздействиях у всех лабораторных животных наблюда-

виям существования. На этой стадии животное пытается противостоять условиям внешней среды посредством выработки соответствующих стрессорных гормонов, повышения иммунитета, изменения слюни желудка. В конечном итоге, если организм не справляется со стрессором, то наступает следующая стадия;

Наибольший вред организму наносит острый или длительный неконтролируемый стресс, то есть неблагоприятное раздражающее воздействие, при котором животное (или человек) не может активно или пассивно воздействовать на окружающую среду для того, чтобы изменить ее. Во время таких стрессов наблюдаются неблагоприятные изменения на уровне головного мозга

лись одни и те же физиологические изменения в организме. Это – увеличение надпочечников (отвечающих за выработку стрессорных гормонов), дегенерация тимуса (необходимый орган для реализации иммунной реакции организма), появление язв на поверхности слизистой оболочки желудка. Ученый сделал вывод о том, что существует некая неспецифическая реакция организма на внешние стимулы. Эти изменения позже ученый назвал «синдром адаптации». Селье выделял три стадии этого синдрома:

- 1) стадия тревоги – животное встречается со стимулом в первый раз;
- 2) стадия адаптации – сопротивление организма новым необычным усло-

3) стадия истощения – организм израсходовал весь свой потенциал и не в силах больше противостоять условиям окружающей среды. Изменения в надпочечниках, тимусе и слизистой носят фатальный характер. Чаще всего эта стадия заканчивается смертью животного (Selye, 1946).

Селье охарактеризовал синдром адаптации как неспецифическую, системную реакцию всего организма на длительное воздействие стимула. Данные стимулы Селье назвал «стрессоры», а саму реакцию – «стресс».

Кратковременные стрессорные раздражители могут положительно влиять на организм. Под воздействием внезап-

ного удара тока, прыжка с парашютом или других не продолжительных, но потенциально опасных стимулов у человека происходит активация когнитивных процессов и памяти. Такие высокоэмоциональные стимулы надолго сохраняются в памяти, как необходимые для выживания. Поскольку стресс часто сопряжен с опасностью для жизни, живому существу необходимо запомнить условия, в которых был представлен стимул и откорректировать выработанную программу действий, чтобы уменьшить стрессорность при возникновении похожей ситуации (Spoolder, 1996).

Наибольший вред организму наносит острый или длительный неконтролируемый стресс, то есть неблагоприятное раздражающее воздействие, при котором животное (или человек) не может активно или пассивно воздействовать на окружающую среду для того, чтобы изменить ее. Во время таких стрессов наблюдаются неблагоприятные изменения на уровне головного мозга. У животных наблюдается гибель нейронов в гиппокампе при действии неизбежного иммобилизационного стресса под воздействием стрессорного гормона кортизола (Hopster, 1998). Сходные данные имеются и относительно пациентов, перенесших ретроградную амнезию после несчастных случаев (Kim, 2002).

Стоит отметить, что животные и люди по-разному реагируют на кратковременные или длительные стрессорные воздействия. Эти реакции получили названия «поведенческие стратегии».



**Всеволод Владимирович Немец** – младший научный сотрудник кафедры высшей нервной деятельности и психофизиологии Санкт-Петербургского государственного университета  
E-mail: seva\_nemets@list.ru



**Екатерина Павловна Виноградова** – кандидат биологических наук, доцент кафедры высшей нервной деятельности и психофизиологии Санкт-Петербургского государственного университета  
E-mail: katvinog@yahoo.com

## Стресс и концепция поведенческих стратегий М. Фридмана

Термин «поведенческие стратегии» (coping style) был впервые введен кардиологом Майером Фридманом (Friedman, 1959) для обозначения определенных поведенческих реакций человека в стрессорной ситуации. Исследователь выделил следующие типы поведения в ответ на острый или хронический стресс: «А» – социально активный, агрессивный и амбициозный и «Б» – пассивный, неагрессивный, не проявляющий активных действий.



Исследования М. Фридмана начались в 1958 году, когда врач, наблюдая за пациентами клиники, описал специфический тип характера у сердечных больных и назвал его паттерном поведения типа А (ТАВР – type «А» behavior pattern). Паттерн поведения типа А, по Фридману, – это «эмоционально-моторный комплекс, постоянно проявляющийся у людей, которые постоянно находятся в состоянии непрерывающейся борьбы и агрессии за достижения больших результатов за короткое время». Этот тип поведения не укладывается в принятые обществом шаблоны, его невозможно выявить с помощью личностных опросников, а только по внешним проявлениям таким, как резкость мимики и жестов, красный цвет лица, агрессия в споре. Ученый выдвинул гипотезу о том, что люди с исследованным им «активным» типом поведения имеют большую подверженность развитию сердечно-сосудистых заболеваний. Для подтверждения своей гипотезы ученый провел эксперимент, для которого отобрал пациентов с более или с менее выраженными типами поведения А (А1 и А2 – по уровню активности) и В (В3 и В4 – по уровню спокойствия, безмятежности и уравновешенности в характере). Выбор полярных поведенческих типов был обусловлен необходимостью показать вредоносный эффект повышенного артериального давления у тех людей, у кого среднее давление было 250/130 и у тех, у кого – 155/95.

Исследователь показал, что люди с повышенным кровяным давлением (тип А), находясь в состоянии непрерывающейся борьбы, делают себя уязвимыми к раннему развитию ишемической болезни сердца. Таким людям следует не поддаваться на провокации окружающей среды и заботиться о своем здоровье, то есть изменить свой стиль поведения на более спокойный и уравновешенный, такой, как в стабильной привычной обстановке. Ведь наше здоровье, говорил ученый, в наших руках, и проще изменить свой стиль восприятия и реагирования сейчас, чем делать это после наступления первого инфаркта.

Позднее ученый экспериментально обнаружил увеличение уровня холестерина с 250/100 до 400 мг/мл у банковских служащих, испытывающих стресс

в период написания годового отчета, в отличие от более безмятежных работников. Полученные данные мало отличались у мужчин и женщин. В результате этого исследования было показано, что диеты или лекарства не могут снизить уровень холестерина, но переосмысление соответствующего типа реагирования на ситуацию может предотвратить появление тромбоза и инфаркта.

У животных с разным типом стрессорной реакции во время стресса наблюдается различная активность гипоталамо-гипофизарной системы (ГАС) и симпатoadреналовой системы (САС), отражающая уровень стрессорных гормонов (кортизола, адреналина)

Измерение стрессорных гормонов (адреналина и норадреналина) в плазме крови у работников с прогностически активным типом поведения не дало значимых результатов в экспериментах М. Фридмана. Однако исследователь считал, что именно эта группа гормонов, особенно при хронической секреции, наряду с кортизолом, играет ключевую роль в патологии атеросклероза у людей старшей возрастной группы. Позднее было показано, что именно уровень кортизола в плазме крови отражает интенсивность «отключения» человека от активной среды, то есть – релаксации.

В течение семнадцати лет М. Фридманом было проделано более четырнадцати клинических и эпидемиологических работ, в которых были получены сходные результаты, отражающие надежную взаимосвязь паттерна поведения типа А и увеличения вероятности кардиологических заболеваний в экстремальных условиях среды. Эти данные, как считал исследователь, могут помочь людям предотвратить заболевание задолго до его возможного возникновения путем тестирования своего типа поведения и принятия соответствующих мер. Для пациентов, перенесших инфаркт, наряду с контролем биохимических показателей крови, отказа от курения, употребления жирной пищи, необходим контроль своего внутреннего эмоционального состояния.

К настоящему моменту учеными проделан большой труд по дальнейшей разработке концепции поведенческих типов М. Фридмана. В частности, Г. Энгел и А. Шмаль в своих работах описали т.н.

«сохранный» тип поведения с преобладанием реакции «затаивания» (Engel, Schmale, 1972). Доказательством наследуемости поведенческих типов является наличие многочисленных линий животных, селективных по самым разным поведенческим характеристикам – по уровню агрессии, тревожности, по стратегиям поведения с высоким уровнем наследуемости.

### Нейрофизиология поведенческих стратегий

С точки зрения биологии, все представленные стратегии поведения эволюционно значимы, так как обеспечивают выживание животного в различных условиях среды (стабильные, не стабильные), и каждая стратегия поведения имеет свои гормональные, биохимические и психологические особенности.

У животных с разным типом стрессорной реакции во время стресса наблюдается различная активность гипоталамо-гипофизарной системы (ГАС) и симпатoadреналовой системы (САС), отражающая уровень стрессорных гормонов (кортизола, адреналина). У животных активного типа стрессорной реакции в неблагоприятной ситуации выражено преобладание симпатoadреналовой системы (САС), при активации которой происходит выброс адреналина. Именно этот гормон, как показали исследования, обеспечивает реакцию «борьбы или бегства». У животных, например, крыс с пассивно-оборонительным типом реакции в ответ на стрессорное воздействие происходит активация гипоталамо-гипофизарной системы (ГАС) с выбросом кортикостерона, обеспечивающего у них реакцию «затаивания» (то есть крысы сидят без движения) (Жуков, 2004).

В исследовании методами МРТ было выявлено, что область конечного мозга лабораторной крысы – центральная миндалина (CeA) отвечает за чувство страха и обеспечивает выраженные реакции «затаивания» (или «не ухода») у них.

При ее удалении животные демонстрируют достоверное снижение этих реакций до уровня, сопоставимого с реакциями активного типа (Le Var, 1998).

Активность стратегии поведения выявляют в тесте с электропроводным полом, где животному предъявляют звуковой сигнал, после которого следует удар тока. Каждая крыса получает до 30-ти предъявлений. Животное имеет возможность избежать удара тока, перебежав в безопасный отсек после предъявления звукового сигнала, либо получить электрическое раздражение. Те крысы, которые, несмотря на стрессорные условия эксперимента, перебежали на другую сторону (актив-

В физиологических исследованиях показано, что активные животные во время сильного кратковременного стресса воспринимают ситуацию как контролируемую. Во время воздействия у них подавлена активность префронтальной коры, поэтому они не могут принять взвешенное решение, но, благодаря активации хвостатого ядра (эмоциональность и мотивация), принимают решение быстро и импульсивно

ные) воспринимали ситуацию стресса как контролируемую. Неактивные животные не двигались с места, отказываясь от активного решения проблемы, то есть – проявляли реакцию затаивания. Были и такие животные (средне активные), которые находили другие способы избежать удара (вставали на задние лапы, переставляли лапы на другие электроды, прыгали).

В биохимии активного/неактивного стрессорного поведения задействована дофаминергическая и серотонинергическая нейромедиаторная система, которая отвечает за импульсивное и мотивационное поведение (хвостатое ядро), осмысление стрессорной ситуации как контролируемой или как не контролируемой (в префронтальной коре). В физиологических исследованиях показано, что активные животные во время сильного кратковременного стресса воспринимают ситуацию как контролируемую. Во время воздействия у них подавлена активность префронтальной коры, поэтому они не могут принять взвешенное решение, но, благодаря активации хвостатого ядра (эмоциональность и мотивация), принимают решение быстро и импульсивно. Такой стиль принятия решений помогает им в эффективном устранении внезапно возникших труд-

ностей. У неактивных животных происходит переактивация префронтальной коры и торможение хвостатого ядра (мотивационное поведение). В таком состоянии животное не может принять быстрое и эффективное решение и с помощью активации миндалевидного тела, обеспечивающей реакцию «затаивания», впадает в ступор, который помогает ему пережить неблагоприятное стрессорное воздействие (Cabip, Puglisi-Allegra 2012). Исследования показывают, что для людей так же характерна реакция ступора.

Таким образом, каждая из стратегий поведения адаптивна к определенным условиям окружающей среды.

Контролируемость стрессорного воздействия может быть одним из аспектов различия поведения животных в условиях стресса. Острое или хроническое неконтролируемое ежедневное стрессорное воздействие сопровождается значительной активацией симпатической нервной системы, длительной выработкой кортизола и пагубно влияет на процессы обучения и памяти, разрушая нейроны в гиппокампе (Hopster, 1998). В экспериментах на животных при этом выявлено развитие сердечно-сосудистых заболеваний, появление язв в желудочно-кишечном тракте, снижение функций нервной и иммунной систем. Показано, что, если ежедневно искусственно поддерживать неблагоприятную неконтролируемую ситуацию, к которой невозможно адаптироваться в течение одного месяца, подвергая крыс не сильным, но постоянно изменяющимся дискомфортным условиям среды (мокрая подстилка, инверсия освещения, наклон клетки) (Willner, 1997), то даже у активных животных через месяц такого воздействия будет наблюдаться депрессивно-подобное состояние. Причем оно будет более выраженное, чем у неактивных животных (Виноградова и др., 2013).

Возможность контролировать ситуацию важна и для человека. В эксперимен-

те американских исследователей пациентам дома престарелых предоставляли выбор: самим определять условия своего существования или доверится мнению персонала. По результатам периодической диагностики здоровья пациенты со свободой выбора, не испытывающие стресс и дискомфорт от невозможности активно влиять на события, выглядели здоровее и счастливее.

### Поведенческие стратегии и эффективность адаптации к окружающей среде

Различия поведения животных разного типа обоснованы разным характером реагирования на поступающие извне стимулы. Активные и агрессивные животные быстрее и успешнее разрабатывают программы поведения в стабильных условиях среды, руководствуясь внутренними потребностями и мотивами. Однако такие программы отличаются ригидностью и стереотипностью. Неактивные животные более гибки при принятии решений и более приспособлены к изменяющимся условиям среды. Быстро адаптируясь, они не испытывают состояния дискомфорта, а, наоборот, проявляют высокую исследовательскую активность, которая в новой обстановке у них повышена. Например, в условиях миграции происходит изменение привычных для животных условий среды, и в этой ситуации большую активность в освоении новых экологических ниш проявляют гибкие животные. Впрочем, впоследствии эти ниши могут быть заняты агрессивными животными.

### Экспериментальные методы выявления поведенческой стратегии у животных

Существуют различные поведенческие тесты для выявления поведенческой стратегии животного.

Тест «Резидент-интродер» позволяет выявить агрессивных и неагрессивных животных, путем демонстрации тестируемому животному более крупного самца из другой клетки. В этом тесте фиксируется количество атак и латент-

ное время атаки. В экспериментах на мышках и крысах были выделены генетические линии животных с коротким (LAL) и длинным (SAL) латентным временем атаки (Sgoifo, 1997, Koolhaas, 1987). Активные самцы более выражено демонстрируют территориальную агрессию с коротким латентным временем атак, чем неагрессивные животные. Однако, стоит заметить, что самки обоих типов (активного и неактивного) одинаково агрессивно защищают свое потомство от незнакомого самца в период лактации. В этом процессе участвует окситоцин, который не только содействует сокращению шейки матки перед родами и способствует грудному вскармливанию, но и увеличивает социальную привязанность к особям своей группы и агрессию к чужакам (Lonstein, 2002). По исследованиям Д.А. Жукова, Е.П. Виноградовой, О.Ю. Вековищева, животные с активным типом стрессорной реакции занимают в популяции либо доминантное, либо субординантное положение, а животные с неактивным типом реакции – субдоминантное. В таком социальном статусе, считают авторы, неактивные животные чувствуют себя комфортно, не принимая активного участия в социальной конкуренции (Жуков и др., 2002). Однако некоторые авторы заявляют о положении животных с пассивной стратегией поведения на позиции субординанта, так как эти животные чаще терпят поражения в социальных конфликтах, демонстрируют меньше агрессивных стоков и активных атак соперника. После таких поражений у животных проявляются депрессивно-подобные расстройства, проявляющиеся в снижении потребления сладких растворов (ангедония) и активности серотонинергической системы. Интересным фактом является увеличение тревожности у самцов после драки. Данное увеличение наблюдается и у «победителя», и у «проигравшего» самца. Только выше эти показатели у животного, которое наблюдало, но не принимало участие в агрессивном столкновении (Suzuki, 2010). Социальный стресс приводит к снижению деятельности иммунной системы у проигравшей особи (увеличение провоспалительных факторов (IL-1 $\beta$ , TNF- $\alpha$ , GM-CSF) в голубом пятне (LC)). Дан-

ные изменения могут корректироваться с помощью антидепрессантов. (Finnel, 2016).

**Тест «Водная депривация»** является еще одним стрессором для животных, показывающим их социальное взаимодействие. В ходе эксперимента грызуны, будучи подвергнуты суточному лишению воды, демонстрируют агрессивное/подчиненное поведение в зависимости от их поведенческого типа и социального статуса. Данный тест может считаться альтернативой тесту «Резидент-интродер», но он комплексно решает проблему агрессивности животных, так как измеряет не только уровень агрессии, но и успех в конкуренции за витальные ресурсы (количество выпитой воды) (Виноградова и др., 2007).

**Тест УРАИ** (условный рефлекс активного избегания) используется для обучения лабораторных животных (крыс, мышей) в условиях электроболевого стресса, однако он применим и для тестирования поведенческого стрессорного типа. В процессе выработки навыка активного избегания в тесте УРАИ у лабораторных крыс можно наблюдать следующие поведенческие реакции: «избавление» – перебегание животного на другую сторону экспериментальной установки под воздействием безусловного стимула (электрический ток), «избегание» – перебегание под воздействием последующего безусловного стимула (звук) и «не уход» – замирание животного в ответ на электроболевое воздействие. По результатам данного теста были выведены генетические линии животных с высокими показателями навыка активного избегания КНА и с низкими – КЛА (Жуков, 2007). Кроме того, была разработана модель развития депрессивно-подобного состояния у аутбредных крыс с активным типом стрессорной реакции в условиях хронического умеренного неконтролируемого стресса (Виноградова и др., 2013).

**Тест «Оборонительное зарывание».** В этом тесте животное либо проявляет активные действия (поведение зарывания) для избегания удара током от железного прута, вылезавшего из угла клетки, либо избегает контактов с прутком посредством демонстрации реак-

ции «затаивания» или не посещения данного отсека с током. В экспериментах показано, что агрессивные крысы (в тесте «Резидент-интродер») проводят почти все время (из 10 минутного теста) в зарывании раздражающего электрического прута, в отличие от неагрессивных животных. У таких животных выявляется высокий уровень норадреналина, адреналина и низкий уровень кортизола в плазме крови, в отличие от животных, демонстрирующих реакцию «затаивания», у которых наблюдались обратные значения гормонов (De Boer, 1990). В тестах на тревожность и в когнитивных тестах различий между типами животных не выявлено.

### Измерение физиологических показателей и гормонов после стресса

Частота сердечных сокращений после социального стресса, как показали исследования, достоверно больше возрастает у животных с активным типом стрессорной реакции, в отличие от неактивных (Viblanс, 2012).

Тревожность, как личностная характеристика человека, также играет заметную роль в актуализации поведения в условиях стресса. В исследовании студентов в условиях экономической игры с денежным вознаграждением более социально тревожные студенты демонстрировали больший подъем ЧСС и систолического давления, чем менее тревожные (Gramer, 2006). Авторы подчеркивают роль бэта и альфа адренергической системы в реализации активного и пассивного стрессорного ответа, а именно, в увеличении либо ЧСС и систолического давления (у не тревожных студентов), либо диастолического давления и сосудистого сопротивления (у тревожных) (Obrist, 1981). Повышенный уровень кортизола у человека или животного свидетельствует о наличии тревожности, однако данный показатель может отражать отчасти и активность стратегии поведения.

Известно, что разный уровень социального стресса может приводить к различному изменению уровня кортизола у людей. При выступлении перед аудито-

рией в большей степени выражен подъем гормона у людей в том случае, если аудитория оценочная, а не нейтральная (Dickerson, 2008).

Кортизол играет не меньшую роль и как показатель социального статуса. Высокие концентрации кортизола вместе с пониженными концентрациями тестостерона наблюдаются у субординантов после социальных конфликтов. Напротив, у доминантов наблюдается высокая концентрация тестостерона и пониженная концентрация кортизола

Кортизол играет не меньшую роль и как показатель социального статуса. Высокие концентрации кортизола вместе с пониженными концентрациями тестостерона наблюдаются у субординантов после социальных конфликтов. Напротив, у доминантов наблюдается высокая концентрация тестостерона и пониженная концентрация кортизола. Пониженное же содержание утреннего кортизола (как правило, измеряют утренний кортизол в слюне (CAR) наблюдается у азартных игроков в казино, у проблемных подростков (Porta, 2007) и у людей, любящих экстремальные виды спорта (Lovallo, 2012). Многочисленные данные доказывают, что у людей с пониженным содержанием утреннего кортизола имеет место склонность к активному и, порой, агрессивному поведению (Platje, 2013). Следует отметить, что данный базальный уровень гормонов сохраняется на протяжении всей жизни и может быть маркером активного поведенческого типа.

Психологи из Коннектикута, изучая речи кандидатов на роль американского президента, показали, что более эффективным на выборах являлся тот кандидат, чья речь демонстрировала агрессию и доминантность. Исследования после выборов показали, что у членов проигравшей партии и у ее избирателей отмечался высокий уровень кортизола и низкий – тестостерона, в отличие от членов победившей партии (Stanton, 2009; Strauts, Blanton, 2012). Интересным фактом является то, что во время кризиса на бирже некоторые биржевые брокеры демонстрируют типичную реакцию затаивания в стрессорной ситуации, когда, казалось бы, требуются решительные меры, что является результатом действия кортизола в первые минуты стресса и характерно для всех индивидуумов.

Показано, что существует половой диморфизм стрессорного ответа. Так, женщины более чувствительны к боли при равной с мужчинами концентрации

кортизола, более чувствительны к сильному социальному стрессу и к действию отрицательных эмоциональных стимулов (Kajantie, 2006; Lokhmatkina, 2013; Harmer, 2003). В сфере сексуальных взаимоотношений выяснилось, что у тех женщин, у которых наблюдается повышенный уровень кортизола в ответ на изображения сексуального характера, отмечается низкий уровень активации отделов мозга, связанных с половым возбуждением (Hamilton, 2008). Секреция у женщин кортизола и/или тестостерона играет большую роль в выборе полового партнера, как показал эксперимент, в котором измеряли уровень соответствующих гормонов до и после предъявления видеоизображения привлекательного молодого мужчины, ухаживающего за женщиной, и пожилого мужчины (контроль). При предъявлении изображения привлекательного молодого человека у женщин, не принимающих контрацептивы, увеличивался уровень тестостерона и кортизола, а у принимающих – кортизола. Таким образом, показана важность данных гормонов в процессе выбора полового партнера (López, 2009)

Кортизол может являться показателем действия стресса не только на отдельного индивида или группу индивидуумов, но и на целый народ. Например, в обнародованном глобальном исследовании здоровья населения США выявлено, что в периоды роста социальной напряженности, а следовательно, и стресса, у населения происходило обширное выделение стрессорных гормонов (Friedman, 2011) и как следствие увеличивалось число сердечных больных. Социальная поддержка же снижает общую напряженность и приводит к стабилизации ситуации (Roosendaal, 2008).

## Поведенческие стратегии и вероятность возникновения заболеваний под влиянием стресса

### Нарушения сердечно-сосудистой системы при стрессе

Еще М. Фридман описал высокую подверженность этому типу заболеваний людей с активным типом реакции на стресс. В экспериментах на животных показано развитие гипертонии, атеросклероза, тахикардии у активных животных с высокой симпатической реактивностью (Sgoifo, 1997). Чаще всего гипертония обнаруживается не у животных подвергнутых искусственно смоделированному неконтролируемому стрессу, а животных, страдающих из-за невозможности достичь желаемого социального статуса доминантного или субдоминантного самца (Koolhaas, 1989). Животное с активным (или реактивным) типом стрессорной реакции, характеризующееся высокой активностью парасимпатической системы, может испытывать состояние брадикардии во время внезапного неконтролируемого стресса. Таким образом, полярные поведенческие типы могут иметь проблемы с сердечно-сосудистой системой из-за неблагоприятных неконтролируемых стрессов и должны следить за своим функциональным состоянием и поддержанием здоровья.

### Стресс и язвенная болезнь

Существует ряд исследований, доказывающих, что контролируемость стрессорной ситуации – важный фактор в проблеме развития язвенной болезни. Вероятность ее развития меньше, если животное способно активно влиять на протекание стрессорного воздействия. Так, при неизбежных ударах тока или иммобилизации у животных, имеющих возможность грызть палку, количество язв меньше, чем у тех, которые такой возможности не имели.

В экспериментах Вэйсса (Weiss, 1972) показано, что развитие язв происходит в большей степени у тех животных, которые демонстрировали наибольшую активность в процессе неизбежного теста. В таком тесте у животных вырабатывали моторный навык нажатия на педаль во время предупреждающе-

го сигнала для избегания последующих ударов электрического тока. Количество язв у активных животных было достоверно меньше, чем у контрольных – иммобилизованных, которые получали то же количество ударов тока, но не могли контролировать их появление. Еще меньше язв было обнаружено у подопытных животных в случае подачи условного сигнала, обозначающего правильность действия животного (во время нажатая педаль). Однако, когда после выработки навыка электрошоков доставался животным в случайном порядке, количество язв у таких крыс было достоверно выше, чем у контрольных. Наиболее ярко эта закономерность проявлялась у животных именно активного типа стрессорной реакции, т.е. была обнаружена положительная зависимость между количеством корректных ответов в стрессорной ситуации и выраженностью проявлений язвенной патологии.

**В** исследованиях на генетически селектированных линиях животных Roman high avoidance (RHA) и Roman low avoidance (RLA), выведенных по количеству избеганий в тесте УРАИ (условный рефлекс активного избегания), было показано увеличение количества язв желудка у животных с проактивным типом реакции RHA, в отличие от реактивных (неактивных) животных RLA (Murison, 1982). Обратная корреляция между латентным временем атаки в тесте «Резидент-интродер» и выраженностью язвенной патологии, сходные поражения стенок желудка у доминантных самцов, потерявших свою лидерскую позицию и подвергающихся частым атакам других членов сообщества животных (Murison, 1982) – все эти факты свидетельствуют о наибольшей уязвимости неконтролируемым стрессом животных с проактивным типом поведения.

### Стресс и моторные стереотипы

Стереотипное поведение часто возникает в состоянии стресса как неосознанная реакция в ответ на неблагоприятный неконтролируемый раздражитель. Данная реакция запускается для ощущения субъективного контроля ситуации и для снижения психического напряже-

ния. У животных наиболее распространенной реакцией является груминг – чистка тела. В процессе груминга у животных происходит выделение эндорфинов

Стресс может изменить целенаправленный поведенческий акт на привычный. Это может быть следствием тормозящего влияния на префронтальную зону коры и активации миндалины, отвечающей за эмоциональную реакцию (Schwabe, 2011, Qin, 2009). Таким образом, появление стереотипов у человека является отражением этого механизма, однако, как описано выше, наблюдается различная степень этого проявления

и, тем самым, снижение состояния тревоги и стресса. Кроме того, груминг других особей своего вида ведет к упрочнению социальной структуры сообщества животных (Жуков, 2007). У человека состояние тревоги часто снижает привычная активность, не требующая эмоциональной нагрузки (пищевое, половое, агрессивное поведение). Мозаичная активность (незавершенные поведенческие акты) также может свидетельствовать о стрессе у человека (Жуков, 2007), однако возникновение не адекватного окружающей среде стереотипного поведения (махание руками, повторение фраз, нефункциональная игра с предметами, выкладывание предметов в ряд) без наличия стрессорных раздражителей может быть отражением аутизма (Draaisma, 2009).

**В** экспериментах на животных была выявлена взаимосвязь проявления стереотипных движений и стрессоустойчивости. Например, у телят, питающихся только молоком, развиваются стереотипные движения в виде щелканья языком. Причем, у тех животных, кто не осуществлял данные движения, в возрасте 20 недель наблюдалось меньшее развитие язвенной патологии, чем у щелкающих (Wiepkema, 1987). В других исследованиях показано, что свиньи, проявляющие активное поведение при иммобилизации (высоко устойчивые) совершают большее количество стереотипных движений, чем неактивные (низко устойчивые) (Wiepkema, 1992). То есть, стереотипы помогают животным справиться со стрессорной ситуацией, уменьшая активность симпатической нервной системы, посредством снижения частоты сердечных сокращений стрессированных животных (Schouten, 1997).

**В** возникновении стереотипов, как полагают некоторые авторы, большую роль играет дофаминергическая система, которая более чувствительна у ак-

тивных животных (Ursin, 1993). Если усилить деятельность этой системы введением апоморфина (агониста дофаминовых рецепторов) лабораторным мышам, то у них увеличивается количество таких движений, причем, в большей степени у активных, в отличие от неактивных (Benus, 1991). Похожая закономерность была замечена и относительно апоморфиновых крыс, которые были выведены по разному проявлению стереотипного поведения (щелканье зубами) в ответ на введение агониста. Чувствительные к апоморфину животные проявляли более активное стереотипное поведение – бег в тесте «Открытое поле», в то время как не чувствительные демонстрировали реакцию «затаивания» (Cools, 1990). Похожие данные были получены при исследовании свиней (Hessing, 1993).

**Проявление стереотипов снижает** состояние общей возбудимости и тревожности, понижая уровень кортикостероидов в крови (Mason, 1991), однако, поскольку сам стресс, вызывающий высокий уровень кортикостероидов, приводит к появлению стереотипов, эти данные трактуются неоднозначно. С одной стороны, при введении лабораторным животным амфетамина, который активирует дофаминовый путь и индуцирует стереотипное поведение (щелканье зубами), проявление реакций может усиливаться у животных с высоким уровнем кортикостерона (Pauly, 1993). С другой стороны, по другим данным, у тех лабораторных крыс, у которых производили удаление хвостатого ядра, было обнаружено снижение стереотипного поведения, но повышение уровня кортикостерона. Исследователи заключают, что, так как у чувствительных к апомор-

фину крыс было достоверно большее количество глюкокортикоидных рецепторов в различных ядрах мозга и более длительный АКТГ и кортикостероновый ответ, чем у не чувствительных к апоморфину крыс, то, вероятно, кортизол усиливает действие дофаминергической системы в процессе реализации стереотипных движений в ответ на стресс.

Стресс может изменить целенаправленный поведенческий акт на привычный. Это может быть следствием тормозящего влияния на префронтальную зону коры и активации миндалины, отвечающей за эмоциональную реакцию (Schwabe, 2011, Qin, 2009). Таким образом, появление стереотипов у человека является отражением этого механизма, однако, как описано выше, наблюдается различная степень этого проявления.

#### Различия в деятельности иммунной системы в ответ на стрессоры

Сильные или хронические стрессы могут пагубно влиять на иммунную систему (Felten, 1987). В исследованиях генетически селективированных RHA и RLA животных на выраженность реакции активного избегания показано, что после электрошокового воздействия в тесте на УРАИ (условный рефлекс активного избегания) пролиферативная активность NK (натуральных киллеров) – компонентов клеточного иммунитета ниже у неактивных RLA животных (Driscoll, 1990). В исследованиях на свиньях, селективированных по уровню агрессии (Hessing, 1995) и устойчивости к стрессорному воздействию, было показано, что после такого воздействия агрессивные и устойчивые животные демонстрировали более высокий уровень клеточного иммунного ответа *in vivo*, *in vitro* на специфические и не специфические антигены, чем неагрессивные и неустойчивые. Однако после стресса у таких животных наблюдалось подавление иммунной функции. В исследованиях на аутобредных крысах было показано, что проактивные самцы более устойчивы к введению аутоиммунного вируса ЭАЭ (экспериментальный аллергический энцефаломиелит), являющегося животной моделью рассеянного склероза человека. Эта устойчивость к вирусу, как пишут авторы, является следствием высокой

симпатической реактивности проактивных животных (Kavelaars, 1999).

#### Возрастные особенности стрессорного ответа

Следует иметь в виду, что существуют различия в проявлении поведенческого типа у особей различного возраста (Wrzesniewski, 1990). Так, активные подростки в возрасте полового созревания демонстрируют более выраженное активное и порой антисоциальное поведение, чем более зрелые индивидуумы. Исследователи разработали линейку тестов для выявления активных молодых людей. В письменных тестах измеряется уровень нетерпеливости, целеустремленности и агрессивности. При проведении устного теста измеряется скорость, эмоциональность речи и жестов. В других исследованиях у испытуемых измеряли частоту сердечных сокращений и кровяное давление в процессе компьютерной игры. Такие тесты необходимы для подбора индивидуальных образовательных программ и предотвращения нежелательного агрессивного поведения, ранних половых связей, профилактики возможных сердечных заболеваний. Такое поведение, как заявляют исследователи, может быть следствием повышенной активности дофаминергической медиаторной системы, которая отвечает за мотивационное и импульсивное поведение людей.

В результате анализа 960 родителей с активным типом поведения был выявлен, что высокий уровень наследования поведения данного типа (Forgays, 1996). В исследовании личностных характеристик студентов университета Вермонта и их родителей с помощью специальных тестов активности и агрессивности было установлено, что активный и агрессивный поведенческий тип сыновья наследуют от матерей, а дочери – от отцов (Forgays, 1991).

Не только генетически предопределенный тип, но и окружающая среда могут влиять на поведение подростка. Эмоциональный климат в семье во многом обуславливает их поведение. Для реализации того или иного поведения необходимо обеспечить достаточный уровень мотивации у молодого человека и предоставить наглядный пример. Это

является задачей родителей, так как модели поведения в различных ситуациях формируются в детском и подростковом возрасте, когда происходит рост нервных клеток, формирование структурной организации нервной ткани в головном мозгу, напрямую влияющие на дальнейшее поведение молодого человека. Опыт, полученный в детском и подростковом возрасте, определяет поведение человека на долгие годы.

Молодые люди более чувствительны к стрессу, который в этом возрасте может привести к значительно большим негативным последствиям, чем в более позднем. Во многом качество жизни подростков определяет социально-экономический статус (СЭС). Как показали исследования, в среднем дети родителей с низким СЭС имеют более высокий уровень тревожности (который прямо коррелирует с уровнем кортизола) и низкий уровень успеваемости, чем дети родителей с высоким СЭС. Дети родителей с низким социально-экономическим статусом часто страдают от недостатка внимания и общения со стороны взрослых и от неправильного воспитания в семье. По результатам статистического исследования всего меньше 30% американских родителей с низким СЭС ежедневно читают своим детям, тогда как среди представителей среднего класса эта цифра достигает 65%. В детском возрасте ребенок нуждается во внимании взрослых особенно остро. В эксперименте Leslie J. Seltzer группе девочек (7–12 лет) предлагалось прочитать стихотворение на публике (что является сильным кратковременным стрессом), после этого у них измеряли уровень кортизола (гормон тревожности) в слюне и окситоцина (гормон спокойствия и материнской привязанности) в моче. После чтения одной группе девочек давали поговорить с матерью, другой – позвонить ей, а третьей – предлагали посмотреть телевизор. Эксперимент показал, что при разговоре ребенка с матерью у него повышается уровень окситоцина (гормона спокойствия) и снижается – кортизола. Снижение уровня кортизола наиболее выражено при личном общении, при телефонном разговоре оно уже достоверно ниже. Уровень же окситоцина у говоривших с матерью по телефону был сопоставим с группой общающихся

с ней живую. В третьей группе девочек уровень окситоцина от просмотра мультфильмов не повышался, и уровень стресса оставался высоким даже через 30 минут после воздействия. Таким образом, показана невозможность снятия стресса у детей с помощью телевизора и выявлена необходимость для этого персонального контакта с ребенком. Подростки, оставленные без внимания со стороны взрослых, часто имеют проблемы с основными школьными предметами, трудности с концентрацией, негативный настрой на учебу и предрасположенность к стрессу. По результатам исследований 2007 г. число учеников в возрасте 16–18 лет, отчисленных из старшей школы в США, из неблагополучных семей составило 16,7%, а из семей с высоким доходом – 3,2% (National Center for Education Statistics, 2008). В комбинации с активным типом стрессорного ответа и пристрастием к алкоголю такие молодые люди могут представлять угрозу для общественного порядка (Aebi M., 2013). В исследованиях 348 заключенных, обвиненных в непредумышленном убийстве, было выявлено, что личности с высоким показателем активности и импульсивности склонны к рецидивизму (корреляция до 90%) и самоубийствам (60%) (DeJong J., 1992). Поэтому очень важно обеспечить качественное образование и индивидуальный подход к молодым людям с учетом их личностных особенностей и психологических характеристик (Forgays, 1996).

В литературе имеется не много данных об изменении поведенческой стратегии с возрастом. Можно предположить, что в пожилом возрасте из-за повышенного содержания кортизола, пониженного серотонина и дофамина (Goicoechea, 1997) стратегия поведения будет менее активной и агрессивной. Однако следует учитывать, что закрепленные в течение жизни модели поведения все равно могут иметь место и даже превалировать над вновь приобретенными, так как с возрастом снижается пластичность поведения (скорость формирования новых поведенческих схем в ответ на меняющиеся условия среды). Причем, при реализации данных закономерностей у человека значительную роль играют мотивационные и средовые (сенсорная и моторная обогащенность среды) факторы.

### Заключительные комментарии

Концепция поведенческих типов широко используется в различных физиологических и фармакологических исследованиях. Данная концепция имеет подтверждение на разных уровнях (поведенческом, физиологическом, нейрохимическом). Однако существует большая вариабельность в получаемых данных из-за межлинейных и межвидовых различий и большого разнообразия поведенческих реакций, а также различий в проявлении реакции на стрессорные воздействия. Поведенческие стратегии могут наследоваться по доминантному типу. В экспериментах показано, что животные, селектированные по скорости выработки реакции «избегания» в челночной

Показана невозможность снятия стресса у детей с помощью телевизора и выявлена необходимость для этого персонального контакта с ребенком. Подростки, оставленные без внимания со стороны взрослых, часто имеют проблемы с основными школьными предметами, трудности с концентрацией, негативный настрой на учебу и предрасположенность к стрессу

камере, уже через 5 поколений имели полярные значения признака в группах. Кроме того, даже если подкладывать детеныша активного животного к «приемным родителям», то впоследствии он будет в основном демонстрировать свои врожденные характеристики. Как утверждают исследователи, индекс наследования поведенческий тип/среда составляет 70–80% в пользу генетически детерминированного поведения (Жуков, 2004). В экспериментах на близнецах была выявлена доля влияния окружающей среды на поведенческий тип человека – она составила не более 20%. В статье отдельно подчеркивалось, что такие факторы, как совместное жилье или окружение не влияют на проявление того или иного поведенческого типа у близнецов. В этом эксперименте оценку поведенческого типа производили с помощью специального опросника, в котором достоверную зависимость от генетических факторов получили следующие характеристики: резистентность, эмоциональность, замещение трудностей. Авторы подчеркивают наследуемость внутреннего, а не внешне представляемого поведенческого типа (Busjahn, 1991).

Некоторые исследователи отмечают некоторую роль факта негенетической наследственности. В исследованиях на мышах показано, что при переносе зародыша агрессивного животного в матку неагрессивной самки в популяции животных, селектированных по уровню агрессии, не происходит наследование типа поведения (Sluyter, 1996). Многие примеры мы можем найти и в человеческом сообществе. К сожалению, имеется очень небольшое количество работ, посвященных теме эпигенетического наследования и стресс-реактивности, то есть этот вопрос является мало изученным современными исследователями.

Таким образом, даже стрессорный генетически-детерминированный фенотип поведения (активный

и неактивный) не является стабильным и константным. Еще в 1959 г. коллега М. Фридмана – Р. Розенман показал, что данные поведенческие типы не являются полярными, а прослеживается нормальное распределение признака в популяции. Кроме того, особи не всегда демонстрируют поведение, характерное для их стрессорной стратегии. Так, в модельных экспериментах самки с выраженным пассивным типом стрессорной реакции в ситуации угрозы детенышам проявляют высоко агрессивное поведение, характерное для особей активного типа (Neumann, 2001). В 1996 году были проведены эксперименты, которые показали относительный характер влияния поведенческого типа на поведение матери с новорожденным младенцем. Было показано, что, независимо от поведенческого типа, более 81 % матерей при общении с новорожденным проявляли поведение типа «А» (Lonstein, 2002).

В заключение отметим, что невозможно прогнозировать поведение того или иного индивида, равно как невозможно предсказать его реакцию на то или иное событие без долгого и скрупулезного изучения характера этого че-

Невозможно прогнозировать поведение того или иного индивида, равно как невозможно предсказать его реакцию на то или иное событие без долгого и скрупулезного изучения характера этого человека. И все равно можно допустить ошибку, так как многие механизмы и детерминанты нашего поведения современной науке еще следует открыть

ловека. И все равно можно допустить ошибку, так как многие механизмы и детерминанты нашего поведения сов-

ременной науке еще следует открыть. Нельзя говорить, что какая-то модель лучше другой, любой характер поведе-

ния адекватен и адаптивен к определенным условиям среды. При изменении этих условий меняется поведение, тем не менее, изучение собственных реакций может помочь человеку более эффективно адаптироваться к изменяющимся условиям среды и может служить профилактикой возможных заболеваний и депрессивных расстройств.

## Литература:

- Виноградова Е.П., Немец В.В. Активная стратегия поведения как фактор риска депрессивноподобных нарушений после хронического умеренного стресса // Журнал высшей нервной деятельности. – 2013. – Т. 63. – № 5. – С. 1–8.
- Виноградова Е.П., Жуков Д.А. Изменение тревожности после введения кортизола у крыс, селективных по способности к выработке активного избегания // Российский физиологический журнал. – 2007. – № 10. – С. 1206–1209.
- Жуков Д. Биологические основы поведения. Гуморальные механизмы. – Санкт-Петербург : Юридический Центр Пресс, 2004.
- Жуков Д.А., Виноградова Е.П., Вековищева О.Ю. Крысы с пассивной стратегией приспособления обладают средним, а не низким социальным рангом // Журнал высшей нервной деятельности. – 2002. – Т. 52. – Вып.2. – С. 175–182.
- Aebi, M. (2013). Problem coping skills, psychosocial adversities and mental health problems in children and adolescents as predictors of criminal outcomes in young adulthood. *European child & adolescent psychiatry*, 23(5), 283–293.
- Benus, R.F., Bohus, B., Koolhaas, J.M., & Van Oortmerssen, G.A. (1991). Behavioural differences between artificially selected aggressive and nonaggressive mice: response to apomorphine. *Behavioural Brain Research*, 43, 203–208. doi: 10.1016/S0166-4328(05)80072-5
- Bolhuis, J.E., Schouten, E.G.W, Wiegant, V.M, & de Jong, I.C. (1998) Individual differences in pigs: behavioral response to apomorphine. *Proc. 32nd Int. Soc. for Appl. Ethology*. 82.
- Busjahn, A., Faulhaber, H.D., Freier, K., & Luft, F.C. (1999). Genetic and Environmental Influences on Coping Styles: A Twin Study. *Psychosomatic Medicine*, 61, 469–475.  
doi: 10.1097/00006842-199907000-00011
- Cabip, S., & Puglisi-Allegra, S. (2012) The mesoaccumbens dopamine in coping with stress. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 36, 79–89. doi: 10.1016/j.neubiorev.2011.04.012
- Cools, A.R., Brachten, R., Heeren, D., Willems, A., & Ellenbroek, B. (1990) Search after neurobiological profile of individual-specific features of wistar rats. *Brain Research Bulletin*, 24, 49–69. doi: 10.1016/0361-9230(90)90288-B
- De Boer, S.F., Slangen, J.L., & Van der Gugten, J. (1990) Plasma catecholamine and corticosterone levels during active and passive shock-prod avoidance behavior in rats: effects of chlordiazepoxide. *Physiol Behav.* 47, 1089–98. doi: 10.1016/0031-9384(90)90357-A
- De Jong, J. (1992) Factors associated with recidivism in a criminal population. *J Nerv Ment Dis.* 543-550. doi: 10.1097/00005053-199209000-00001
- Dickerson S. Negative Social Evaluation, but Not Mere Social Presence, Elicits Cortisol Responses to a Laboratory Stressor Task. *Health Psychology*, 27(1), 116–121
- Draaisma, D. (2009) Stereotypes of autism. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci.* May 27; 364(1522): 1475–1480. doi: 10.1098/rstb.2008.0324
- Driscoll, P., Demek, J., D'Angio, M., Claustre, Y., & Scatton, B. (1990) A genetically-based model for divergent stress responses: behavioral, neurochemical and hormonal aspects. In: Pliska, V., & Stranzinger, G. (Eds). *Farm animals in biomedical research*. Hamburg: Verlag Paul Parey. 97–107.
- Engel, G.L., & Schmale, A.H. (1972) Conservation withdrawal: a primary regulatory process for organic homeostasis. *Physiology, emotions and psychosomatic illness*. New York: Elsevier, 57–95. doi: 10.1002/9780470719916.ch5
- Felten, D.L., Felten, S.Y, Bellinger, D.L., Carlson, S.L, Ackerman, K.D, Madden, K.S, Olschowka, A.J.A., & Ivnat, S. (1987) Noradrenergic sympathetic neural interactions with the immune system: structure and function. *Immunol Rev*, 100, 225–60. doi: 10.1111/j.1600-065X.1987.tb00534.x
- Forgays, D.K. (1991) The relationship between Type A parenting and adolescent perceptions of family environment. *Adolescence*, 31(124), 841–862.
- Forgays, D.K. (1996) Type A behavior within families: parents and older adolescent children. *J Behav Med*, 14(4), 325–339. doi: 10.1007/BF00845110
- Friedman, M. Esther a, Arun, S, Karlamangla b, David, M. Almeida c, & Teresa, E. Seeman b (2012) Social strain and cortisol regulation in midlife in the US. *Social Science & Medicine*, 74(4), 607–615. doi: 10.1016/j.socscimed.2011.11.003
- Friedman, M., & Rosenman, R.H. (1959) Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings. *J Am Med Assoc*, 169, 286–296. doi: 10.1001/jama.1959.03000290012005
- Goicoechea, C, Ormazábal, M.J, Alfaro, M.J., & Martín, M.I. (1997) Age-related changes in nociception, behavior, and monoamine levels in rats. *General Pharmacology: The Vascular System* 28(2), 331–336. doi: 10.1016/S0306-3623(96)00222-4
- Hamilton Lisa Dawn Cortisol (2008) Sexual Arousal, and Affect in Response to Sexual Stimuli. *J Sex Med.*, 5(9), 2111–2118. doi: 10.1111/j.1743-6109.2008.00922.x
- Harmer, C. J. Rogers, R.D., Tunbridge E., & Goodwin G. M. (2003) Tryptophan depletion decreases the recognition of fear in female volunteers. *Psychopharmacology* 16, 411–417. doi:10.1007/s00213-003-1401-6
- Hart Blanton , Erin Strauts & Marisol Perez (2012) Partisan Identification as a Predictor of Cortisol Response to Election News. *Political Communication*,



29(4), 447–460. doi: 10.1080/10584609.2012.736239

Hessing, M.J., Coenen, G.J., Vaiman, M., & Renard, C. (1995) Individual differences in cell-mediated and humoral immunity in pigs. *Vet Immunol Immunopathol*, 45, 97–113. doi: 10.1016/0165-2427(94)05338-S

Hessing, M.J.C., Hagelso, A.M., Van Beek, J.A.M., Wiepkema, P.R., Schouten, W.G.P., & Krukow, R. (1993) Individual behavioural characteristics in pigs. *Applied Animal Behaviour Science*, 37, 285–95. doi: 10.1016/0168-1591(93)90118-9

Hopster, H. (1998) Coping strategies in dairy cows. Thesis, Agricultural University, Wageningen.

Kajantie, E., & Phillips, D.I. (2006) The effects of sex and hormonal status on the physiological response to acute psychosocial stress.

*Psychoneuroendocrinology*, 31(2), 151–178.

Kavelaars, A., Heijnen, C.J., Tennekens, R., Bruggink, J., & Koolhaas, J.M. (1999) Individual behavioral characteristics predict vulnerability to EAE in wild-type rats. *Brain Behav Immun*, 13(4), 279–286. doi: 10.1006/brbi.1998.0534

Kim, J. (2002) The stressed hippocampus, synaptic plasticity and lost memories. *Nat Rev Neurosci*, 3(6), 453–462.

Koolhaas, J.M., & Bohus, B. (1989) Social control in relation to neuroendocrine and immunological responses. In: Steptoe, A., Appels, A. (Eds.) *Stress, personal control and health*. Brussels: Wiley, 295–304.

La Bar, K.S. (1998) Human amygdala activation during conditioned fear acquisition and extinction: a mixed-trial fMRI study. *Neuron*, 20(5), 937–945. doi: 10.1016/S0896-6273(00)80475-4.

Lokhmatkina, N. (2013) Longitudinal measurement of cortisol in association with mental health and experience of domestic violence and abuse: study protocol. *BMC Psychiatry*. URL: <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/13/188>. doi: 10.1186/1471-244x-13-188.

Lonstein, J.S. (2002) Sensory, hormonal, and neural control of maternal aggression in laboratory rodents. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 26, 869–888. doi: 10.1016/S0149-7634(02)00087-8

Lonstein, J.S., & Gammie, S.C. (2002) Sensory, hormonal, and neural control of maternal aggression in laboratory rodents. *Neurosci Biobehav Rev*, 26(8), 869–888. doi: 10.1016/S0149-7634(02)00087-8

López, H.H., Hay, A.C., & Conklin, P.H. (2009) Attractive men induce testosterone and cortisol release in women. *Horm Behav*, 56(1), 84–92. doi: 10.1016/j.yhbeh.2009.03.004.

Lovallo, W.R. Cortisol secretion patterns in addiction and addiction risk. *International Journal of Psychophysiology: Official Journal of the International Organization of Psychophysiology*, 59, 195–202.

Mason, G.J. (1991) Stereotypes: a critical review. *Anim Behav*, 41, 1015–1037. doi: 10.1016/S0003-3472(05)80640-2

Murison, R., & Skjerve, A. (1992) Individual behavioral characteristic and extent of stress-induced gastric ulceration in rats. *Acta Physiologica Hungarica*, 80, 127–133.

Neumann, I.D. (1959) Alterations in behavioral and neuroendocrine stress coping strategies in pregnant, parturient and lactating rats. *Progress in Brain Research*, 133, 143–152.

Pauly, J.R., Robinson, S.F., & Collins, A.C. (1993) Chronic corticosterone administration enhances behavioral sensitization to amphetamine in mice. *Brain Research*, 620, 195–202. doi: 10.1016/0006-8993(93)90156-H

Platje, E. (2013) Long-term stability of the cortisol awakening response over adolescence. *Psychoneuroendocrinology*, 38, 271–280. doi: 10.1016/j.psyneuen.2012.06.007

Popma, A. (2007) The Diurnal Cortisol Cycle in Delinquent Male Adolescents and Normal Controls. *Neuropsychopharmacology*, 32, 1622–1628. doi: 10.1038/sj.npp.1301289

Qin, S. (2009) Acute Psychological Stress Reduces Working Memory-Related Activity in the Dorsolateral Prefrontal Cortex. *Biological Psychiatry*, 66 (1), 25–32. doi: 10.1016/j.biopsych.2009.03.006

Roozendaal, Benno (2008) Adrenal stress hormones, amygdala activation, and memory for emotionally arousing experiences. E.R. de Kloet, M.S. Oitzl & E. Vermetten (Eds.) *Progress in Brain Research*, 16, 79–97. doi: 10.1016/S0079-6123(07)67006-X

Schouten, W.G., & Wiegant, V.M. (1997) Individual responses to acute and chronic stress in pigs. *Acta Physiol Scand Suppl*, 640, 88–91.

Schwabe, L., & Wolf, O.T. (2011) Stress-induced modulation of instrumental behavior: from goal-directed to habitual control of action. *Behav Brain Res.*, 219(2), 321–328. doi: 10.1016/j.bbr.2010.12.038

Seltzer, Leslie J. (2015) Social vocalizations can release oxytocin in humans. *Proc. R. Soc. B*, September 16. doi: 10.1098/rspb.2010.0567

Selye, H. (1946) The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology*, 6, 117–231. doi: 10.1210/jcem-6-2-117

Sgoifo, A., De Boer, S.F., Westenbroek, C., Maes, F.W., Beldhuis, H., Suzuki, T., & Koolhaas, J.M. (1997) Incidence of arrhythmias and heart rate variability in wild-type rats exposed to social stress. *Am J Physiol*, 273, H1754–H1760. doi: 10.1124/jpet.102.048355

Sluyter, F., van der Vlugt, J.J., Van Oortmerssen, G.A., Koolhaas, J.M., van der Hoeven, F., & De Boer, P. (1996) Studies on wild house mice. VII. Prenatal maternal environment and aggression. *Behav Gene*, 26, 513–518. doi: 10.1007/BF02359756

Spooler, H.A.M., Burbidge, J.A., Lawrence, A.B., Simmins, P.H., & Edwards, S.A. (1996) Individual behavioral differences in pigs: intra- and inter-test consistency. *Appl Anim Behav Sci*, 49, 185–198. doi: 10.1016/0168-1591(96)01033-7

Stanton, S. J., Beehner, J. C., Saini, E. K., Kuhn, C. M., & LaBar, K. S. (2009) Dominance, politics, and physiology: Voters' testosterone changes on the night of the 2008 United States presidential election. *PLoS ONE*, 4, e7543. doi: 10.1371/journal.pone.0007543

Stanton, S. J., LaBar, K. S., Saini, E. K., Kuhn, C. M., & Beehner, J. C. (2009). Stressful politics: Voters' cortisol responses to the outcome of the 2008 United States presidential election. *Psychoneuroendocrinology*, 35, 768–774. doi: 10.1016/j.psyneuen.2009.10.018

Strauts, Erin (2012) Physiological Politics: Stress and Dominance Responses to Political News. Master's Theses, 294.

Suzuki, H., & Lucas, L.R. (2010) Chronic passive exposure to aggression escalates aggressiveness of rat observers. *Aggress Behav*, 36(1), 54–66. doi:

10.1002/ab.20333.

- Ursin, H., & Olff, M. (1993) Psychobiology of coping and defense strategies. *Neuropsychobiology*, 28, 66–71. doi: 10.1159/000119002
- Viblanc, V. (2012) Coping with social stress: heart rate responses to agonistic interactions in king penguins. *Behavioral Ecology*, 23 (6), 1178–1185. doi: 10.1093/beheco/ars095
- Weiss, J.M. (1972) Influence of psychological variables on stress-induced pathology. In: Porter, R., & Knight, J. (Eds.) *Physiology, emotion and psychosomatic illness*. Amsterdam: Elsevier, CIBA Foundation Symposium. doi: 10.1002/9780470719916.ch12
- Wiepkema, P.R., & Adrichem, P.W.M.v. (1987) *Biology of stress in farm animals*. Dordrecht: Nijhoff. doi: 10.1007/978-94-009-3339-2
- Wiepkema, P.R., & Schouten, W.G.P. (1992) Stereotypies in sows during chronic stress. *Psychother Psychosom*, 57, 194–199. doi: 10.1159/000288598
- Willner, P. (1997) Validity, reliability and utility of the chronic mild stress model of depression: a 10-year review and evaluation. *Psychopharmacology*, 134(4), 319–329. doi: 10.1007/s002130050456
- Wrzesniewski, K. (1990) Measurement of the Type A behavior pattern in adolescents and young adults: cross-cultural development of AATAB. *J Behav Med.*, 13(2), 111–135. doi: 10.1007/BF00844994

## References:

- Aebi, M. (2013). Problem coping skills, psychosocial adversities and mental health problems in children and adolescents as predictors of criminal outcomes in young adulthood. *European child & adolescent psychiatry*, 23(5), 283–293.
- Benus, R.F., Bohus, B., Koolhaas, J.M., & Van Oortmerssen, G.A. (1991). Behavioural differences between artificially selected aggressive and nonaggressive mice: response to apomorphine. *Behavioural Brain Research*, 43, 203–208. doi: 10.1016/S0166-4328(05)80072-5
- Bolhuis, J.E., Schouten, E.G.W., Wiegant, V.M., & de Jong, I.C. (1998) Individual differences in pigs: behavioral response to apomorphine. *Proc. 32<sup>nd</sup> Int. Soc. for Appl. Ethology*. 82.
- Busjahn, A., Faulhaber, H.D., Freier, K., & Luft, F.C. (1999). Genetic and Environmental Influences on Coping Styles: A Twin Study. *Psychosomatic Medicine*, 61, 469–475. doi: 10.1097/00006842-199907000-00011
- Cabip, S., & Puglisi-Allegra, S. (2012) The mesoaccumbens dopamine in coping with stress. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 36, 79–89. doi: 10.1016/j.neubiorev.2011.04.012
- Cools, A.R., Brachten, R., Heeren, D., Willems, A., & Ellenbroek, B. (1990) Search after neurobiological profile of individual-specific features of wistar rats. *Brain Research Bulletin*, 24, 49–69. doi: 10.1016/0361-9230(90)90288-B
- De Boer, S.F., Slangen, J.L., & Van der Gugten, J. (1990) Plasma catecholamine and corticosterone levels during active and passive shock-prod avoidance behavior in rats: effects of chlordiazepoxide. *Physiol Behav.* 47, 1089–98. doi: 10.1016/0031-9384(90)90357-A
- De Jong, J. (1992) Factors associated with recidivism in a criminal population. *J Nerv Ment Dis.* 543–550. doi: 10.1097/00005053-199209000-00001
- Dickerson S. Negative Social Evaluation, but Not Mere Social Presence, Elicits Cortisol Responses to a Laboratory Stressor Task. *Health Psychology*, 27(1), 116–121
- Draaisma, D. (2009) Stereotypes of autism. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci.* May 27; 364(1522): 1475–1480. doi: 10.1098/rstb.2008.0324
- Driscoll, P., Demek, J., D'Angio, M., Claustre, Y., & Scatton, B. (1990) A genetically-based model for divergent stress responses: behavioral, neurochemical and hormonal aspects. In: Pliska, V., & Stranzinger, G. (Eds). *Farm animals in biomedical research*. Hamburg: Verlag Paul Parey. 97–107.
- Engel, G.L., & Schmale, A.H. (1972) Conservation withdrawal: a primary regulatory process for organic homeostasis. *Physiology, emotions and psychosomatic illness*. New York: Elsevier, 57–95. doi: 10.1002/9780470719916.ch5
- Felten, D.L., Felten, S.Y., Bellinger, D.L., Carlson, S.L., Ackerman, K.D., Madden, K.S., Olschowka, A.J.A., & Ivnat, S. (1987) Noradrenergic sympathetic neural interactions with the immune system: structure and function. *Immunol Rev*, 100, 225–60. doi: 10.1111/j.1600-065X.1987.tb00534.x
- Forgays, D.K. (1991) The relationship between Type A parenting and adolescent perceptions of family environment. *Adolescence*, 31(124), 841–862.
- Forgays, D.K. (1996) Type A behavior within families: parents and older adolescent children. *J Behav Med*, 14(4), 325–339. doi: 10.1007/BF00845110
- Friedman, M. Esther <sup>a</sup>, Arun, S. Karlamangla <sup>b</sup>, David, M. Almeida <sup>c</sup>, & Teresa, E. Seeman <sup>b</sup> (2012) Social strain and cortisol regulation in midlife in the US. *Social Science & Medicine*, 74(4), 607–615. doi: 10.1016/j.socscimed.2011.11.003
- Friedman, M., & Rosenman, R.H. (1959) Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings. *J Am Med Assoc*, 169, 286–296. doi: 10.1001/jama.1959.03000290012005
- Goicoechea, C., Ormazabal, M.J., Alfaro, M.J., & Martín, M.I. (1997) Age-related changes in nociception, behavior, and monoamine levels in rats. *General Pharmacology: The Vascular System* 28(2), 331–336. doi: 10.1016/S0306-3623(96)00222-4
- Hamilton Lisa Dawn Cortisol (2008) Sexual Arousal, and Affect in Response to Sexual Stimuli. *J Sex Med.*, 5(9), 2111–2118. doi: 10.1111/j.1743-6109.2008.00922.x
- Harmer, C. J. Rogers, R.D., Tunbridge E., & Goodwin G. M. (2003) Tryptophan depletion decreases the recognition of fear in female volunteers. *Psychopharmacology* 16, 411–417. doi:10.1007/s00213-003-1401-6
- Hart Blanton, Erin Strauts & Marisol Perez (2012) Partisan Identification as a Predictor of Cortisol Response to Election News. *Political Communication*, 29(4), 447–460. doi: 10.1080/10584609.2012.736239
- Hessing, M.J., Coenen, G.J., Vaiman, M., & Renard, C. (1995) Individual differences in cell-mediated and humoral immunity in pigs. *Vet Immunol Immunopathol*, 45, 97–113.  
doi: 10.1016/0165-2427(94)05338-S
- Hessing, M.J.C., Hagelso, A.M., Van Beek, J.A.M., Wiepkema, P.R., Schouten, W.G.P., & Krukow, R. (1993) Individual behavioural characteristics in pigs. *Applied Animal Behaviour Science*, 37, 285–95. doi: 10.1016/0168-1591(93)90118-9

- Hopster, H. (1998) Coping strategies in dairy cows. Thesis, Agricultural University, Wageningen.
- Kajantie, E., & Phillips, D.I. (2006) The effects of sex and hormonal status on the physiological response to acute psychosocial stress. *Psychoneuroendocrinology*, 31(2), 151–178.
- Kavelaars, A., Heijnen, C.J., Tennekens, R., Bruggink, J., & Koolhaas, J.M. (1999) Individual behavioral characteristics predict vulnerability to EAE in wild-type rats. *Brain Behav Immun*, 13(4), 279–286. doi: 10.1006/brbi.1998.0534
- Kim, J. (2002) The stressed hippocampus, synaptic plasticity and lost memories. *Nat Rev Neurosci*, 3(6), 453–462.
- Koolhaas, J.M., & Bohus, B. (1989) Social control in relation to neuroendocrine and immunological responses. In: Steptoe, A., Appels, A. (Eds.) *Stress, personal control and health*. Brussels: Wiley, 295–304.
- La Bar, K.S. (1998) Human amygdala activation during conditioned fear acquisition and extinction: a mixed-trial fMRI study. *Neuron*. 20(5), 937–945. doi: 10.1016/S0896-6273(00)80475-4.
- Lokhmatkina, N. (2013) Longitudinal measurement of cortisol in association with mental health and experience of domestic violence and abuse: study protocol. *BMC Psychiatry*. URL: <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/13/188>. doi: 10.1186/1471-244x-13-188.
- Lonstein, J.S. (2002) Sensory, hormonal, and neural control of maternal aggression in laboratory rodents. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 26, 869–888. doi: 10.1016/S0149-7634(02)00087-8
- Lonstein, J.S., & Gammie, S.C. (2002) Sensory, hormonal, and neural control of maternal aggression in laboratory rodents. *Neurosci Biobehav Rev*, 26(8), 869–888. doi: 10.1016/S0149-7634(02)00087-8
- López, H.H., Hay, A.C., & Conklin, P.H. (2009) Attractive men induce testosterone and cortisol release in women. *Horm Behav*, 56(1), 84–92. doi: 10.1016/j.yhbeh.2009.03.004.
- Lovallo, W.R. Cortisol secretion patterns in addiction and addiction risk. *International Journal of Psychophysiology: Official Journal of the International Organization of Psychophysiology*, 59, 195–202.
- Mason, G.J. (1991) Stereotypies: a critical review. *Anim Behav*, 41, 1015–1037. doi: 10.1016/S0003-3472(05)80640-2
- Murison, R., & Skjerve, A. (1992) Individual behavioral characteristic and extent of stress-induced gastric ulceration in rats. *Acta Physiologica Hungarica*, 80, 127–133.
- Neumann, I.D. (1959) Alterations in behavioral and neuroendocrine stress coping strategies in pregnant, parturient and lactating rats. *Progress in Brain Research*, 133, 143–152.
- Pauly, J.R., Robinson, S.F., & Collins, A.C. (1993) Chronic corticosterone administration enhances behavioral sensitization to amphetamine in mice. *Brain Research*, 620, 195–202. doi: 10.1016/0006-8993(93)90156-H
- Platje, E. (2013) Long-term stability of the cortisol awakening response over adolescence. *Psychoneuroendocrinology*, 38, 271–280. doi: 10.1016/j.psyneuen.2012.06.007
- Popma, A. (2007) The Diurnal Cortisol Cycle in Delinquent Male Adolescents and Normal Controls. *Neuropsychopharmacology*, 32, 1622–1628. doi: 10.1038/sj.npp.1301289
- Qin, S. (2009) Acute Psychological Stress Reduces Working Memory-Related Activity in the Dorsolateral Prefrontal Cortex. *Biological Psychiatry*, 66 (1), 25–32. doi: 10.1016/j.biopsych.2009.03.006
- Roosendaal, Benno (2008) Adrenal stress hormones, amygdala activation, and memory for emotionally arousing experiences. E.R. de Kloet, M.S. Oitzl & E. Vermeten (Eds.) *Progress in Brain Research*, 16, 79–97. doi: 10.1016/S0079-6123(07)67006-X
- Schouten, W.G., & Wiegant, V.M. (1997) Individual responses to acute and chronic stress in pigs. *Acta Physiol Scand Suppl*, 640, 88–91.
- Schwabe, L., & Wolf, O.T. (2011) Stress-induced modulation of instrumental behavior: from goal-directed to habitual control of action. *Behav Brain Res.*, 219(2), 321–328. doi: 10.1016/j.bbr.2010.12.038
- Seltzer, Leslie J. (2015) Social vocalizations can release oxytocin in humans. *Proc. R. Soc. B*, September 16. doi: 10.1098/rspb.2010.0567
- Selye, H. (1946) The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology*, 6, 117–231. doi: 10.1210/jcem-6-2-117
- Sgoifo, A., De Boer, S.F., Westenbroek, C., Maes, F.W., Beldhuis, H., Suzuki, T., & Koolhaas, J.M. (1997) Incidence of arrhythmias and heart rate variability in wild-type rats exposed to social stress. *Am J Physiol*. 273, H1754–H1760. doi: 10.1124/jpet.102.048355
- Sluiter, F., van der Vlugt, J.J., Van Oortmerssen, G.A., Koolhaas, J.M., van der Hoeven, F., & De Boer, P. (1996) Studies on wild house mice. VII. Prenatal maternal environment and aggression. *Behav Gene*. 26, 513–518. doi: 10.1007/BF02359756
- Spooler, H.A.M., Burbidge, J.A., Lawrence, A.B., Simmins, P.H., & Edwards, S.A. (1996) Individual behavioral differences in pigs: intra- and inter-test consistency. *Appl Anim Behav Sci*, 49, 185–198. doi: 10.1016/0168-1591(96)01033-7
- Stanton, S. J., Beehner, J. C., Saini, E. K., Kuhn, C. M., & LaBar, K. S. (2009) Dominance, politics, and physiology: Voters' testosterone changes on the night of the 2008 United States presidential election. *PLoS ONE*. 4, e7543. doi: 10.1371/journal.pone.0007543
- Stanton, S. J., LaBar, K. S., Saini, E. K., Kuhn, C. M., & Beehner, J. C. (2009). Stressful politics: Voters' cortisol responses to the outcome of the 2008 United States presidential election. *Psychoneuroendocrinology*. 35, 768–774. doi: 10.1016/j.psyneuen.2009.10.018
- Strauts, Erin (2012) Physiological Politics: Stress and Dominance Responses to Political News. *Master's Theses*, 294.
- Suzuki, H., & Lucas, L.R. (2010) Chronic passive exposure to aggression escalates aggressiveness of rat observers. *Aggress Behav*, 36(1), 54–66. doi: 10.1002/ab.20333.
- Ursin, H., & Olf, M. (1993) Psychobiology of coping and defense strategies. *Neuropsychobiology*, 28, 66–71. doi: 10.1159/000119002
- Viblanc, V. (2012) Coping with social stress: heart rate responses to agonistic interactions in king penguins. *Behavioral Ecology*, 23 (6), 1178–1185. doi: 10.1093/beheco/ars095
- Vinogradova, E.P., & Nemets, V.V. (2013) Active behavioural strategy as a risk factor for depressive-like disorders after chronic moderate stress. *[Zhurnal VND]* 63(5), 1–8.

- Vinogradova, E.P., & Zhukov, D.A. (2007) Alteration of anxiety after cortisol administration in rats selected for their ability to develop active avoidance. [*Rossiyskiy fiziologicheskiy zhurnal*], 10, 1206–1209.
- Weiss, J.M. (1972) Influence of psychological variables on stress-induced pathology. In: Porter, R., & Knight, J. (Eds.) *Physiology, emotion and psychosomatic illness*. Amsterdam: Elsevier, CIBA Foundation Symposium. doi: 10.1002/9780470719916.ch12
- Wiepkema, P.R., & Adrichem, P.W.M.v. (1987) Biology of stress in farm animals, Dordrecht: Nijhoff. doi: 10.1007/978-94-009-3339-2
- Wiepkema, P.R., & Schouten, W.G.P. (1992) Stereotypies in sows during chronic stress. *Psychother Psychosom*, 57, 194–199. doi: 10.1159/000288598
- Willner, P. (1997) Validity, reliability and utility of the chronic mild stress model of depression: a 10-year review and evaluation. *Psychopharmacology*, 134(4), 319–329. doi: 10.1007/s002130050456
- Wrzesniewski, K. (1990) Measurement of the Type A behavior pattern in adolescents and young adults: cross-cultural development of AATAB. *J Behav Med.*, 13(2), 111–135. doi: 10.1007/BF00844994
- Zhukov, D.A. (2004) Biological basis of behaviour. Humoral mechanisms. St. Petersburg, Legal Center Press.
- Zhukov, D.A., Vinogradova, E.P., & Vekovischeva, O.Yu. (2002) Rats with a passive adaptation strategy have an average, but not a lower social rank. [*Zhurnal vysshey nervnoy deyatel'nosti*], 52(2), 175–182.

# Движение и становление личности

**А.М. Айламазьян**

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 14 марта 2017/ Принята к публикации: 27 марта 2017

## Movement and personality development

**Aida M. Aylamazyan**

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

Received March 14, 2017 / Accepted for publication: March 27, 2017

В статье обсуждается роль движения в процессе становления личности, рассматривается его значение как механизма формирования личности. Отмечается, что проблематика движения занимала центральное место в отечественной психологии. Однако впоследствии движение стало рассматриваться преимущественно как исполнительный акт при реализации деятельности. Роль движения в формировании личности может меняться в зависимости от уровня, которое оно занимает в иерархической структуре деятельности, а также от вида движения, его характера, способа построения. В определенных условиях движение может выражать отношение субъекта к окружающему миру, людям.

Многие зарубежные и отечественные психологи указывают на особое место позы-тонического компонента моторики, позы в личностной регуляции. Поза человека отражает его личностные установки, систему отношений, но, прежде всего, эмоциональное отношение или эмоциональную оценку наличной ситуации, заинтересованность в выполняемых действиях. Овладение тоническим уровнем управления моторикой лежит в основе становления эмоциональной регуляции, а достижение способности владения собственной позой является важным этапом формирования личности человека.

Позно-тоническая регуляция моторики у человека носит качественно иной характер, нежели у животных, это связано с тем, что перед человеком стоит задача овладения своей позой, произвольного удержания тела в той или иной позиции. Показано, что поддержание вертикальной позы требует постоянной активности на произвольном и произвольном уровне психической регуляции. Овладение позой неустойчивого равновесия означает становление «Я» человека и является последним этапом этого становления. Способ, которым человек решает двигательную задачу поддержания вертикального положения тела, отражает его определенную личностную стратегию или установку.

**Ключевые слова:** движение, личность, саморегуляция, психомоторика, моторные типы личности, установка, поза, тонус, равновесие, построение движения, концепция Н.А. Бернштейна.

The paper discusses the role of the movement in the process of shaping the personality, its importance as a mechanism for personality development is considered. The issue of the movement has always occupied a central place in Russian psychology. However, subsequently the movement began to be considered primarily as an executive action in human life. The role of movement in personality development can vary depending on the level it occupies in the hierarchical structure of activity, and also on the type of movement, its character, and the way it is constructed. Under certain conditions, the movement can express the attitude of the subject to the surrounding world and people.

Many foreign and Russian psychologists point to a special place of the postural tonic component of the motor movement, the posture in personal regulation. The posture reflects his/her personal attitudes, the system of relationships, and, above all, the emotional attitude or emotional assessment of the current situation, the interest in the actions performed. Mastering the tonic level of motor management is based on the emotional regulation, so the ability to regulate one's own pose is an important stage in the personality development.

Posture tonic regulation of motor movements in humans reveals a qualitatively different character than in animals, this being due to the person's facing the task of mastering his/her posture, arbitrary retention of the body in one or another position. Maintaining a vertical posture requires constant activity at an arbitrary and involuntary level of mental regulation. Mastering the posture of an unstable equilibrium presupposes the emergence of the «I» and is the last stage of the development. The way a person solves the motor task of maintaining the vertical position of the body reflects his/her specific personal strategy or attitude.

**Keywords:** movement, personality, self-regulation, psychomotorics, motor types of personality, installation, posture, tone, balance, motion construction, N.A. Bernstein's concept.

В психологии деятельности и, в целом, в отечественной психологии большое внимание уделено роли движения в происхождении и развитии психики (Сеченов, 1952; Ухтомский, 1952). В фундаментальной работе А.Н. Леонтьева раскрывается связь между уровнями психического отражения и формами движений, присущих живым организмам. Переход к движению и активному перемещению в пространстве вызвал к жизни, сделал необходимым появление психического отражения, ориентирующего на расстоянии в свойствах окружающей среды и предметов, ее заполняющих (Леонтьев, 1981).

Уникальность концепции Н.А. Бернштейна состояла в том, что он преодолел отношение к движению как к исполнительному акту, как к реакции мышечной системы на определенный сигнал. В самом движении Н.А. Бернштейн увидел сложную структуру, неотделимую от процессов психологического отражения

Предметное действие как единство моторных, когнитивных и эмоциональных компонентов становится темой исследования многих работ, выполненных в рамках деятельной школы психологии (Гордеева, Зинченко, 1982). Особое внимание уделяется роли движения в становлении образа при раскрытии активной природы психического отражения (Логвиненко, 1987; Столин, 1976; Смирнов, 1985). Моторные звенья в работе сенсорного аппарата в процессе восприятия изучаются и описываются в исследованиях, посвященных микродвижениям глаза, формированию звуковысотного слуха и др. (Гиппенрейтер, 1978).

Само движение тоже является предметом исследования. Прежде всего, изучается становление высших, произвольных форм движения, формулируются представления о двигательной деятельности, двигательной задаче (Запорожец,

1986а). В работах, выполненных под руководством А.В. Запорожца, изучается опосредствованный характер движения человека: способность подчинить движение приказу, словесной инструкции, а также принятой на себя роли.

Изменение психологической структуры движения при постановке различных по психологическому смыслу и значению для субъекта задач демонстрируется в обширном классическом исследовании восстановления движений руки после ранения, проведенном в годы Великой Отечественной войны группой психологов под руководством А.Н. Леонтьева и А.В. Запорожца

(Леонтьев, Запорожец, 1945). В данный коллектив входили П.Я. Гальперин, Т.О. Гиневская, В.С. Мерлин и др. Их исследования убедительно показали, как изменение смысла выполняемого движения и способа постановки задачи меняет характеристики самого движения – психологически движение становится иным при внешне схожей моторике (например, подъем руки в плечевом суставе). Это приводит к изменению параметров движения, изменению его состава, эффективности, уровня осознанности и т.п. Хотелось бы подчеркнуть, что неосознаваемый и автоматический уровень выполнения движения возникает в связи с переходом к другому заданию, к другому смыслу движения для человека, включающему данное движение в какую-то значимую для него деятельность.

Авторами выделена также личностная установка, влияющая на процесс при-

ятия субъектом двигательной задачи и опосредующая действие механизмов психологической регуляции движения. Она отражает и ситуативное отношение субъекта к выполняемой деятельности, и более широкий, личностный контекст отношений. Роль установок в регуляции деятельности и представлении о ее иерархической и предельной структуре были сформулированы в работах А.Г. Асмолова (Асмолов, 2002).

Другой путь становления движения, выполняемого на автоматическом, неосознаваемом уровне регуляции, описан в исследованиях формирования двигательных навыков. Становление нового движения проходит этапы от развернутого действия с выделением и проговариванием отдельных операций до постепенного сворачивания ориентировочных компонентов действия, исчезновения лишних движений и возникновения точного движения, которое в значительной степени происходит автоматизировано (Боген, 1985; Гальперин, 2002). Особое внимание уделялось раскрытию роли ориентировки в становлении новых движений. Качество и организация ориентировочной деятельности влияли на степень обобщенности навыка, на способность к переносу его в другую ситуацию, способность к его осознанию и т.п.

Обучение движению может проходить и путем подражания. На важность подражания в процессе усвоения нового опыта, в том числе двигательных образцов, указывали А. Валлон, Р. Заззо, Л.С. Выготский (Валлон, 1956, 2001; Развитие ребенка, 1968; Выготский, 1982). В своих исследованиях А.В. Запорожец затрагивает также тему подражания, отмечая, что оно обедняет ориентировочную деятельность ребенка, настраивая его сразу на конечный результат (Запорожец, 1986а).

Большое влияние на подход к движению в деятельностной школе психологии оказали работы Н.А. Бернштейна по физиологии активности (Бернштейн, 1947, 1966; Фейгенберг, 2004). Уникальность концепции Н.А. Бернштейна состояла в том, что он преодолел отношение к движению как к исполнительному акту, как к реакции мышечной системы на определенный сигнал. В самом движении Н.А. Бернштейн увидел сложную



**Аида Меликовна Айламазян** – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник кафедры психологии личности факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: aida@heptachor.ru

структуру, неотделимую от процессов психологического отражения – осуществление движения опосредовано построением и уточнением образа этого движения, образа самого субъекта (его схемы тела) и результатов движения в окружающей среде. Изучение движений человека, их биодинамики позволило сформулировать представление о «живом движении», организующем его «образе потребного будущего», обеспечивающем воспроизведение движений механизма «текущей коррекции», в то время как само движение всегда вариативно и является «повторением без повторения».

Несмотря на достигнутые результаты, проблематика движения, как фундаментальная и центральная в психологии, с определенного периода сходит «на нет». В теории деятельности движение скорее выступает в роли исполнительного или операционального уровня осуществления деятельности, на первый план выходят процессы целеполагания, внутренних действий, мотивообразования и смысловой динамики как самоудовлетворяющие. Преодоление разрыва между психикой и движением, раскрытие их глубинной связи, единства, понимание движения как выражения жизни, в том числе духовного устремления человека, – все эти темы перестали быть актуальными для исследований.

Такие области, как психология труда, эргономика, спортивная психология, где само движение человека является объектом изучения, рассматривали его, прежде всего, как набор операций или биодинамический процесс. Биомеханика Н.А. Бернштейна, сведенная в исследованиях спортивных движений к чисто физиологическим описаниям и механизмам, стала терять свою психологическую составляющую. В последнее время активно развивается нейробиология и нейронауки в целом, что дало особый импульс изучению нейронных механизмов регуляции поведения. Исследованию движения в этих контекстах также придается большое значение, особенно в связи с задачами конструирования искусственного интеллекта, робототехники, компьютерного моделирования, анимации.

Утрата психологического аспекта в изучении движения и преобладание

механического или физиологического подходов возвращают к старой дихотомии телесного и психического, идеального и материального. Идея «живого движения», неотделимого от задач психологической ориентировки и преобразования окружающей среды, остается нераскрытой, так же как нераскрытыми остаются и механизмы формирования психических структур, связанные с движением человека.

Биомеханика Н.А. Бернштейна, сведенная в исследованиях спортивных движений к чисто физиологическим описаниям и механизмам, стала терять свою психологическую составляющую. В последнее время активно развивается нейробиология и нейронауки в целом, что дало особый импульс изучению нейронных механизмов регуляции поведения

Для того, чтобы раскрыть роль движения в становлении личности, необходимо найти методологические и теоретические основания такого подхода, обосновать его правомерность. Мы исходим из положения, что отношения между личностью и движением могут складываться по-разному, соответственно, роль движения в формировании личности мо-

«Живое движение» осуществляется не только в пространстве вещественных характеристик окружающего мира, но и в пространстве отношений субъекта к этому миру, к другим людям. В этом случае движение приобретает свойства предметного действия и включается в культурный космос человеческой жизни. В.П. Зинченко и С.Д. Смирнов отмечали, что «живое движение» осуществляется субъектом в рамках собственного

внутреннего субъективного пространства и времени, которое преобразует физическое пространство и время движения. «Это то самое пространство и время данного движения, которое реализуется действующим телом в специфических условиях. Это то самое пространство и время, которое может, по нашему мнению, называться актуальным

Идея «живого движения», неотделимого от задач психологической ориентировки и преобразования окружающей среды, остается нераскрытой, так же как нераскрытыми остаются и механизмы формирования психических структур, связанные с движением человека

жет меняться в зависимости, с одной стороны, от уровня, который оно занимает в иерархической структуре деятельности, а с другой – от самого вида движения, его характера, организации, способа построения. Далеко не все формы движения могут быть отнесены к «живому движению», есть и достаточно механические виды движения, личность человека как бы не участвует в них. Подчас можно наблюдать внутреннюю личностную оторванность человека от своей телесности, от двигательных проявлений. Разрыв

пространством и временем конкретного движения и в исполнении человеком приобретает свойства субъектности деятельности данного человека» (Зинченко, Смирнов, 1983, С. 113). Авторы отмечают, что «наиболее существенным признаком, отличающим “живое” движение от механического, является то, что оно представляет собой не только и не столько перемещение тела в пространстве и времени, сколько овладение пространством и временем» (Зинченко, Смирнов, 1983, С. 113).

Можно наблюдать внутреннюю личностную оторванность человека от своей телесности, от двигательных проявлений. Разрыв телесного и личностного имеет и культурно-историческую обусловленность и причинность, может принимать форму отчуждения и дисморфофобий

телесного и личностного имеет и культурно-историческую обусловленность и причинность, может принимать форму отчуждения и дисморфофобий.

Овладение пространством и временем происходит, когда такая задача встает перед субъектом и приобретает личностный смысл. Определенным зна-

чением наделяется и окружающее человека физическое пространство, освоение которого предполагает надделение его этими смыслами. Так формируется «психологическое пространство» человека как пространство отношений к людям и к миру. Простейший пример – это «круг», который становится кругом людей и выражением общности, кругом культурного мира и местом безопасности, образом космоса, местом соединения человека с этим космосом. Расширение «психологического пространства» в движении – это преодоление страхов и ограничений, это расширение своих возможностей и надделение движения смыслом, это построение отношений с людьми и стремление к единению.

Исследование двигательной активности, с точки зрения диагностики и формирования личности, человека можно найти в целом ряде работ. Так, работа О.В. Протопоповой, выполненная под руководством Л.С. Выготского, посвящена описанию психомоторных типов, соответствующих личностным и характерологическим особенностям человека (Протопопова, 2002). Согласно предположению автора, в позно-тоническом компоненте моторики отражается отношение человека к миру, к окружающей среде, к людям. Пластический рисунок движений, выполненных ребенком самостоятельно на игровых музыкально-двигательных занятиях, согласно наблюдениям автора, несет на себе отпечаток его устойчивых отношений (личностных установок). Например, выраженный фронтальный акцент в движении соответствует и желанию занять более устойчивое физическое положение, и стремлению привлечь к себе внимание, он отражает эгоцентрическую позицию личности. Наоборот, суженность движений свидетельствует о недостаточном доверии к миру и плохих связях с ним, одновременно выражая целеустремленность, приверженность некоторым идеальным, оторванным от реальности целям. Отчасти наблюдения О.В. Протопоповой подтверждаются и нашими исследованиями, выполненными на выборке взрослых испытуемых (Айламазьян, Князева, 2008).

Положение о позно-тонических компонентах двигательной активности как

выражении смысловых или личностных установок развивается в работах А.В. Запорожца, А.Н. Леонтьева, А.Г. Асмолова, Е.И. Фейгенберг и др. (Запорожец, Леонтьев, 1945; Запорожец, 1986а; Фейгенберг, Асмолов, 1994). Готовность к выполнению действия выражается в особой активации двигательного аппарата, в изменении мышечного тонуса. Отношение к выполняемому действию находит прямое отражение в состоянии моторики, в ее настроенных компонентах.

Описанные механизмы установочной регуляции носят произвольный характер, они напрямую связаны с эмоциональной оценкой ситуации субъектом. Однако по мере развития эмоциональной сферы они могут становиться более опосредствованными, произвольными и включающими задачи смысловой ориентировки. Так, рассматривая процесс становления эмоциональной регуляции, А.В. Запорожец показывает, как механизмы энергетического обеспечения поведения, селекции и настройки, являющиеся частью эмоциональных реакций, постепенно включаются в эмоциональный образ, опережающий или предшествующий действию. Далее на их основе возникает эмоционально-смысловая ориентировка субъекта (Запорожец, 1986б). Таким образом, роль позно-тонических компонентов моторики в структуре личности меняется, меняется и отношение субъекта к своим произвольным двигательным проявлениям – оно становится более активным, осознанным, «инструментальным».

Свой вклад в разработку проблемы движения внесли работы В.В. Лебединского, посвященные изучению эмоциональных нарушений и закономерностей формирования эмоциональной регуляции у детей в раннем дошкольном возрасте. Концепция эмоционального развития, разрабатываемая В.В. Лебединским совместно с сотрудниками, опирается на представления об уровне строения эмоциональной регуляции и обобщает большой эмпирический материал клинических наблюдений (Бардышевская, Лебединский, 2003). Уровневая модель эмоциональной регуляции непосредственно связана с концепцией уровней построения движения Н.А. Бернштейна. Способы эмоционального реагирования и регули-

рования соотносятся с задачами регуляции движений на каждом из выделенных уровней.

Так, на первом уровне происходит недифференцированная оценка интенсивности средовых воздействий. Оценка интенсивности входит в круг витальных задач, решаемых человеком с младенческого возраста. Она опережает все другие системы и как бы обеспечивает фон протекания жизнедеятельности. Выход воздействия за допустимые границы вызывает реакции в виде беспокойства, тревоги, страхов, агрессии. Как отмечают авторы, «многие исследователи прямо связывают особенности сензитивности с физиологическим тонусом малыша. Так, чрезмерный физиологический тонус дает оживление архаических рефлексов и двигательных реакций вообще в ответ на действие малейшего раздражителя, острую реакцию на боль, быстрый переход от сна к бодрствованию, особую чувствительность к социальным стимулам» (Бардышевская, Лебединский, 2003, С. 19).

На втором уровне – уровне аффективных стереотипов формируются аффективные предпочтения: ребенок оценивает определенные стимулы, положения как приносящие удовлетворение и стремится к их воспроизведению и повторению. «Собственное тело и связанные с ним циклические процессы, в том числе двигательные, находятся под постоянным аффективным контролем. С одной стороны, ребенок стремится к повторению приносящих удовольствие движений и действий. С другой стороны, сама регулярность циклических процессов вызывает состояние комфорта, а любой сбой в ритме – отрицательные эмоции. Отсюда особое удовольствие при выполнении ритмически организованных действий (в том числе игровых, танцевальных, спортивных движений, которые включают в себя разные виды шага, бега, прыжков, поворотов, раскачиваний, взмахов руками и ногами и пр.), опыт которых необходим для развития физического Я ребенка» (Бардышевская, Лебединский, 2003, С. 29). Остальные не менее важные уровни эмоциональной регуляции это – уровень аффективной экспансии, уровень базальной аффективной коммуникации и уровень символических регуляций.



Особенность подхода В.В. Лебединского с коллегами состоит в том, что в нем рассматривается, прежде всего, психорегулирующая функция эмоций, их активная, преобразующая и контролирующая роль в поведении (Бардышевская, Лебединский, 2003; Никольская, 2008). Кроме того, он обеспечивает проследивание связи между механизмом регуляции эмоций и механизмами регуляции движений человека. Авторы также выделяют двигательный компонент эмоциональных реакций и отмечают, что «исполнительное звено эмоциональной регуляции обладает небольшим набором внешних форм активности: это различные виды изобразительных движений (мимика, экспрессивные движения конечностей и тела), тембр и громкость голоса. Основной же вклад исполнительского звена – участие в регуляции тонической стороны психической деятельности» (Бардышевская, Лебединский, 2003, С. 14).

Все вышесказанное позволяет предположить, что настроечные компоненты движения, подготавливающие человека, его тело, мышечный аппарат к совершению определенных действий, связаны с его эмоциональными реакциями. Они выражаются не столько в специфических экспрессивных движениях, сколько во влиянии на состояние нервно-мышечного аппарата, определяя его энергетические возможности, способность осуществлять то или иное движение, его пластичность, скоординированность разных движений. Гибкая регуляция тонуса различных мышц, действующих одновременно и последовательно при выполнении движений, постоянная сменяемость этих напряжений и расслаблений, их тонкая согласованность являются условиями реализации предметных действий и жизнедеятельности человека в целом. Характер движений отражает состояние двигательной системы человека, а, значит, и свойства его эмоциональной регуляции.

Гибкость и текучесть тонических изменений, с одной стороны, и способность длительно сохранять в мобилизации определенные мышцы, способность к длительному напряжению, необходимому для достижения поставленной цели, с другой стороны, в совокупности создают

моторную основу деятельности человека. Такие параметры, как легкость перехода от бодрствования ко сну и, наоборот, от сна к бодрствованию, чередование раз-

(филогенетически более поздних). Так, уровень мышечного тонуса (уровень А) «обеспечивает всем мышцам тела тонус, т.е. фоновое напряжение, на основе ко-

Настроечные компоненты движения, подготавливающие человека, его тело, мышечный аппарат к совершению определенных действий, связаны с его эмоциональными реакциями. Они выражаются не столько в специфических экспрессивных движениях, сколько во влиянии на состояние нервно-мышечного аппарата, определяя его энергетические возможности, способность осуществлять то или иное движение, его пластичность, скоординированность разных движений

личных фаз движения и их распределение во времени, остановка движения при необходимости и выдерживание паузы, включение в ситуацию действия, энергичность двигательной активности, способность сохранять определенную направленность поведения и распределять нагрузку во времени так же, как и удерживать определенную позу, свидетельствуют о качестве этой регуляции, о сформированности деятельности.

Наше предположение состоит в том,

Овладение тоническим уровнем управления моторикой лежит в основе становления эмоциональной регуляции, а овладение своей позой является важным этапом и механизмом формирования личности человека. Рассмотрим эти вопросы подробнее

что овладение тоническим уровнем управления моторикой лежит в основе становления эмоциональной регуляции, а овладение своей позой является важным этапом и механизмом формирования личности человека. Рассмотрим эти вопросы подробнее.

Позно-тоническая регуляция моторики у человека носит качественно иной характер, чем у животных, и связано это с тем, что перед человеком встает задача овладения своей позой, произвольного удержания тела в той или иной позиции

Первый вопрос касается специфики тонической регуляции движений у человека. Регуляция на этом уровне встречается и у животных, более того, это самый древний способ управления движением – в концепции Н.А. Бернштейна он называется палеокинетическим. Ученый предположил, что каждый уровень регуляции обеспечивает определенный класс движений: более древние уровни осуществляют движения, которые становятся фоновыми для вышележащих уровней

того более высокие уровни могут рисовать узоры выводимых ими быстрых, ловких или силовых движений. Кроме того, уровень А участвует в координации движений», а также «управляет возбудимостью не только мышц, но и спинно-мозговых клеток» (Фейгенберг, 2004, С. 120). К фоновым уровням относят и управление ритмическими движениями, требующими чередования работы мышц сгибателей и разгибателей, а также локомоциями – перемещениями в про-

странстве. В работах Н.А. Бернштейна мы не находим указаний на специфику работы данных уровней регуляции движения человека. По его мнению, эти уровни работают произвольно и не часто становятся ведущими. Особенно это касается уровня А, который чрезвычайно редко

самостоятельно управляет движением человека. Возникают ли такие ситуации или периоды в жизни человека, когда задача управления тоническим компонентом моторики выходит на первый план, становится целеобразующей или смыслообразующей?

Мы предполагаем, что позно-тоническая регуляция моторики у человека носит качественно иной характер, чем у животных, и связано это с тем, что перед человеком встает задача овладения

своей позой, произвольного удержания тела в той или иной позиции.

Наряду с произвольной регуляцией тонуса, у человека формируется произвольная регуляция позы, необходимая для удержания тела в определенном положении при выполнении движений. Способ выполнения движения (в положении лежа, сидя, стоя) является характеристикой жизнедеятельности человека. Поддержание тела в определенном положении требует специальных усилий человека. Способность к регуляции позы в статике и движении формируется у ребенка в онтогенезе с помощью взрослого, на основе культурно заданных ориентиров и образцов. «Различные позы и их вариации, будь то позы “стоя”, “сидя” или “лежа”, как и жесты, во многом зависят от культурного контекста ... Поза может выступить знаком уверенной или, напротив, настороженной установки личности в общении между людьми» (Фейгенберг, Асмолов, 2002, С. 386). Особое место среди двигательных задач занимает задача по поддержанию вертикального положения тела, требующая сложной координации, активности сознания, регуляции равновесия. На психологическую роль и физическую сложность поддержания тела в вертикальном положении, на значение овладения позой и тонической регуляцией тела для становления личности указывали многие отечественные и зарубежные психологи и физиологи (П. Жане, А. Валлон, Э.А. Колидзе и др.).

П. Жане рассматривает личность с точки зрения той работы, которую проделывает субъект по организации себя как целостности. «Наша личность, – писал П. Жане, – внутренняя работа по формированию целостности и обособленности сначала с материальной, а затем и с социальной точки зрения» (Жане, 2010, С. 22). Первые проявления целостности возникают на телесном уровне. «Телесная личность» связывается данным автором с регуляцией движений, регуляцией рефлексов и совокупностью кинестетических ощущений. Важнейшими регулятивными задачами, направленными на формирование целостности субъекта, являются: поддержание позы, сочетание движения с исходной позой, поддержание направления движения. Приведем выдержку из опубликованных лекций

П. Жане, посвященных психологии личности. Рассуждения П. Жане касаются истоков личности, которые находятся на телесном уровне: «... мы организуем нашу внутреннюю среду, чтобы сохранять желаемую общую позу. Речь идет не просто об отдельных положениях, как говорил Боннье, а о целостной позе. Мы претендуем на то, чтобы сохранять положение стоя или сидя. Это гораздо сложнее, чем может показаться, поскольку все внутри нас, по идее, должно раскатываться, падать из стороны в сторону и может нас опрокинуть. Мы регулируем все наши движения так, чтобы сохранять общее положение. Таким образом, кроме элементарных движений, простых рефлексов, есть еще кое-что: а именно, регуляция самих рефлексов кинестетическим чувством. Каждое наше движение регулируется так, чтобы оно могло учитывать предыдущую позу, длиться, несмотря на течения, приливы и отливы. И мы также обладаем общими регуляторами всего тела – регуляторами равновесия. Вот в чем я вижу зародыш личности ...» (Жане, 2010, С. 54).

На особую роль психомоторики в развитии ребенка указывал А. Валлон (Валлон, 1956, 2001). Уникальность его концепции состоит в том, что развитие рассматривается им как процесс дифференциации различных типов поведения из первоначального органического единства – «синкретической общительности». На ранних этапах развития роль автоматизмов позы, тонической активности особенно велика, и тоническая активность не отделена от активности клонической или собственно направленных движений.

Рефлексы или автоматизмы позы впервые описаны Р. Магнусом и де Клейном. Они наблюдали координированные рефлексы преддверия и мышц шеи у недоношенных и новорожденных младенцев. В дальнейшем реакции позы приобретают активный характер, являясь приспособлением к опоре при попытках выполнить определенное движение. Как пишет Р. Заззо, «имеется реакция, приобретаемая уже в течение первых недель, которая заключается в активном поднятии головы и смещении ее в стороны при помощи мышц затылка и шеи. Затем появляется целая серия дополнительных приспособлений,

возникающих, благодаря контакту ребенка с опорой, при попытках принять положение сидя, на четвереньках, при попытках встать и, наконец, ходить. Различия между этими реакциями и теми рефлексами, которые наблюдались Р. Магнусом и де Клейном, заключается в том, что они уже не имеют пассивного характера и представляют собой активное вступление во внешний мир» (Развитие ребенка, 1968, С. 132).

Затем развитие моторной активности идет по двум направлениям, дифференцируясь, во впоследствии и интегрируясь, создавая новые формы поведения. По мнению А. Валлона, «первое направление развития моторики – развитие тонуса – представляет собой отправной пункт для аффективности и для синкретических аффективных процессов, связанных уже с общением. Второе направление развития выражается в развитии сенсомоторных реакций. Здесь циркулярные реакции составляют основу для дальнейшего генеза понятия объекта и для репрезентации» (Развитие ребенка, 1968, С. 137). Суть эволюции в дальнейшем состоит во взаимодействии этих аспектов активности, преобразовании первоначальной недифференцированной общительности: «... когда происходит эта эволюция в аффективном плане, общительность становится все более интеллектуальной, продолжая сохранять, тем не менее, свою аффективную, эмоциональную основу, что может быть обнаружено даже у взрослого» (Развитие ребенка, 1968, С. 138).

В концепции А. Валлона отметим следующие моменты и положения. Во-первых, моторное, двигательное и психическое развитие рассматриваются в единстве. Моторная активность лежит в основе психической эволюции. Во-вторых, выделяются различные аспекты моторики и формы поведения. Тоническая активность играет важную роль и связывается с аффективностью, общением и становлением самосознания (отделением «себя» в актах общения от «другого»). Наконец, речь идет об эволюции тонической активности, которая интеллектуализируется и приобретает новые формы, вплоть до имитации поведения. А. Валлон подчеркивает, что регуляция положения тела является реакциями отношения, которые возникают вследствие

присутствия «другого» в ситуациях взаимодействия и общения.

**В** отечественной психологии моторика человека также рассматривается с нескольких сторон: выделяются как инструментальный, орудийный, так и позно-тонический компоненты. Так, О.В. Протопопова, а позднее А.В. Запорожец, подчеркивают, что позно-тонический компонент моторики отражает отношение человека к тому, что он делает (к исполняемому действию), к другим людям, окружающей среде (Протопопова, 2002; Запорожец, 1986б). По мнению О.В. Протопоповой, можно говорить о психомоторных типах, выражающих обобщенное отношение человека к миру: отношение открытости, интереса, доверия – отношение закрытости, недоверия, ухода, опасности; эгоцентризм, стремление подчинить себе окружающих – децентрация, учет интересов и позиций других людей; стремление к устойчивости, ригидность – стремление к изменениям, пластичность, и т.п. Эти отношения непроизвольно выражаются в тонических компонентах моторики, что приводит к характерным позам и таким способам выполнения движений, когда начинает доминировать тот или иной пространственный вектор движения (Протопопова, 2002).

**А.В. Запорожец** подробно исследует роль установок в регуляции движений. Установка как готовность к действию имеет свои физиологические механизмы, что рассматривается и подробно анализируется автором. Многоступенчатая система физиологической подготовки движения включает в себя механизмы мобилизации внутренних органов, призванных энергетически обеспечить предстоящую работу, и механизмы приведения в состояние готовности или активного покоя тех нервных структур, которые включены в осуществление двигательного акта (Запорожец, 1986б).

**Как** указывает А.В. Запорожец, физиологическая природа такой готовности к действию может быть понята в свете общего учения об уровнях физиологического покоя Н.Е. Введенского и А.А. Ухтомского, а также более специальных исследований Л.А. Орбели, посвященных тоническим функциям нервной системы. «Возникающие при определенных усло-

виях изменения тонуса нервной, а также мышечной системы создают те исходные функциональные состояния, на фоне которых разворачиваются фазические процессы, составляющие непосредственную основу поведения, внешней деятельности организма. Тонические процессы рефлекторны и при изменении специфической для них обстановочной или установочной сигнализации путем перераспределения тонуса возбуждения переключаются с одних нервных путей на другие ...» (Запорожец, 1986б, С. 190). У человека тоническая настройка на предстоящее действие может возникать не только непосредственно, но под влиянием словесных раздражителей.

**Обсуждая** далее психологическое содержание и функции установочной регуляции, А.В. Запорожец приходит к выводу, что установка отражает отношение субъекта к объекту или объектные свойства в их отношении к возможности удовлетворения тех или иных потребностей субъекта. Он утверждает, что «предметы человеческой деятельности должны рассматриваться психологией в двоякого рода отношениях: в отношениях к другим объектам и в отношениях к субъекту, к его жизненным потребностям и интересам. Второй род отношений, личностно-смысловых, и отражается в форме установки в отличие от предметно-технических отношений, получающих отражение в форме навыков, а также различных знаний о предметах» (Запорожец, 1986б, С. 222). Поскольку, с другой стороны, установка является системой тонических условных рефлексов, то можно рассматривать позно-тонические компоненты моторики как носители личностно-смыслового содержания поведения. Как пишет А.В. Запорожец, «такими особыми, отличными от самого внешнего действия, материальными носителями смыслового содержания установки являются ... процессы внутренней моторики, система позиционно-тонических рефлексов, с помощью которых осуществляется внутренняя подготовка субъекта к предстоящему поведению» (Запорожец, 1986б, С. 222).

**Среди** современных исследований хочется выделить работы, в которых раскрывается связь эмоциональной регуляции, личностного развития

и двигательной активности. Так, в цикле исследований В.В. Лебединского рассматриваются уровни эмоциональной регуляции, задачи каждого уровня, возможные нарушения в случае патологического развития (Бардышевская, Лебединский, 2003).

**Следует** отметить уникальное исследование Э.А. Колидзея, посвященное изучению двигательной деятельности ребенка как средства его психического развития и, прежде всего, личностно-смыслового развития (Колидзея, 2001). Автор описывает различные виды и способы осуществления движения в качестве определяющих характер его жизнедеятельности. Пространство двигательной активности ребенка представляется как единство физического, социального и психологического пространства отношений. Каждый способ жизнедеятельности ребенка, предполагающий разные способы передвижения (лежа, сидя, ползая, стоя), ставит перед ним свои двигательные задачи, формирует свой психологический образ мира. Подчеркнем, что автор пытается раскрыть связь между способом осуществления движения, характером двигательной активности и особенностями отношения ребенка к окружающему миру, окружающим людям, самому себе. По мере вставания, а затем овладения ходьбой и бегом, символическими формами движения это отношение становится все более активным, избирательным, выражающим интересы и потребности ребенка. Так, «на этапе сюжетных игр ребенок продолжает расширять свои связи с внешним миром путем все более многообразного применения двигательных действий с вещами. Это «расширение» плавно переходит в соединение цепочек действий по канве сюжета или по логике действия персонажей» (Колидзея, 2001, С. 81). Следующий этап развития двигательной деятельности связан со способностью ребенка к выделению последовательности действий и обобщенных свойств пространства в виде схемы – модели. Такая способность позволяет объединять части действий с помощью названия и по ним строить схему действий. Именно на этой основе зарождается образ реального «я» как обобщенной самооценки своих действий. Старший дошкольник, по мнению автора, достигает

стадии сознательного субъекта, что выражается в осмысленном отношении к исполняемой двигательной деятельности. «Психологическое пространство двигательной деятельности сознательного субъекта характеризуется развитым смысловым отношением к действительности. Ему доступно понять не только механические свойства движения, но и выделить мотивационные и социальные проявления двигательной деятельности» (Колидзей, 2001, С. 88).

Многие исследователи, как в зарубежной, так и в отечественной психологии, указывают на особое место позно-тонического компонента моторики, позы в личностной регуляции. Речь идет о том, что поза человека отражает его личностные установки, систему отношений и, прежде всего, эмоциональное отношение или эмоциональную оценку наличной ситуации, заинтересованность в выполняемых действиях

Подводя итоги проведенного анализа, отметим следующее. Многие исследователи, как в зарубежной, так и в отечественной психологии, указывают на особое место позно-тонического компонента моторики, позы в личностной регуляции. Речь идет о том, что поза человека отражает его личностные установки, систему отношений и, прежде всего, эмоциональное отношение или эмоциональную оценку наличной ситуации, заинтересованность в выполняемых действиях.

Для того, чтобы раскрыть особенности тонической активности человека, необходимо описать ее с точки зрения тех задач, которые она призвана решать, учитывая физические и биомеханические условия выполнения движения человеком

Сама поза отражает готовность к определенной деятельности и выполняет данную функцию при организации движения. Механизм избирательной настройки нервно-мышечного аппарата действует рефлекторно, имеет физиологическую природу. На произвольный характер тонической регуляции движения указывает целый ряд авторов, в том числе Н.А. Бернштейн. Основным показателем и психологическим знаком позы является ее направленность. Повернут ли человек к объекту, приближается ли к нему или, наоборот, отворачивается, отодвигается, отходит – вот главные моменты, на которые обращает внимание А.В. Запорожец, О.В. Протопопова и другие авторы, пытаясь психологически интерпретиро-

вать двигательное поведение человека. Эти компоненты позы могут иметь скрытый характер, свидетельствуя о подлинных намерениях или отношениях субъекта, выполняющего те или иные действия. Так, противоречивость позы может отражать внутреннее нежелание или несогласие человека с тем, что он делает. Имеют место попытки найти психологический смысл различной направленности движения, выраженного в характерной позе: направление сагиттали, горизонтали, ди-

агонали. Наряду с указанным выше исследованием О.В. Протопоповой, можно сослаться и на работы теоретиков театра, в которых рассматриваются и описываются законы выразительного движения, выразительного жеста (Бродецкий, 2000).

Нам представляется, что в указанных работах недостаточное внимание уделяется вопросу специфической тонической регуляции движений у человека и ее отличия от тонической (позовой) регуляции движений у животных. Под-

черкивая произвольный, рефлекторный, фоновый характер позно-тонической активности, авторы оставляют за скобками проблему принципиального отличия действия данного уровня организации движения у человека. В чем это отличие – вопрос остается открытым, несмотря на ряд особенностей, например, таких как способность к принятию соответствующей позы по словесному указу (А.В. Запорожец) или на основе имитации (А. Валлон). Э.А. Колидзей особенно подчеркивает, что движение на определенных этапах можно рассматривать как деятельность, когда задача овладения движением становится смыслообразующей, ведущей – овладение различными способами жизнедеятель-

ности в положении лежа, сидя и стоя, различными способами передвижения в младенчестве и др.

Для того, чтобы раскрыть особенности тонической активности человека, необходимо описать ее с точки зрения тех задач, которые она призвана решать, учитывая физические и биомеханические условия выполнения движения человеком.

Базовая двигательная задача, требующая поддержания определенной позы, определенного положения, состоит в преодолении силы гравитации и в удержании равновесия в вертикальном положении. Не менее важным условием успешного управления двигательным аппаратом является учет сил инерции и трения. Создается впечатление, что стремление к преодолению гравитации лежит в основании человеческой активности. В отличие от животных, двигательная активность человека развивается долго и постепенно, в течение всего детства. Ребенок овладевает разными способами движения, осуществления жизнедеятельности в положении лежа, ползая, вставая, перемещаясь стоя. Но и этим не ограничивается список возможных видов движения. Человек изобретает все новые способы и приемы перемещения: может ходить вверх ногами, с помощью различных предметов, используя разнообразные шаги. Он обладает индивидуальными неповторимыми чертами, выполняя все эти движения, его походка уникальна, она служит отличительным знаком человека (часто более ярким, чем, скажем, телесные параметры, физические характеристики внешности). Способность узнать человека по походке или вспоминать его, обращаясь к образу походки, многократно описана в художественной и документальной литературе, обыграна в поэзии. А в хореографии и других пластических искусствах с помощью особенностей походки и позы человека создается выразительный «характер», образ персонажа.

Свобода, незаданность способов выполнения движения с одновременным стремлением к преодолению силы притяжения земли являются неотъемлемыми характеристиками двигательной активности человека. Попытка оторваться от земли, в идеале, взлететь – мечта, сопровождающая человека на протяже-

нии истории. Что стоит за этим – выраженное на телесном уровне желание овладеть природными силами, расширить свои возможности, раздвинуть пределы доступного или более прагматическая мотивация: поиск преимуществ в борьбе за выживание, за власть? Как бы ни оценивалось это стремление, можно констатировать, что оно лежит в основе двигательного развития человека, а, значит, и психического развития ребенка.

Чтобы понять особенности, психологическую структуру позно-тонической активности человека, необходимо рассмотреть биомеханические условия и физиологические механизмы регуляции позы. Обратимся к работе В.С. Гурфинкеля, Я.М. Коца и М.Л. Шика, в которой изложены результаты физиологического изучения вертикальной позы человека (Гурфинкель, Коц, Шик, 1965). Прежде всего, авторы подчеркивают, что сохранение позы в биомеханическом плане является трудной задачей. «В настоящее время нелегко представить себе, как удастся организму, если принять во внимание многозвенность скелета и соответственно необозримость множества возможных поз, находить нужную позу из самых различных исходных положений и сохранять ее при действии переменных внешних сил ... Следовательно, организм использует какой-то нетривиальный способ поиска и сохранения нужной позы» (Гурфинкель, Коц, Шик, 1965, С. 5). Выводы, полученные авторами, имеют значение для психологического изучения позы и ее роли в регуляции поведения.

Первый вывод, на который мы хотели бы обратить внимание, касается роли врожденных механизмов в позной активности. Он опровергает сложившееся мнение о ведущей роли так называемых «рефлексов позы». В школе Р. Магнуса были описаны шейные и лабиринтные рефлексы, а также отдельные сегментные реакции, которые, по данным исследователей, можно наблюдать как у животных, так и у человека (Магнус, 1962). Однако полученные в дальнейшем результаты показывают, что данные рефлексы у человека затормаживаются, и регуляция осуществляется с помощью других механизмов. Так, В.С. Гурфинкель с соавторами ссылается на целый ряд исследова-

ний. М.Б. Кроль, Д.А. Марков, Н.Г. Кантор, изучая влияние поворотов головы на тонус мускулатуры рук у здоровых людей, отмечают, что они не наблюдали при этом каких-либо двигательных проявлений (Гурфинкель, Коц, Шик, 1965). Одной из разновидностей реакций описанных Р. Магнуса локальных реакций является реакция опоры. Многочисленные работы клиницистов показывают, что у здоровых людей типичной положительной реакцией опоры с напряжением мускулатуры всей конечности не наблюдается. Вывод авторов: «Таким образом, очень точные и убедительные экспериментальные данные Р. Магнуса и его школы, полученные в основном на кроликах, кошках и собаках, не могут быть прямо использованы для объяснения механизмов регуляции вертикального положения тела человека» (Гурфинкель, Коц, Шик, 1965, С. 223–224).

Специфика поддержания позы человеком состоит в ее динамическом характере – постоянная утрата равновесия или смещение центра тяжести сопровождается восстановлением равновесия за счет работы многозвенового двигательного аппарата. Стояние, таким образом, представляет собой колебательный процесс. Согласно нашим наблюдениям, перемещение в пространстве также можно рассматривать как некую утрату равновесия – смещение центра тяжести вызывает движение, одновременно позволяющее сохранить вертикальное положение тела. Многозвенность двигательного аппарата создает возможность удерживать равновесие разными способами, в той или иной степени используя противопоставление, противодвижение.

Таким образом, в поддержании позы участвуют не только спинальные, но и центральные отделы нервной системы. Авторы предлагают говорить о многоуровневой системе управления и поддержания вертикального положения тела, сохранения равновесия. Многоуровневая система управления также обеспечивается и сложной системой афферентации: зрительной, слуховой, кинестетической, вестибулярной. Особую роль в регуляции позы играет стопа, выполняя функции органа восприятия, посылающего информацию о качестве и свойствах опоры, степени ее упругости, угле наклона. Взаимодействие между уровнями ре-

гуляции выглядит следующим образом: первая система подвергается непрерывному контролю и воздействию со стороны следующей, более высокой управляющей системы. В систему I входит сегментарный аппарат спинного мозга, получающий афферентацию от мышечных центров. Далее «суставные рецепторы, зрительный анализатор и вестибулярный аппарат входят в более высокую систему управления – систему II. Эта система более инертна и менее чувствительна. Непосредственного участия в быстропротекающих реакциях равновесия она не принимает ... Настройка сегментарного аппарата спинного мозга перед движением, изменение собственной системы взаимодействия спинальных центров – именно таким путем осуществляется процесс супраспинального управления двигательной активностью» (Гурфинкель, Коц, Шик, 1965, С. 226).

В приведенном исследовании убедительно показано, что поддержание вертикальной позы является достаточно сложным регуляционным процессом и требует постоянной активности нервно-мышечного аппарата. Тело человека в вертикальном положении находится в состоянии неустойчивого равновесия и для управления им требуется максимальное включение сознания субъекта, контролирующего движение.

Все сказанное позволяет сделать предположение, что движение в вертикальной позе, как и акт вставания у человека, требует произвольной активности или волевого усилия субъекта. Это особое усилие принципиально меняет структуру позно-тонического компонента моторики. Непроизвольная регуляция тонуса и соответствующие условно-рефлекторные механизмы опосредствуются намерением и дополнительным мотивационным стимулированием.

К культурным средствам овладения вертикальной позой можно отнести различные приспособления для вставания и ходьбы, определенные приемы и техники обучения ходьбе, стоянию, сидению. Одежда, визуальный образ человека прямо стоящего, изображение и обозначение вертикали в окружающем пространстве и пр. также относятся к культурным средствам организации двигательного поведения.

Выдвинутое представление о характере позно-тонической активности человека позволяет понять, какую роль данный компонент моторики играет в становлении личности, саморегуляции и какое

движений в различных направлениях, уравнивающих тело.

Особое значение для развития личности позно-тонический компонент моторики приобретает в момент его

Овладение позой неустойчивого равновесия означает становление «я» человека и отражает этапы этого становления. Неслучайно в языке встречаются такие выражения, как «уметь держать себя» или «не согнуться под грузом обстоятельств», предполагающие одновременно и определенное двигательное поведение, и характер отношений с окружающими, и способность к саморегуляции

значение он может иметь для диагностики и понимания базовых личностных структур. Овладение позой неустойчивого равновесия означает становление «я» человека и отражает этапы этого становления. Неслучайно в языке встречаются такие выражения, как «уметь держать себя» или «не согнуться под грузом обстоятельств», предполагающие одновременно и определенное двигательное поведение, и характер отношений с окружающими, и способность к саморегуляции. В описаниях внутреннего состояния человека мы часто используем слова, указывающие на характер позы и ее вертикальной организации: «надлом», «слом», «натянут как струна», «подъем», «падение», «взлет», «опущенность», «придавленность», «легкость», «тяжесть», «приподнятость», «возвышенность» и т.п. Эти слова очень точно подмечают то, как двигательная активность отражает эмоциональное состояние человека, его волевые качества, способность справляться с жизненными обстоятельствами, устремленность к жизненным целям, идеалам, способность к волевому усилию, собранность, целостность личности, уровень ее активности и включенность в исполняемую деятельность.

Необходимо учитывать и когнитивный компонент, участвующий в регуляции вертикального положения тела. Успешное поддержание равновесия требует повышенного уровня бодрствования, участия пространственной ориентировки, сложных координаций

становления, когда на ранних этапах онтогенеза происходит овладение вертикальной позой движения. Возможно, двигательная активность в раннем детстве может рассматриваться как ведущая деятельность, внутри которой складываются основные психические новообразования ребенка, в том числе основы личности.

Другой период, когда позно-тоническая активность выходит на первый план, связан с овладением экспрессивным поведением, формированием умения контролировать произвольные двигательные проявления эмоциональных реакций, использовать культурные жесты. Это происходит и в дошкольном, и в подростковом возрасте.

Позднее осознание позы, уровня тонуса может стать специальной задачей в рамках той или иной деятельности, в том числе в художественной практике, актерском тренинге, экспрессивных психологических тренингах, на релаксационных занятиях и т.п. Позно-тонический компонент может стать основой эмоционально-смысловой ориентировки человека, когда внутренняя «регистрация», фиксация кинестетических ощущений позволяет осознать испытываемые человеком эмоции, понять свое отношение к тому или иному событию в жизни. Так, реакции собственного тела, тонкие изменения в состоянии мышечного тонуса помогают созданию эмоционального образа и осознанию отношений, смыслов.

Регуляция позы представляет собой сложную деятельность, в которой участвуют как произвольные, так и произвольные механизмы. Поза человека отражает не отдельный компонент психической регуляции, а всю совокупность психической регуляции. Так, задача эмоциональной регуляции с неизбежностью встает при необходимости удержать равновесие в вертикальном положении. Неслучайно возникли такие выражения, как «психическое равновесие», «эмоциональное равновесие», «душевное равновесие».

Способ, которым человек решает двигательную задачу поддержания вертикального положения тела, отражает определенную личностную стратегию или установку. Одни стратегии направлены на создание статического равновесия (например, через минимизацию возмущающих воздействий, выводящих тело из состояния равновесия, или через увеличение площади опоры).

Им противоположна стратегия, направленная на овладение стоянием и движением в состоянии динамического равновесия. В последнем случае неустойчивость не преодолевается, а используется для инициации движения, для его эффективной организации. Динамическое равновесие поддерживается за счет увеличения степеней свободы различных частей тела и подвижности центра тяжести. Сила тяжести, вызывающая падение, помогает перемещению тела в пространстве, бегу, прыжку, а противодвижение – удержанию равновесия и вертикали.

Такой способ организации движения выражает собой сложную диалектическую форму порядка и гармонии, опирающуюся на действующие природные силы, допускающую проявление «стихий» как на физическом, так и психологическом уровнях. Подобная организация движения и удержания равновесия невозможна без установки личности на открытость, спонтанность, развитие, доверие, творчество.

#### Литература:

Айламазьян А.М., Князева Т.С. Связь моторики человека с его личностными характеристиками // Вопросы психологии. – № 2. – 2008. – С. 62–73.

Айламазьян А.М. Роль пластического образа в формировании идентичности личности: исторический аспект // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 4(20). – С. 37–48. doi: 10.11621/npj.2015.0405

- Асмолов А.Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии. – Москва : Смысл, 2002.
- Бардышевская М.К., Лебединский В.В. Диагностика эмоциональных нарушений у детей. – Москва : УМК «Психология», 2003.
- Бернштейн Н.А. О построении движений. – Москва : Медгиз, 1947.
- Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – Москва : Медицина, 1966.
- Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – Москва : Физкультура и спорт, 1985.
- Бродецкий А.Я. Внеречевое общение в жизни и искусстве: азбука молчания : учеб. пособие для творческих учеб. заведений. – Москва : ВЛАДОС, 2000.
- Валлон А. От действия к мысли. Очерк сравнительной психологии / пер. с фр. Е.К. Андреевой, Ю.В. Жуковой, общ. ред., вступ. ст. А.Н. Леонтьева. – Москва : Изд-во иностранной литературы, 1956.
- Валлон А. Психическое развитие ребенка / пер. с фр. Л.И. Анцыферовой. – Санкт-Петербург : Питер, 2001.
- Выготский Л.С. Проблемы общей психологии // Л.С. Выготский Собрание сочинений. В 6 тт. Т. 2. / под ред. В.В. Давыдова. – Москва : Педагогика, 1982.
- Гальперин П.Я. Лекции по психологии : учеб. пособие для студентов вузов. – Москва : Университет, Высшая школа, 2002.
- Гиппенрейтер Ю.Б. Движения человеческого глаза. – Москва : МГУ, 1978.
- Гордеева Н.Д., Зинченко В.П. Функциональная структура действия. – Москва : МГУ, 1982.
- Гурфинкель В.С., Коц Я.М., Шик М.Л. Регуляция позы человека. – Москва : Наука, 1965.
- Жане П. Психологическая эволюция личности / пер. с фр. Н.Ю. Федуниной. – Москва : Академический Проект, 2010.
- Запорожец А.В. Развитие произвольных движений // А.В. Запорожец Избранные психологические труды. В 2 тт. Т. 2. – Москва : Педагогика, 1986а.
- Запорожец А.В. К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка // Запорожец А.В. Избранные психологические труды. В 2-х тт. Т. 1. Психическое развитие ребенка. – Москва : Педагогика, 1986б. – С. 260–275.
- Зинченко В.П., Смирнов С.Д. Методологические вопросы психологии. – Москва : МГУ, 1983.
- Каминская Н.А., Айламазян А.М. Исследования образа физического «Я» в различных психологических школах // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 3(19). – С. 45–55. doi: 10.11621/npj.2015.0305
- Колидзей Э.А. Двигательная деятельность ребенка в пространстве его отношений к действительности. – Балашов : Изд-во ВПИ, 2001.
- Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – Москва : Изд-во МГУ, 1981.
- Леонтьев А.Н., Запорожец А.В. Восстановление движения. Психофизиологическое исследование восстановления функций руки после ранения. – Москва : Советская наука, 1945.
- Логвиненко А.Д. Психология восприятия. – Москва : Педагогика, 1987.
- Магнус Р. Установка тела. – Москва : Изд-во АН СССР, 1962.
- Никольская О.С. Аффективная сфера как система смыслов, организующих сознание и поведение. – Москва : МГППУ, 2008.
- Протопопова О.В. Моторика и психоортопедия // Психология аномального развития ребенка : хрестоматия. В 2 тт. Т. 2. / под ред. В.В. Лебединского, М.К. Бардышевской. – Москва : ЧеРо, Высшая школа, Изд-во МГУ, 2002. – С. 687–729.
- Развитие ребенка / пер. с англ. М.С. Роговина ; под ред. А.В. Запорожца и Л.А. Венгера. – Москва : Просвещение, 1968.
- Сеченов И.М. Избранные произведения. – Москва : Наука, 1952.
- Смирнов С.Д. Психология образа: проблема активности психического отражения. – Москва : Изд-во МГУ, 1985.
- Столин В.В. Исследование порождения зрительного пространственного образа // Восприятие и деятельность / под ред. проф. А.Н. Леонтьева. – Москва : Изд-во МГУ, 1976. – С. 101–208.
- Ухтомский А.А. Физиология двигательного аппарата // А.А. Ухтомский Собрание сочинений. В 5 тт. Т. 3. – Ленинград : Изд-во ЛГУ, 1952.
- Фейгенберг И.М. Николай Бернштейн: от рефлекса к модели будущего. – Москва : Смысл, 2004.
- Фейгенберг Е.И., Асмолов А.Г. Культурно-историческая концепция и возможности использования невербальной коммуникации в восстановительном воспитании личности // Вопросы психологии. – № 6. – 1994. – С. 74–79.

## References:

- Ailamazyan, A.M., & Knyazeva, T.S. (2008) Relationship of motor skills with personal characteristics of a person. [*Voprosy psikhologii*], 2, 62–73.
- Ailamazyan, A.M. (2015). The role of the plastic image in developing personal identity: historical aspects. *National Psychological Journal*, 4, 37–48. doi: 10.11621/npj.2015.0405
- Asmolov, A.G. (2002) On the other side of consciousness: the methodological problems of nonclassical psychology. Moscow, Smysl.
- Bardyshevskaya, M.K., & Lebedinsky, V.V. (2003) Diagnosis of emotional disorders in children. Moscow, UMK «Psikhologiya».
- Bernstein, N.A. (1947) On the construction of motions. Moscow, Medgiz.
- Bernstein, N.A. (1966) Essays on the physiology of movements and physiology of activity. Moscow, Meditsina.
- Bogen, M.M. (1985) Motion training. Moscow, Fizkul'tura i sport.
- Brodetsky, A.Ya. (2000) Vnerechevoe communication in life and art: the ABC of silence: textbook. Manual for creative institutes. Moscow, VLADOS.
- Feigenberg, I.M. (2004) Nikolai Bernshtein: from the reflex to the model of the future. Moscow, Smysl.
- Feigenberg, E.I., & Asmolov, A.G. (1994) Cultural historical concept and the possibility of using non-verbal communication in restorative education of personality. [*Voprosy psikhologii*], 6, 74–79.

- Galperin, P.Ya. (2002) Lectures on Psychology: Textbook for university students. Moscow, Universitet, Vysshaya shkola.
- Gippenreiter, Yu.B. (1978) Movement of the human eye. Moscow, MGU.
- Gordeeva, N.D., & Zinchenko, V.P. (1982) Functional structure of the action. Moscow, MGU.
- Gurfinkel, V.S., Kots, Ya.M., & Shik, M.L. (1965) Regulation of the person's posture. Moscow, Nauka.
- Janet, P. (2010) Psychological evolution of personality. Moscow, Academicheskii Proekt.
- Kaminskaya N.A., Ailamazyan A.M. (2015). Studies of the body image in various psychological approaches. *National Psychological Journal*, 3, 45–55. doi: 10.11621/npj.2015.0305
- Kolidzey, E.A. (2001) The motor activity of the child in relationship to reality. Balashov, Izdatel'stvo BGPI.
- Leontiev, A.N. (1981) Problems of development of the psyche. Moscow, Izdatel'stvo MGU.
- Leontiev, A.N., & Zaporozhets, A.V. (1945) Restoration of movement. Psychophysiological study of restoring the functions of the hand after injury. Moscow, Sovetskaya nauka.
- Logvinenko, A.D. (1987) Psychology of perception. Moscow, Pedagogika.
- Magnus, R. (1962) Setting the body. Moscow, Izdatel'stvo AN SSSR.
- Nikolskaya, O.S. (2008) The affective sphere as a system of meanings that organize consciousness and behavior. Moscow, MPGGU.
- Protopopova, O.V. (2002) Psychology of abnormal child development: reader. In 2 vols. Vol. 2. Moscow, CheRo, Vysshaya shkola, Izdatel'stvo MGU, 687–729.
- Sechenov, I.M. (1952) Selected works. Moscow, Nauka.
- Smirnov, S.D. (1985) Psychology of the image: the problem of the activity of mental reflection. Moscow, Izdatel'stvo MGU.
- Stolin, V.V. (1976) Investigation of the generation of the visual spatial image. [*Perception and activity*]. Moscow, Izdatel'stvo MGU, 101–208.
- Ukhtomsky, A.A. (1952) Collected works. In 5 vols. 3. Physiology of the motor apparatus. Leningrad, Izdatel'stvo LGU.
- Vygotsky, L.S. (1982) Collected works. In 6 vols. Vol. 2. Issues of General Psychology. Moscow, Pedagogika.
- Wallones, A. (1956) From action to thought. Essay on Comparative Psychology. Moscow, Izdatel'stvo inostrannoy literatury.
- Wallones, A. (2001) Mental development of the child. St. Petersburg, Piter.
- Zaporozhets, A.V. & Wenger, L.A. (Eds.) (1968) Development of the child. Moscow, Prosveschenie.
- Zaporozhets, A.V. (1986a) Selected psychological works. In 2 vols. Vol. 2. The development of arbitrary movements. Moscow, Pedagogika.33.
- Zaporozhets, A.V. (1986b) To the question of genesis, function and structure of emotional processes in a child. Selected psychological works. In 2 vols. Vol. 1. Mental development of the child. Moscow, Pedagogika, 260–275.
- Zinchenko, V.P., & Smirnov, S.D. (1983) Methodological issues of psychology. Moscow, MGU.



# Восприятие матери: общие тенденции и гендерно-социальные особенности

А.А. Реан

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

Поступила 16 февраля 2017/ Принята к публикации: 3 марта 2017

## Perception of the mother: general trends and gender social characteristics

Arthur A. Rean

National Research University «Higher School of Economics», Moscow, Russia

Received February 16, 2017 / Accepted for publication: March 3, 2017

В статье рассматривается вопрос социально-перцептивных представлений детей о матери. Подчеркивается, что социально-перцептивный образ матери связан с определенной установкой, поэтому он влияет на готовность ребенка действовать определенным образом, а также на готовность реализовывать вполне конкретную стратегию взаимоотношений. Приводятся результаты масштабного эмпирического исследования, в котором приняли участие 7000 старшеклассников. Выборка была репрезентативной по всем основным параметрам, в ней были представлены респонденты из больших и малых городов России, а также из сел, из полных и неполных семей, из семей с 1–2 детьми и многодетных семей. Результаты исследования в общей выборке показали, что в совокупном социально-перцептивном портрете матери присутствуют только положительные качества, и нет ни одного негативного дескриптора. Кроме того, выявлен высокий уровень конкордации (согласованности, единодушия) в восприятии и оценке этого образа респондентами. Проведен сравнительный анализ образа матери в сознании юношей и девушек, в сознании респондентов из полных и неполных семей, из городских и сельских семей, из семей с одним-двумя детьми и из многодетных семей, из многодетных полных и многодетных неполных семей. Установлено, что социально-перцептивный портрет матери остается положительным во всех перечисленных группах. Однако обнаруживаются и определенные различия. Они имеют место в некоторых изменениях состава наиболее значимых качеств. Кроме того, различия также есть и в уровне конкордации выбора респондентов в конкретных группах, отличающихся по гендерному или социальным признакам.

**Ключевые слова:** мать, менталитет, многодетные семьи, неполные семьи, образ, представления, социализация, социальная перцепция, старшеклассники, установки.

The paper considers social perceptual representations of mother in children. The social perceptive image of mother is associated with a certain attitude, and, consequently, determines the willingness to act in a certain way, the willingness to implement a certain strategy of relationships. The paper presents the results of a large-scale empirical study comprising 7000 high school students. The sample can be considered quite representative with all necessary parameters, including respondents from big cities and small towns and villages of Russia, complete and incomplete families, families with 1–2 children and large ones. The results of the study in the general sample show that the social perceptual portrait of the mother comprises only positive qualities, and does not contain any negative descriptor. In addition, a high level of concordance (coherence, unanimity) in the perception and assessment of the mother's respondents was revealed. A comparative analysis is carried out of the mother's image in the minds of young men and women, in the minds of respondents from complete and incomplete families, from urban and rural families, from families with one or two children and from large families, from large families with many children and many children with many children. As a general trend, the social perceptual portrait of the mother in all groups remains positive. However, certain differences are also found in some changes in most significant qualities. Summing up, differences are also found in the level of concordance of the respondents' choice in specific groups that differ in gender or social features.

**Keywords:** mentality, large families, incomplete families, image, ideas, socialization, social perception, high school students, attitudes.

**В**опрос о социально-перцептивных представлениях детей о родителях, вообще, и о матери, в частности, конечно, вызывает несомненный академический интерес. Но эта проблематика имеет еще и большое практическое значение. Представление детей о матери – это не только ее когнитивный образ. Это и определенная социальная установка, которая, в свою очередь, обуславливает определенное отношение. То есть, за социально-перцептивным образом матери в сознании ребенка стоит и готовность действовать определенным образом, готовность реализовывать вполне конкретную стратегию взаимоотношений.

Конечно, современной психологии известно, что между установками личности и ее поведением нет абсолютной зависимости. Однако радикальные выводы об отсутствии связи установки с поведением и, соответственно, о невозможности прогнозировать поведение на основе установок личности, которые появились после известного эксперимента Р. Ла Пьера (La Pier, 1934), к настоящему времени претерпели существенные изменения. Эти выводы уже не являются радикальными и однозначными. Это следует из работ М. Хьюстона, В. Штребе (Хьюстон, Штре-

наблюдается в случаях, когда установка является слабой или амбивалентной, или и той, и другой одновременно. Важную роль играют и особенности ситуации. В тех случаях, когда ситуация оказывает сильное давление на личность, имеющая установка может и не сработать. Кроме того, одним из важных положений современной психологии установки является определение принципа агрегации: воздействие установки на поведение становится более четким и очевидным, когда мы рассматриваем личность и поведение в целом, а не какой-либо ее отдельный поступок (Майерс, 1997; Хьюстон, Штребе, 2004).

**В** связи с тем, что семья является одним из центральных институтов социализации, роли родителей, системе взаимоотношений детей с ними отводится ведущая роль. Причем, семья и родители имеют большое значение в становлении личности детей не только младшего возраста, но и (а, по нашему мнению, и особенно) подросткового (Реан, 2013; Реан, 2015; Массен, Конджер, 1987; Семья ..., 2010).

**О**тношение к семье в ходе взросления меняется. В процессе социализации группа ровесников в значительной степени замещает родителей (проис-

Важным условием соответствия установки и поведения является достаточная сила и четкость установки личности. Несоответствие же чаще всего наблюдается в случаях, когда установка является слабой или амбивалентной, или и той, и другой одновременно

бе, 2004), Д. Майерса (Майерс, 1997), Г.М. Андреевой (Андреева, 1998), А. Л. Свенцицкого (Свенцицкий, 2003) и др. В настоящее время считается доказанным, что важным условием соответствия установки и поведения является достаточная сила и четкость установки личности. Несоответствие же чаще всего

ходит «обесценивание» родителей, по выражению Х. Ремшмидта). Перенос центра социализации из семьи в группу ровесников приводит к ослаблению эмоциональных связей с родителями. Необходимо отметить, что замечания относительно «обесценивания» родителей в подростковом и юношеском воз-



**Артур Александрович Реан** –

доктор психологических наук, профессор, академик РАО, руководитель лаборатории профилактики асоциального поведения национального исследовательского университета «Высшая школа экономики»  
E-mail: m1351510@yandex.ru

расте являются очень распространенными. Например, для подросткового возраста описана специальная поведенческая особенность – «реакция эмансипации». Сделаны даже попытки объяснить ее с эволюционно-биологической точки зрения. Эти идеи, конечно, верны как общее направление возрастного развития личности. Однако глобализация таких представлений, гиперболизация идеи о «замещении родителей» группой сверстников мало соответствуют реальной психологической картине.

**И**меются данные о том, что, хотя родители как центр ориентации и идентификации отстают в этом возрасте на второй план, но только в определенных областях жизни. Для большинства молодых людей родители и особенно мать остаются главными эмоционально близкими лицами (Реан, 2013; Ремшмидт, 1994).

**Т**ак, в одном исследовании немецких ученых, было показано, что в проблемных ситуациях наиболее эмоционально близким, доверенным лицом для подростка, является, прежде всего, мать, а затем, в зависимости от ситуации в разной последовательности – отец, подруга или друг. В другом исследовании, выполненном на отечественной выборке, старшеклассники ранжировали тех, с кем они предпочли бы проводить свое свободное время: родители, друзья, компания сверстников своего пола, смешанная компания и т.д. Родители оказались у юношей на последнем (шестом) месте, у девушек – на четвертом месте. Однако, отвечая на вопрос: «С кем бы ты стал советоваться в сложной житейской ситуации?», и те, и другие поставили на первое место мать. На втором месте у мальчиков оказался отец, у девочек – друг, подруга. Иначе говоря, подросткам с друзьями приятно развлекаться, но в трудную минуту они предпочитают обратиться к маме (Кон, 1989).

**Н**аши данные, полученные позднее на выборках подростков, юношей и девушек подтверждают эту тенденцию. В одном таком исследовании (Реан, Санникова, 2015) в системе отношений личности к социальному окружению определялось и отношение к обоим родителям и сверстникам, и именно отношение к матери оказалось наиболее положительным. Было установлено,

что снижение положительного отношения к матери, увеличение негативных дескрипторов (характеристик) при описании матери коррелирует с общим ростом негативизации всех социальных отношений личности.

Можно полагать, что за этим фактом стоит фундаментальный феномен проявления тотального негативизма (негативизма ко всем социальным объектам, явлениям и нормам) у тех личностей, для которых характерно негативное отношение к собственной матери. В целом, как установлено в исследовании, негативное отношение к матери является важным показателем общего неблагоприятного развития личности (Реан, 2013).

Нарушение взаимоотношений в системе «мать, отец – дети», как неоднократно было показано во многих и отечественных, и зарубежных исследованиях, ведет к формированию склонности к деструктивному поведению, агрессии, «уходу на улицу» (безнадзорности) и т.п. (Реан, 2013; Ремшмидт, 1994; Семья..., 2010; Understanding aggressive, 1996; Srechst, 1991). Так, в исследовании наркозависимости и злоупотребления алкоголем, было показано, что у подростков, в семьях которых семейные ужины вместе с родителями бывают от случая к случаю (реже трех раз в неделю), по сравнению с ребятами из семей, где такие ужины проходят пять-семь раз в неделю, вероятность пристрастия к курению выше в четыре раза, к алкоголю – в два раза, к марихуане – в 2,5 раза, к наркотикам – в четыре раза (Зимбардо, Коломбе, 2017; Shteynberg, 2009).

Рассматривая процесс социализации ребенка и формирования в ходе него базового доверия к миру, традиционно подчеркивается, что основы базового доверия формируются в раннем возрасте, определяясь постоянством, устойчивостью, прогнозируемостью поведения матери и эмоциональным принятием ею ребенка (Карабанова, 2016). В связи с этим, стоит обратить внимание на исследования, которые показывают, что количество респондентов (американская выборка), считающих, что «людям надо верить» упало с 55% в 1960 г., до 32% в 2009 г. (Зимбардо, Коломбе, 2017; Millennials in Adulthood ..., 2014). Это данные по общей выборке. В молодежной выборке показа-

тели еще ниже, доля молодых людей, считающих, что «людям надо верить» составляет всего 19% (Larsen, 2013).

Снижение положительного отношения к матери, увеличение негативных дескрипторов (характеристик) при описании матери коррелирует с общим ростом негативизации всех социальных отношений личности

В одном исследовании (Алмазова, Клименко, 2016) изучалась связь типа привязанности к матери с образом матери в сознании молодых людей в возрасте старше 18 лет (объем выборки правда, не очень значительный – 32 человека). Образ матери оценивался с помощью методики семантического дифференциала по десяти парам прилагательных: холодный–теплый, легкий–тяжелый, устойчивый–изменчивый, мягкий–твердый, горький–сладкий, надежный–непредсказуемый, темный–светлый, упругий–пластичный, сложный–простой, спокойный–тревожный. В результате исследования выяснилось, что образ матери для различных типов привязанностей следующий: надежный тип привязанности – теплый, мягкий, устойчивый, сладкий, надежный, светлый; смешанный тип привязанности – теплый, надежный, светлый; амбивалентный тип привязанности – теплый, тяжелый, светлый, тревожный; избегающий тип привязанности – тяжелый, тревожный. Количество прилагательных в разных группах неодинаковое, потому что авторы оставляли только те определения, которые набирали более 75% выборов. Такой критерий может быть принят, если исходить из положения о том, что семантическими универсалиями можно назвать качества, на которые указывают более 75% выборки (Серкин, 2004).

В другом исследовании изучалась адекватность понимания студентами своих матерей (Юшачкова, 2010). Следует подчеркнуть, что изучалось не просто восприятие детьми матери, а именно адекватность восприятия. Понятно, что при такой задаче, схема исследования обязательно включает в себя и изучение представлений о матери. Но это лишь один этап. Другой этап – диагностика самих матерей по определенным параметрам. И, наконец, третий этап предполагает проведение сравнений социально-перцептивных представлений с результата-

ми диагностики и выявление на основе этого адекватности представлений. Материалом, на котором проводилось изуче-

ние адекватности представлений, была система ценностей. Как оказалось, студенты адекватно отражают то, что для их матерей наиболее значимыми являются ценность защиты близких людей и наличие понимания и доверия в семье. Вместе с тем, они переоценивают значимость для матерей самоуважения, состояния внутренней гармонии, одобрения и уважения окружающих, авторитетности. Неадекватно завышают выраженность у матерей ориентации на гедонизм, на стремление к наслаждению, потаканию самой себе. Вместе с тем, респонденты ошибочно принижали значимость для матерей таких ценностей, как дружба, ответственность перед другими людьми, забота о слабых, умение прощать.

Заключая данную часть работы, отметим следующее. В современной психологии существуют определенные представления о базовых компонентах национального менталитета. К ним относятся:

- 1) коллективная память;
- 2) социальные представления, установки и отношения;
- 3) закрепляющие их коллективные эмоции, чувства и настроения;
- 4) нормы, ценности и идеалы;
- 5) национальный характер и темперамент;
- 6) язык;
- 7) ментальные репрезентации культуры;
- 8) стиль мышления и социального восприятия;
- 9) поведенческие образцы;
- 10) национальная идентичность (Юревич, 2015).

Мы выдвинули гипотезу, что изучение социальных представлений и установок относительно таких основополагающих «социальных объектов», как мать и отец, может быть рассмотрено в качестве этапа решения задачи по изучению национального менталитета.

Масштабное исследование изучения отношения молодежи к институту семьи

и семейным ценностям было организовано нами в восьми субъектах Российской Федерации и охватывало четыре федеральных округа: Приволжский, Сибирский, Уральский, Центральный.<sup>1</sup> Общий объем выборки составил 7000 человек. Из этой выборки на все методики и все вопросы анкеты, без пропусков, ответили 5561 человек.

Для исследования была сформирована выборка старшеклассников из больших и малых городов России, а также из сел, из полных и неполных семей, из семей с 1-2 детьми и многодетных семей. Выборка была репрезентативной по всем основным параметрам. Возрастной состав выборки: 14 лет – 0,4%, 15 лет – 9,1%, 16 лет – 49,9%, 17 лет – 37,5%, 18 лет – 2,3%, старше 18 лет – 0,8%.

Характеристика выборки по классам обучения: десятый класс – 57%, одиннадцатый класс – 43%.

Состав выборки по полу: женский – 57,9%, мужской – 42,1%.

Состав выборки по месту проживания: города с населением до 100 тысяч человек – 19,9%, города с населением от 100 тысяч до 500 тысяч человек – 21%, города с населением от 500 тысяч человек – 32,4%, деревня или село – 18,2%, поселок городского типа – 8,5%.

Характеристика выборки по составу семьи: мать, двое детей – 6,5%, мать, один ребенок – 11,3%, мать, трое и больше детей – 2%, отец, двое детей – 0,4%, отец, один ребенок – 0,9%, отец, трое и более детей – 0,6%, отец, мать, двое детей – 41,5%, отец, мать, один ребенок – 22,5%, отец, мать, трое детей – 14,3%.

Мать в сознании респондентов – это не только исключительно положительный человек, но альтруистическая личность, центрированная на других людях. Конечно, за этим образом стоит факт центрации матери не вообще на абстрактных людях, а на собственном ребенке и альтруистической любви по отношению к нему же

В процессе исследования применялись следующие методики: специально составленный социологический опросник, методика изучения ценностных ориентаций Ш. Шварца, методика ценностных ориентаций «Поговорки» в модификации А.А. Реана, методика семантического дифференциала, много-

факторный личностный опросник FPI, методика «80 прилагательных» А.А. Реана, методика «Стили родительского поведения». В настоящей работе приводятся и обсуждаются результаты только части исследования, а именно, методики «80 прилагательных» в части, касающейся только матери.

В результате исследования на общей выборке по методике «80 прилагательных» А.А. Реана, был определен социально-перцептивный портрет матери. Мать, по оценке респондентов, – заботливая, ласковая, добрая, аккуратная, искренняя, семейственная, надежная, человечная, ответственная, умная (указано в порядке значимости).

Максимальный показатель имеет дескриптор «заботливая» – 90% выборов, минимальный показатель имеет дескриптор «умная» – 73% выборов. Все десять дескрипторов имеют более 50% выборов, более того, даже минимальное значение здесь составляет 73%.

Такие высокие цифры отражают высокий уровень конкордации (согласованности, единодушия) в восприятии и оценке респондентами матери. Следует обратить внимание, что все десять наиболее значимых качеств в социально-перцептивном портрете матери – исключительно положительные. То есть, среди «десятки» наиболее упоминаемых качеств матери вообще нет ни одного негативного дескриптора. Если же обратить внимание не на знак, а на модальность этих качеств, то мы увидим, что большинство дескрипторов отражают эмоциональные и моральные ка-

чества. Если рассмотреть их по классам отношений (например, по В.Н. Мясищеву или Б.Г. Ананьеву), то большинство дескрипторов связано с характеристикой отношений к другим людям. Имеются характеристики, связанные с отношением к делу, но их существенно меньше, и совсем нет – связанных с отношением к са-

мой себе. То есть, мать в сознании респондентов – это не только исключительно положительный человек, но альтруистическая личность, центрированная на других людях. Конечно, за этим образом стоит факт центрации матери не вообще на абстрактных людях, а на собственном ребенке и альтруистической любви по отношению к нему же.

Такова общая тенденция восприятия собственной матери респондентами. Однако существует предположение, что социально-перцептивный портрет матери может различаться в зависимости от гендерных и некоторых других социальных особенностей респондентов. В связи с этим, рассмотрим сначала особенности образа матери у юношей и у девушек.

В первую «десятку» наиболее упоминаемых юношами качеств в портрете матери вошли следующие: заботливая, добрая, аккуратная, ласковая, искренняя, семейственная, надежная, авторитетная, умная, ответственная. Все 10 дескрипторов имеют более 50% выборов. Максимальный показатель (заботливая) – 86%, минимальный (ответственная) – 70% выборов.

В первую «десятку» наиболее упоминаемых девушками качеств в портрете матери вошли следующие: заботливая, добрая, ласковая, аккуратная, искренняя, надежная, семейственная, человечная, ответственная, умная. Все 10 дескрипторов имеют более 50% выборов. Максимальный показатель (заботливая) – 93%, минимальный (умная) – 75% выборов.

Обратим внимание на общее в этих портретах. Во-первых, оба портрета являются исключительно позитивными и не содержат в себе ни одного негативного дескриптора. Во-вторых, и юноши, и девушки единодушны в выборе наиболее значимых характеристик в портрете собственной матери. В-третьих, и у юношей, и у девушек проявляется та же общая тенденция, которая была отмечена нами в генеральной выборке, а именно, большинство дескрипторов отражают эмоциональные и моральные качества. Если рассмотреть их по классам отношений, то большинство дескрипторов связано с характеристикой отношений

<sup>1</sup> Научные руководители исследования – академик РАО А.А. Реан и академик РАО С.Б. Малых. Координатор исследования по методической части А.Ю. Фенин, координатор исследования по организационной части С.В. Кардашлевский.

к другим людям. Имеются характеристики, связанные с отношением к делу, но их существенно меньше, и совсем нет – связанных с отношением к самой себе. Таким образом, для представителей обоих полов является общим представление о том, что мать – это исключительно положительный человек, с выраженным центрированием на других людях. Хотя, конечно, подчеркнем еще раз, за этим образом стоит факт центрации матери не вообще на других людях, а на собственном ребенке и альтруистической любви по отношению к нему.

Что касается различий в портретах матери у юношей и у девушек, то их не много. Можно отметить несколько большее единодушие в группе девушек при выборе наиболее значимых качеств в описании матери. В портрете матери юношей имеет место значимый дескриптор «авторитетная», отсутствующий как значимый в портрете матерей девушек. В противовес этому, в портрете матери у девушек появляется дескриптор «человечная», отсутствующий в числе наиболее значимых у юношей. Такая ротация вполне объяснима с гендерно-психологических позиций с учетом традиционных доминант в маскулинных и фемининных ценностях.

Дети из полных и неполных семей отличаются особенностями социализации. Существуют ли различия между ними в восприятии матери?

Мать, по оценке респондентов из полных семей, – заботливая, добрая, аккуратная, ласковая, искренняя, семейственная, надежная, человечная, ответственная, умная. Максимальный показатель (заботливая) – 90%, минимальный (умная) – 73% выборов.

Респонденты из неполных семей включают в портрет матери такие черты, как – заботливая, добрая, ласковая, аккуратная, искренняя, надежная, авторитетная, семейственная, мудрая, умная. Максимальный показатель (заботливая) – 88%, минимальный (умная) – 73% выборов.

Как видим, у респондентов из полных и неполных семей существенных расхождений в представлениях о матери не обнаруживается. Образы исключительно положительные. Портреты практически идентичны. Иногда меняется только порядок значимости того или

иного качества, да и то незначительно. Имеются различия в портретах только по двум качествам в той и другой выборке. В портрете матери у респондентов из полных семей присутствуют дескрипторы «человечная» и «ответственная», которые отсутствуют в образе матери у респондентов из неполных семей. С другой стороны, в портрете матери у респондентов из неполных семей присутствуют дескрипторы «мудрая» и «авторитетная», которые отсутствуют в образе матери у респондентов из полных семей.

Как показало наше исследование, качество «авторитетный» наиболее характерно для портрета отца, и является неизменным атрибутом его образа во всех группах респондентов: и в общей выборке, и у юношей, и у девушек, и в полных, и в неполных семьях. Таким образом, появление «отцовского» дескриптора «авторитетный» в образе матери у респондентов именно из неполных семей является не случайным. Неизбежно принимая на себя в такой семье отцовские функции, мать и в образе своем начинает аккумулировать отцовские черты.

Многодетные семьи, не только с демографической, но и с психологической точки зрения, принято выделять особо. Это, конечно, обоснованно. Процессы социализации, воспитания, взаимодействия членов семьи между собой имеют в таких семьях свою специфику. Посмотрим, имеется ли какая-либо специфика в восприятии матери у респондентов из таких семей.

У респондентов из полных и неполных семей существенных расхождений в представлениях о матери не обнаруживается. Образы исключительно положительные. Портреты практически идентичны. Иногда меняется только порядок значимости того или иного качества, да и то незначительно

Портрет матери в сознании респондентов из многодетных полных семей включает следующие черты: заботливая, добрая, аккуратная, ласковая, искренняя, семейственная, надежная, человечная, умная, честная. Все эти качества и образуют «десятку» значимых. Максимальный показатель (заботливая) – 90%, минимальный (честная) – 73% выборов. Как видим, образ матери у респондентов из многодетных семей очень схож с образом матери респондентов из общей выборки. Он также исключительно положитель-

ный. По модальности качеств – также почти полное сходство. Исчезает только качество «ответственная», представленное в общей выборке, а его место занимает дескриптор «честная».

Но внутри сообщества многодетных семей имеются также семьи полные и неполные. Существуют ли какие-то различия между ними в представлении детей о собственной матери?

Мать, в сознании респондентов из неполных многодетных семей, в первую очередь, заботливая, добрая, ласковая, искренняя, аккуратная, семейственная, авторитетная, надежная, мудрая, человечная. Все эти качества и образуют «десятку» значимых. Максимальный показатель (заботливая) – 77%, минимальный (человечная) – 66% выборов. Здесь имеются не очень значительные различия с портретом матери респондентов из общей выборки и из многодетных полных семей. Портрет матери, как и в предыдущих случаях, по своему знаку остается исключительно положительным. Однако уровень единогласия респондентов в выборе наиболее значимых качеств матери здесь существенно ниже. В полных многодетных семьях (так же, как в семьях из общей выборки) максимальный показатель выбора дескриптора составляет 90%, а в неполных многодетных – только 77%. Минимальный показатель выбора дескриптора в полных многодетных семьях составляет 73%, а в неполных многодетных – только 66%.

Есть различия и в самих качествах, образующих первую «десятку». В портрете матери респондентов из многодетных полных семей присутствуют такие дескрипторы, как «умная», «честная», которых нет в портрете матери респондентов из многодетных неполных семей. Вместе с тем, в образе матери респондентов из многодетных неполных семей появляются такие качества, как «авторитетная» и «мудрая», отсутствующие в другой группе респондентов.

Мы уже обсуждали выше появление дескриптора «авторитетная» в портретах матери у респондентов из неполных семей. Правда, тогда безотносительно к параметру «многодетность». Здесь можем

проявляются не только в образе жизни, но и в социальных установках, социальных ценностях, особенностях межличностного взаимодействия. Посмотрим, сколь существенны различия в образе ма-

искренняя, семейственная, надежная, человечная, умная, ответственная (последние два качества имеют равное количество выборов). Все качества попадают в десятку наиболее значимых. Максимальный показатель (заботливая) – 88%, минимальный (ответственная) – 71% выборов.

Как видим, никаких различий в образе матери у этих двух групп респондентов нет. Даже порядок следования качеств сохраняется, только дескрипторы «надежная» и «семейственная» поменялись местами. Степень конкордации (согласованности, единодушия) в выборе приоритетных черт портрета также практически одинакова. Итак, при всех возможных различиях в менталитете, системе установок и ценностей городской и сельской молодежи, они (эти различия) никак не касаются отношения к собственной матери, не влияют на ее образ и восприятие. И этот образ и там, и там исключительно позитивный. Как собственно, и во всех других, исследованных нами группах.

При всех возможных различиях в менталитете, системе установок и ценностей городской и сельской молодежи, они (эти различия) никак не касаются отношения к собственной матери, не влияют на ее образ и восприятие. И этот образ исключительно позитивный. Как собственно, и во всех других, исследованных нами группах

только повторить, что качество «авторитетный», как показало наше исследование, является неизменным атрибутом образа отца во всех группах респондентов. Появление «отцовского» дескриптора «авторитетный» в образе матери у респондентов именно из неполных семей, в частности, неполных многодетных – не случайно, оно является следствием принятия на себя матерью в неполной семье отцовских обязанностей.

Как известно, менталитет жителей городов и деревень различен. Эти различия

терми у городской и сельской молодежи.

Социально-перцептивный портрет матери у городских старшеклассников включает следующие черты: заботливая, добрая, аккуратная, ласковая, искренняя, надежная, семейственная, человечная, умная, ответственная. Все качества попадают в десятку наиболее значимых. Максимальный показатель (заботливая) – 91%, минимальный (ответственная) – 77% выборов.

Образ матери у респондентов, проживающих в деревнях и поселках, таков: она заботливая, добрая, аккуратная, ласковая,

#### Литература:

- Алмазова О.В., Клименко Е.А. Психосемантика образа матери при разных типах привязанности к ней во взрослом возрасте // Социальные и психологические проблемы современной семьи. – Владимир : Владимирский гос. Университет, 2016. – С. 15–18.
- Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. В 2 тт. – Москва : Педагогика, 1980.
- Андреева Г.М. Социальная психология. – Москва : Аспект Пресс, 1998.
- Зимбардо Ф., Коломбе Н. Мужчина в отрыве. – Москва : Альпина паблишер, 2017. – 343 с.
- Карабанова О.А. Роль семьи в позитивной социализации детей и подростков в условиях информационного общества // Социальные и психологические проблемы современной семьи. – Владимир : Владимирский гос. университет, 2016. – С. 187–193.
- Кон И.С. Психология ранней юности. – Москва : Просвещение, 1989.
- Майерс Д. Социальная психология. – Санкт-Петербург : Питер, 1997.
- Мясищев В.Н. Структура личности и отношения человека к действительности // Психология личности : тексты. – Москва : Московский университет, 1982. – С. 35–39.
- Развитие личности ребенка. – Москва : Прогресс, 1987.
- Реан А.А. Психология личности. – Санкт-Петербург : Питер, 2013.
- Реан А.А. Семья как фактор профилактики и риска виктимного поведения // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 1. – С. 3–8. doi: 10.11621/npj.2015.0101
- Реан А.А., Санникова М.Ю. Правовое воспитание старшеклассников: психологопедагогические аспекты // Вестник Московского университета МВД России. – 2015. – № 11. – С. 260–263.
- Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. – Москва : Мир, 1994.
- Свенцицкий А.Л. Социальная психология. – Москва : Проспект, 2003.
- Семья: психология, педагогика, социальная работа / под ред. А.А. Реана. – Москва : Питер, 2010.
- Серкин В.П. Методы психосемантики. – Москва : Аспект-Пресс, 2004. – 207 с.
- Хьюстон М, Штребе В. Введение в социальную психологию. Европейский подход. – Москва : Юнити, 2004.
- Юревич А.В. Базовые компоненты национального менталитета. // Историогенез и современное состояние российского менталитета / под ред. В.А. Кольцовой, Е.В. Харитоновой. – Москва : Институт психологии РАН, 2015. – С. 240–261.
- Юшачкова Т.Б. Точность оценки и понимания детьми и родителями ценностных ориентаций друг друга // Семья в современном мире / под ред. В.Н. Куницыной. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский гос. университет, 2010. – С. 103–110.
- Larsen, C.A. (2013) The Rice and Fall Social Cohesion: The Construction and De-construction of social Trust in the US, UK, Sweden and Denmark (p. 12). United Kingdom: Oxford University Press. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199681846.001.0001

Specht, W. (Hg). (1991) Die Gefährliche strasse. Jugendkonflikte und Stadtteilarbeit. Bielefeld.  
(1996) Understanding aggressive behavior in children. New York.  
Millennials in Adulthood (2014, March 7). Pew Research Center. Retrieved from: [www.pewsocialtrends.org/2014/03/07/millennials-in-adulthood](http://www.pewsocialtrends.org/2014/03/07/millennials-in-adulthood).

#### References:

- Almazova, O.V., & Klimenko, E.A. (2016) Psychosemantics of the image of the mother with different types of attachment to her in adulthood. [*Sotsial'nye i psikhologicheskie problemy sovremennoy sem'i*]. Vladimir: Vladimirskiy gosudarstvennyy universitet, 15–18.
- Ananiev, B.G. (1980) Selected psychological works. Vol. 1, 2. Moscow, Pedagogika.
- Andreeva, G.M. (1998) Social Psychology. Moscow, Aspekt Press.
- Houston, M., & Strebe, B. (2004) Introduction to Social Psychology. The European approach. Moscow, Yuniti.
- Karabanova, O.A. (2016) The role of the family in the positive socialization of children and adolescents in the information society. [*Sotsial'nye i psikhologicheskie problemy sovremennoy sem'i*]. Vladimir: Vladimirskiy gosudarstvennyy universitet, 187–193.
- Kon, I.S. (1989) Psychology of early adolescence. Moscow, Prosveschenie.
- Larsen, C.A. (2013) The Rise and Fall Social Cohesion: The Construction and De-construction of social Trust in the US, UK, Sweden and Denmark (p. 12). United Kingdom: Oxford University Press. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199681846.001.0001
- Massen, P., Conger, J., Kagan, J., & Houston, A. (1987) The development of the child personality. Moscow, Progress.
- Millennials in Adulthood (2014, March 7). Pew Research Center. Retrieved from: [www.pewsocialtrends.org/2014/03/07/millennials-in-adulthood](http://www.pewsocialtrends.org/2014/03/07/millennials-in-adulthood).
- Myasishchev, V.N. (1982) The structure of the individual and the relationship of man to reality. [*Psikhologiya lichnosti. Teksty*]. Moscow, Moscovskiy Universitet, 35–39.
- Myers, D. (1997) Social psychology. St. Petersburg, Piter.
- Rean, A.A. (2013) Psychology of Personality. St. Petersburg, Piter.
- Rean, A.A. (2015) Family as a factor of prevention and risk of victim behavior. *National psychological journal*, 1, 3–8. doi: 10.11621/npj.2015.0101
- Remschmidt, H. (1994) Adolescent and youthful age. Issues of the personality development. Moscow, Mir.
- Rean, A.A. (Eds.) (2010) Family: psychology, pedagogy, social work. Moscow, Piter.
- Serkin, V.P. (2004) Methods of psychosemantics. Moscow, Aspekt-Press, 207.
- Shteynberg, C. (2009, June 16) How Many Stamps Does it Take to Mail a Baby? Retrieved from: [siarchives .si.edu/blog/ how-many-stamps-does-it-take-to-mail-a-baby](http://siarchives.si.edu/blog/how-many-stamps-does-it-take-to-mail-a-baby).
18. Specht, W. (Hg). (1991) Die Gefährliche strasse. Jugendkonflikte und Stadtteilarbeit. Bielefeld.
- Svetsitsky, A.L. (2003) Social Psychology. Moscow, Prospekt.
- (1996) Understanding aggressive behavior in children. New York.
- Yurevich, A.V. (2015) Basic components of the national mentality. [*Istoriogenez i sovremennoe sostoyanie rossiyskogo mentaliteta*]. Moscow, Institut psikhologii RAN, 240–261.
- Yushchkova, T.B. (2010) Accuracy of evaluation and understanding of each other's values by children and parents. [Sem'ya v sovremennom mire]. St. Petersburg, St. Petersburgskiy gosudarstvennyy universitet, 103–110.
- Zimbardo, F., & Kolombe, N. (2017) The man in isolation. Moscow, Alpina publisher, 343.

# Семейные факторы в формировании родительских установок у студенческой молодежи на этапе вхождения во взрослость

О.А. Карабанова, С.В. Молчанов

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 16 марта 2017/ Принята к публикации: 23 марта 2017

## Family factors in shaping parental attitudes in young students at the stage of entering adulthood

Olga A. Karabanova\*, Sergey V. Molchanov

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: okarabanova@mail.ru

Received March 16, 2017 / Accepted for publication: March 23, 2017

Родительство рассматривается как процесс содействия прогрессивному развитию ребенка и достижению им личностной автономии. Представлены социальные, семейные и психологические факторы формирования родительских установок личности на этапе вхождения во взрослость. Проанализированы механизмы влияния родительской семьи на формирование родительских установок. Эмпирически установлено, что родительство и воспитание детей признается современной студенческой молодежью значимой семейной ценностью при приоритете профессиональной и социальной активности. Выявленные гендерные различия свидетельствуют о более высокой оценке значимости родительства и воспитания детей у молодых людей, чем у девушек, для которых характерно выраженное стремление к первоочередной реализации профессиональной карьеры, по сравнению с родительством, и ожидания трудностей в будущей семейной жизни, связанных с рождением и воспитанием детей. Установлено, что опыт эмоциональных отношений в собственной родительской семье обуславливает значимость родительства для молодых взрослых. Выявлены позитивные ожидания студенческой молодежи в отношении будущей семейной жизни и определенная недооценка трудностей переходных периодов жизненного цикла семьи. Наибольшие трудности прогнозируются в связи с периодом ожидания ребенка и первым годом жизни ребенка, т.е. с началом реализации родительской функции, воспитанием, реализацией хозяйственно-бытовой функции семьи и взаимной адаптацией супругов. Семейные факторы, определяющие ожидания в отношении трудностей и субъективной удовлетворенности семейной жизнью, включают гендерную принадлежность, наличие или отсутствие романтического партнера, воспитание в полной или неполной семье, хронологический возраст.

**Ключевые слова:** родительство, родительские установки, родительская позиция, ожидаемые семейные трудности, жизненный цикл семьи, студенческая молодежь, семейные ценности, гендерные различия.

Parenthood is a process of promoting the child's progressive development and achieving personal autonomy. Social, family and psychological factors of formation of parental attitudes of the person at the stage of entering adulthood are considered. The mechanisms of the parental family influence on parental attitudes are analyzed. Parenting and children raising are recognized by modern young students as a significant family value with priority of professional and social activity. The revealed gender differences prove a higher assessment of the importance of parenthood and the upbringing of children among males rather than females, who have strongly prioritize their professional careers as compared to parenthood. Young women's expectations of difficulties in the future of family life are related to child birth and upbringing. The experience of emotional relations in one's own parent family is proved to determine the importance of parenting for young adults. Positive expectations of student youth regarding future family life and a certain underestimation of the difficulties of the transitional periods of the family life cycle are revealed. The greatest difficulties are predicted by students in connection with the period of child expectation and the first year of child life. The beginning of parental function realization, child raising, economic and household functioning of the family and mutual adaptation of the spouses are listed as the most difficulties in family life cycle. Family factors that determine expectations about difficulties and subjective satisfaction with family life include gender, experience of romantic partnership, full or incomplete family in origin, chronological age.

**Keywords:** parenthood, parental attitudes, parental position, expected family difficulties, family life cycle, student youth, family values, gender differences



В современном обществе в эпоху наступления префигуративной культуры (Мид, 1988) родительство рассматривается как процесс содействия прогрессивному развитию ребенка и достижению им личностной автономии (Поскребышева, Карбанова, 2014). Компоненты родительства включают заботу (удовлетворение витальных, социальных, эмоциональных потребностей ребенка, защита от болезней, вредностей, ущерба, отвержения, насилия и пр.), контроль (нормативное структурирование границ поведения и деятельности ребенка) и содействие развитию и реализации потенциала ребенка в различных сферах (Hoghugh, 2004). Можно выделить две стратегии реализации родительства матери. Первая стратегия родительства строится как временное или постоянное ограничение самореализации ребенка родителями, берущими ответственность и заботу о нем на себя. Вторая стратегия родительства, напротив, становится источником новых возможностей самореализации ребенка в процессе со-развития и со-бытия, сотрудничества и со-творчества его и родителей.

Генезис родительской позиции матери рассматривается исследователями как динамический полидетерминированный процесс, обусловленный тремя группами факторов: природными (органическими), социальными и психологическими.

К природным факторам относят органические потребности продолжения рода (побуждение женщины к зачатию, вынашиванию, рождению ребенка и последующей заботе о нем) (Шнейдер, 2011), телесный контакт и психофизиологическое взаимодействие (Мухамедрахимов, 1999; Филиппова, 2002; Шнейдер, 2011). Социальные факторы можно разделить на макро- и мезо-факторы. К макро-факторам относят историческую эпоху, социокультурное развитие общества, мораль и нравственность, традиции воспитания детей, уровень развития институтов социализации. К мезо-факторам принадлежат опыт родительской любви, приобретаемый человеком при взаимодействии с собственными родителями, удовлетворенность супружескими отношениями и браком, образование и профессия родителя, наличие в семье сиблингов и отношения с ними, в частности, принятие ответственности старших братьев и сестер за благополучие и развитие младших (Bronfenbrenner, 1979; Кон, 2003; Мид, 1988; Спиваковская, 1999; Филиппова, 2002; Шутценберг, 1993). Депривация потребности в любви, заботе, безопасности в детском возрасте часто негативно влияет на формирование родительской позиции матери в зрелом возрасте. Это находит отражение в попытках удовлетворения личностных потребностей в форме замещающе-

го поведения с собственными детьми, для которого характерна авторитарность, пренебрежение, уничижение, непринятие ребенка таким, каков он есть (Бурыкина, 2009).

Психологические факторы родительской позиции включают личностные особенности родителя, определяющие его психологическую зрелость – устойчивую позитивную Я-концепцию и самооценку, интернальный локус контроля, удовлетворенность психологических потребностей, способность открыто и адекватно выражать свои чувства, умение передавать свой опыт, рефлексии своего поведения. Особенности самопринятия и самооценки, мировосприятия, темперамента, локус контроля, стратегии совладания с трудными ситуациями и особенности психологической защиты также являются значимыми психологическими факторами, определяющими родительскую позицию матери (Васягина, 2008; Захаров, 2006; Роджерс, 1994; Фромм, 2011; Захарова, 2012).

Семейные факторы, объединяющие семейную атмосферу, взаимоотношения в семье, ценностные ориентации и установки родителей можно назвать определяющими в развитии личности. В современной психологии признано, что опыт собственных детско-родительских отношений становится для выросшего ребенка моделью построения отношений с собственным ребенком во вновь создаваемой семье, выступая значимым фактором формирования родительских установок. Однако эмпирических исследований, раскрывающих механизм такого влияния, явно недостаточно. (Шутценберг, 1993; Варга, Хамитова, 2004; Дымнова, 2003). Можно предположить, что имеющийся у повзрослевшего ребенка опыт детско-родительских отношений будет оказывать разноплановое воздействие на его родительскую позицию. Он может обуславливать и прямое воспроизведение родительской модели поведения, и позицию, компенсирующую те стороны родительского отношения, дефицит которых переживал родитель, будучи ребенком (заботы, любви, мягкости, сотрудничества), и лежать в основе родительской модели поведения «от обратного» как антипода отвергаемых бывшим ребенком норм и установок своего родителя.



**Ольга Александровна Карбанова** – доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой возрастной психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова.  
E-mail: okarabanova@mail.ru



**Сергей Владимирович Молчанов** – кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова  
E-mail: s-molch2001@mail.ru

*Для цитирования:* Карбанова О.А., Молчанов С.В. Семейные факторы в формировании родительских установок у студенческой молодежи на этапе вхождения во взрослость // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 92–97. doi: 10.11621/npj.2017.0210

*For citation:* Karabanova O.A., Molchanov S.V. (2017) Family factors in shaping parental attitudes in young students at the stage of entering adulthood. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 2, 92–97. doi: 10.11621/npj.2017.0210

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

Эмпирическое подтверждение этого предположения мы получили в дипломном исследовании О.А. Трофимовой, проведенном под нашим руководством в 2013 г. В данном исследовании приняла участие 222 студента 3–5 курсов в возрасте от 20 до 23 лет, обучающиеся в вузах Москвы и Уфы. В нем были использованы следующие методики: опросник «Шкала семейной адаптации и сплоченности» (FACES-3) для определения содержания представлений о структуре родительской и будущей семье у студентов, методика определения семейных ценностей и ролевых установок А.Н. Волковой для определения содержания представлений об иерархии семейных ценностей у студентов, методика «Незавершенные предложения» для определения эмоционального отношения молодых людей к браку (семье), родительству и воспитанию детей. Результаты показали, что для студентов профессиональная и социальная активность является приоритетной ценностью в семейной жизни (4,89; ранг 1), что отражает значимость формирования жизненной позиции в этом возрасте и стремление современной молодежи к профессиональной самореализации. Следующий ранг принадлежит ценности, отражающей эмоционально-терапевтическую функцию семьи (4,90; ранг 2), важность взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи. Отрадно, что ценность «Родительство и воспитание детей» занимает высокое третье место в иерархии семейных приоритетов (ранг 3, ср. знач. 5,21). Вызывает некоторую тревогу выявленные гендерные различия в оценке ценности родительства. В то время как юноши признают родительство значимой семейной ценностью и высоко оценивают роль отца, для девушек характерна более сдержанная оценка материнской роли и ценности воспитания детей. Для них важнее социальная активность как собственная, так и будущего супруга. Эти гендерные различия связаны с изменением семейных ролей мужчины и женщины в современном обществе. Женщины стали уделять больше времени профессиональной карьере, нередко отодвигая на второй план создание семьи, а мужчины, напротив, оказываются более вовлеченными в этот процесс, а также в воспитание

Можно предположить, что имеющийся у повзрослевшего ребенка опыт детско-родительских отношений будет оказывать разноплановое воздействие на его родительскую позицию. Он может обуславливать и прямое воспроизведение родительской модели поведения, и позицию, компенсирующую те стороны родительского отношения, дефицит которых переживал родитель, будучи ребенком (заботы, любви, мягкости, сотрудничества), и лежать в основе родительской модели поведения «от обратного» как антипода отвергаемых бывшим ребенком норм и установок своего родителя

детей. Гендерные различия в представлениях о ценностях будущей семьи у студенческой молодежи отражают трансформацию современной семьи, в которой женщина ориентирована на успешное совмещение профессиональной карьеры и семейной жизни.

С целью изучения роли родительской семьи в формировании установок на воспитание детей мы проанализировали связь представлений молодых людей о родительской семье с их собственными установками на родительство. В результате кластерного анализа были выделены три группы с различными представлениями об эмоциональной связи (сплоченности) и ролевой структуре (адаптивности) родительской семьи. Для студентов, вошедших в первый кластер («связанный – хаотичный») взаимоотношения в родительской семье характеризовались наиболее тесной эмоциональной связью, но, в то же время, хаотичностью – принимаемые решения были импульсивны и непродуманны, роли неясны и не закреплены за членами семьи. Представители второго кластера («разделенный – гибкий») воспринимали семейные отношения как благополучные – позитивные эмоциональные отношения в семье сочетались с дифференцированностью личностных границ, демократическим стилем руководства со стороны родителей, гибкостью и эффективностью ролевой структуры. Студенты, отнесенные нами к третьему кластеру («разобщенный – структурный») воспринимали эмоциональные отношения в семье как дистантные и достаточно холодные, хотя при этом ролевая структура была четко определена, роли и внутрисемейные правила отличались стабильностью, проблемы и конфликты решались путем переговоров. Нами были выявлены существенные различия в предпочтении семейных ценностей у студентов, относящихся к раз-

ным кластерам. Респонденты из первого кластера («связанный – хаотичный»), по сравнению с респондентами второго и третьего кластеров («разделенный – гибкий», «разобщенный – сцепленный»), для которых был констатирован существенно более низкий уровень семейной сплоченности в родительских семьях (здесь и далее критерий Манна Уитни при  $p=0.01$ ), рассматривают ценности родительства, эмоциональной и личной близости с супругом(ой), социальной активности как более значимые.

Одной из ключевых характеристик родительской позиции является ее прогностичность, понимаемая как способность родителя при воспитании ребенка предвосхищать будущие изменения уровня его развития и характера детско-родительских отношений, прогнозировать возможные трудности развития и предпринимать необходимые меры для компенсации и нивелирования рисков. В исследовании С.В. Молчанова (по результатам дипломной работы Я.А. Цукановой, выполненной под его руководством в 2012 году) изучались представления студенческой молодежи, не состоящей в браке, об ожидаемых семейных трудностях на разных стадиях жизненного цикла семьи. Нас интересовало, связывают ли респонденты рождение и воспитание детей в будущей семье с возникновением определенных трудностей в семейном функционировании и уровнем субъективной удовлетворенности браком. Был разработан специальный опросник ожидаемых трудностей в будущей семейной жизни (ООТ), направленный на исследование представлений о потенциальных трудностях семейной жизни в различные периоды жизненного цикла семьи. Были выделены следующие периоды: «медовый месяц», первый год совместной жизни, период беременности, первый год жизни ребенка, периоды истечения семи и девяти

**Табл. 1.** Ожидание трудностей в реализации родительской роли  
(в % от общего числа респондентов)

Сфера ожидаемых трудностей	Период протекания беременности	Первый год жизни ребенка	Через 7 лет	Через 9 лет	Дети-подростки и период отдаления детей
Отсутствие трудностей	13,7	13,7	29,4	27,5	29,4
Рождение ребенка	2	13,7	2	2	-
Воспитание ребенка	-	19,6	7,8	17,6	7,8
Поиск смысла жизни	-	-	-	-	16

**Table 1.** Expectation of difficulties in fulfilling the parental role  
(% of the total number of respondents)

Sphere of Expected Difficulties	Pregnancy period	The first year of a child's life	Within 7 years	Within 9 years	Adolescents and Separation from Parents
Absence of Difficulties	13.7	13.7	29.4	27.5	29.4
Child Birth	2	13.7	2	2	-
Child Raising	-	19.6	7.8	17.6	7.8
Search for Meaning of Life	-	-	-	-	16

ти лет семейной жизни, период «вылета из гнезда» детей. Изучалось и прогнозирование молодыми людьми возникновения трудностей в семье в связи с рождением и воспитанием детей. Результаты представлены в табл. 1.

В период беременности респонденты ожидали такие основные трудности, как адаптация к партнеру – 22%, проблемы физического здоровья и личные переживания супругов – 14%. Отмечалось и достаточно большое количество ответов, попадающих в категорию «иные проблемы» – 13,7%. Это следующие ответы респондентов: «не знаю», «не могу представить», «беременности не будет», «труд-

полагают, что трудности будут отсутствовать. Третья часть респондентов (29,4%) считает, что в период автономизации подростков в семье и их последующей сепарации никаких трудностей не возникнет. Вместе с тем, на проблемы, связанные с необходимостью переосмысления своей жизни после отдаления детей указывают 16% респондентов. Вот типичные ответы: «разочарование, одиночество, недовольство собой», «совместный поиск новых смыслов», «трудности могут быть, если один из партнеров (или оба) не смогли реализоваться в жизни, сложности сепарации от детей», «потеря общего для двоих смысла жизни, который

Значительная часть студенческой молодежи рассматривает родительство и воспитание детей как значимую семейную ценность, отдавая при этом приоритет профессиональной и социальной активности супругов и их эмоциональным отношениям

ности ожидают», «жесть». В период существования семьи с маленьким ребенком основной трудностью респонденты называют воспитание детей (19,6%). 14% респондентов связывают трудности с рождением второго ребенка и столько же

был в детях». Анализ результатов обнаруживает, что в ожиданиях молодых людей трудности семейной жизни, скорее всего, будут отсутствовать на всех этапах жизненного цикла семьи. Чаще респондентов беспокоят будущие трудности адап-

тации к супругу, хозяйственно-бытовые заботы, распределение ролей в семье. Реже они говорят о возможных экономических проблемах и проблемах, связанных с рождением детей и реализацией родительской роли. Косвенным показателем ожидания трудностей на разных этапах будущей семейной жизни является прогноз уровня субъективной удовлетворенности браком. Интересно, что наиболее высокую позитивную оценку удовлетворенности браком на этапе после рождения детей дают мужчины и респонденты, состоящие в устойчивых романтических отношениях. Более низкие оценки удовлетворенности браком в периоды рождения и воспитания ребенка на первом году жизни характерны для девушек в возрасте 18–20 лет из неполных семей и для мужчин в возрасте 21–28 лет из полных семей. Большинство испытуемых, высоко оценивающих удовлетворенность браком на этапе семьи с детьми-подростками, состоят в романтических отношениях либо выросли в полной семье. Мужская половина выборки оценивает удовлетворенность на данном периоде выше, чем женская. Эта же тенденция справедлива в отношении старших по возрасту студентов. Напротив, молодые люди, воспитанные в неполных семьях и не состоящие на момент обследования в романтических отношениях, оценивают уровень субъективной удовлетворенности браком в этот период более низко.

Анализ полученных результатов позволяет сделать следующие выводы:

1. Значительная часть студенческой молодежи рассматривает родительство и воспитание детей как значимую семейную ценность, отдавая при этом приоритет профессиональной и социальной активности супругов и их эмоциональным отношениям.
2. Эмоциональные отношения в родительской семье оказывают влияние на формирование ценностно-позитивного отношения к родительству. Молодые люди, оценивающие эмоциональные отношения в родительской семье как близкие и позитивные, обнаруживают высокую значимость ценности родительства, по сравнению со сверстниками, детско-родительские отношения которых были дистантными.

3. Выявленные гендерные различия свидетельствуют о более высокой оценке значимости родительства и воспитания детей у молодых людей, нежели у девушек, для которых характерно выраженное стремление к первоочередной реализации профессиональной карьеры, по сравнению с родительством, и ожидание трудностей в будущей семейной жизни, связанных с рождением и воспитанием детей.
4. Выявлена определенная динамика представлений об ожидаемых семейных трудностях в соответствии со стадиями жизненного цикла семьи. Наиболее характерно для респондентов ожидание отсутствия трудностей.

Трудности связываются ими с адаптацией к супругу, с воспитанием детей, реализацией хозяйственно-бытовой функции.

5. Полученные результаты отражают в целом позитивные ожидания студенческой молодежи в отношении будущей семейной жизни. Выявлена тенденция к недооценке трудностей переходных периодов жизненного цикла семьи и наличие идеализированного представления о семейной жизни. Наибольшие трудности прогнозируются респондентами в период ожидания ребенка и первый год его жизни, т.е. в начале реализации родительской функции.

6. В число семейных факторов, определяющих ожидания респондентов относительно трудностей и субъективной удовлетворенности семейной жизнью, входят гендерная принадлежность, наличие или отсутствие романтического партнера, воспитание в полной или неполной семье, возраст.

*Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ (проект № 17-06-00825 «Личностные и семейные факторы формирования родительской позиции матери у девушек в период вхождения во взрослость»).*

#### Литература:

- Бурькина М.Ю. Замещающее поведение детей и подростков в контексте материнского отношения. – Брянск : Курсив, 2009.
- Варга А.Я., Хамитова И.Ю. Теория семейных систем Мюррея Боуэна // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2004. – № 1. – С. 25–36.
- Васягина Н.Н. Внутриличностные детерминанты самосознания матери. – Екатеринбург, 2008.
- Дымнова Т.И. Психологический анализ зависимости структурно-содержательных особенностей супружеской семьи от родительской : дисс. ... канд. психол. наук. – Москва, 2002.
- Захаров А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов у детей и подростков – Санкт-Петербург : КАРО, 2006.
- Захарова Е.И. Представление о характере социальной роли, как средство ориентировки в ее исполнении // Культурно-историческая психология. – 2012. – № 4. – С. 38–41.
- Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. – Москва, 2007.
- Карабанова О.А., Трофимова О.В. Роль родительской семьи в формировании образа будущей семьи // Современная российская семья: психологические проблемы и пути их решения. – Астрахань: Изд-во Астраханского университета, 2013. – С. 14–21.
- Кон И. С. Ребенок и общество. – Москва : Академия, 2003.
- Мид М. Культура и мир детства / сост. и предисл. И.С. Кона. – Москва : Наука, 1988.
- Мухамедрахимов Р.Ж. Мать и младенец: психологическое взаимодействие. – Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петербургского университета, 1999.
- Поскребышева Н.Н., Карабанова О.А. Исследование личностной автономии подростка в контексте социальной ситуации развития // Национальный психологический журнал. – 2014. – № 4 (16). – С. 34–41. doi: 10.11621/npj.2014.0404
- Поскребышева Н.Н., Карабанова О.А. Возрастно-психологический подход в исследовании личностной автономии подростка // Национальный психологический журнал. – 2014. – № 1 (13). – С. 74–85. doi: 10.11621/npj.2014.0108
- Роджерс К. О становлении личностью: психотерапия глазами психотерапевта. – Москва : Прогресс, 1994.
- Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья». – Москва : Эксмо-пресс, 1999.
- Филиппова Г.Г. Психология материнства. – Москва : Изд-во Института психотерапии, 2002.
- Шутценберг А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. – Москва, 1993.
- Фромм, Э. Бегство от свободы. – Москва: АСТ, 2011.
- Шнейдер Л.Б. Семейная психология. – Москва : Академический проект, 2011.
- Bronfenbrenner, U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press. – 1979.
- Hoghugh, M. & Long, N. Handbook of Parenting: Theory and Research for Practice – 2004.

#### References:

- Bronfenbrenner, U. (1979) The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA, Harvard University Press.
- Burykina, M.Yu. (2009) Replacement behavior of children and adolescents in the context of maternal relations. Bryansk, Kursiv.
- Dymnova, T.I. (2002) Psychological analysis of the dependence of the structural and content features of the married family on the parent. Ph.D. in Psychology, thesis. Moscow.
- Filippova, G.G. (2002) Psychology of motherhood. Moscow, Izdatel'stvo Instituta psikhoterapii.

- Fromm, E. (2011) *Escape from Freedom*. Moscow, Ast.
- Hoghugh, M. & Long, N. (2004) *Handbook of Parenting: Theory and Research for Practice*.
- Karabanova, O.A. (2007) *Psychology of family relations and the basis of family counseling*. Moscow.
- Karabanova, O.A., & Trofimova, O.O. (2013) The Role of the Parent Family in Forming the Image of the Future Family. [*Sovremennaya rossiyskaya sem'ya: psikhologicheskie problemy i puti ikh resheniya*]. Astrakhan, Izdatel'stvo Astrakhanskiy universitet, 14–21.
- Kon, I.S. (2003) *The Child and Society*. Moscow, Akademiya.
- Mid, M. (1988) *Culture and the World of Childhood*. Moscow, Nauka.
- Mukhamedrakhimov, R.Zh. (1999) *Mother and baby: psychological interaction*. St. Petersburg, Izdatel'stvo Sanktpetersburgskogo Universiteta.
- Poskrebysheva, N.N., & Karabanova, O.A. (2014) The study of the personal autonomy of a teenager in the context of the social situation of development. *National Psychological Journal*, 4 (16), 34–41. doi: 10.11621/npj.2014.0404
- Poskrebysheva, N.N., & Karabanova, O.A. (2014) An Infant-Psychological Approach in the Study of the Personal Autonomy of a Teenager. *National Psychological Journal*, 1 (13), 74–85. doi: 10.11621/npj.2014.0108
- Rogers, K. (1994) *On becoming a personality: psychotherapy with the eyes of a psychotherapist* Moscow, Progress.
- Spivakovskaya, A.S. (1999) *Psychotherapy: play, childhood, family*, Moscow, «Eksmo-press».
- Schutzenberg, A. (1993) Syndrome of ancestors. Transgenerational links, family secrets, anniversary syndrome, transmission of injuries and the practical use of genosociograms. Moscow.
- Shneyder, L.B. (2011) *Family psychology*. Moscow, Akademicheskij proekt.
- Varga, A.Ya., & Khamitova, I.Yu. (2004) The theory of family systems of Murray Bowen. [*Zhurnal prakticheskoy psikhologii i psikhoanaliza*]. 1, 25–36.
- Vasyagina, N.N. (2008) *Intrapersonal determinants of mother's self-awareness*. Ekaterinburg.
- Zakharov, A.I. (2006) *The origin and psychotherapy of children's neuroses in children and adolescents*. St. Petersburg, Izdatel'stvo KARO.
- Zakharova, E.I. (2012) The idea of the nature of the social role as a means of orienting in its performance. [*Kul'turno-istoricheskaya Psikhologiya*]. 4, 38–41.

# Толерантность к неопределенности в контексте социальной поддержки: гендерная специфика в юности

Д.В. Лифинцев, А.Б. Серых, А.А. Лифинцева

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, Калининград, Россия

Поступила 27 ноября 2016/ Принята к публикации: 14 января 2017

## Tolerance to uncertainty in the context of social support: gender specificity in the youth environment

Dmitry V. Lifintsev\*, Anna B. Serykh, Alla A. Lifintseva

Immanuel Kant Baltic Federal University, Kaliningrad, Russia

\* Corresponding author E-mail: DLifintsev@kantiana.ru

Received November 27, 2016 / Accepted for publication: January 14, 2017

В статье представлены результаты исследования социальной поддержки молодых людей и девушек и ее связи с уровнем толерантности к неопределенности. С помощью ряда психодиагностических инструментов исследованы гендерные детерминанты социальной поддержки, толерантность к неопределенности и межличностная интолерантность у молодых людей с разным уровнем эмоциональной и инструментальной поддержки. Выявлено, что молодые люди и девушки в возрасте 18–22 лет с высоким уровнем толерантности к неопределенности являются чувствительными к различным формам социальной поддержки. Способность принимать неопределенность, функционировать в системе неясных межличностных коммуникаций и действовать в условиях меняющихся обстоятельств определяет и уровень удовлетворенности социальной поддержкой среди участников исследования. Проведенное исследование, участниками которого стали 165 молодых респондентов, подтвердило предположения о том, что, во-первых, социальная поддержка как коммуникативный феномен имеет различия в восприятии ее эмоциональных форм молодыми людьми и девушками, во-вторых, особенности функционирования человека в системе поддерживающих действий социального окружения связаны, в том числе и с уровнем развития у него толерантности к неопределенности и, в-третьих, социальная поддержка может редуцировать у человека состояние неопределенности и, тем самым, нивелировать негативные влияния стрессовых событий. Способность человека «видеть и обнаруживать» социальную поддержку, быть чувствительным и внимательным к поддерживающим актам социальной среды имеет тесную взаимосвязь с уровнем развития у него способности принимать неопределенность и сохранять устойчивость в состоянии дискомфорта при ее наличии.

**Ключевые слова:** социальная поддержка, социальная интеграция, толерантность к неопределенности, молодые люди.

The paper presents the results of a study of social support for young males and females, and also its relationship with tolerance of uncertainty. A series of psycho-diagnostic tools were used to study gender determinants of social support, tolerance of uncertainty and interpersonal intolerance in young people with different levels of emotional and instrumental support. Young males and females aged 18–22 years with a high level of tolerance of uncertainty are susceptible to various forms of social support. The ability to accept uncertainty, to function in the system of unclear interpersonal communication and to act in the face of changing circumstances determine the level of satisfaction with social support in the participants. The research (N=165) confirmed the assumption that first and foremost social support as a communicative phenomenon has differences in the perception of emotional forms in young males and females. Secondly, the specific features of person functioning in the social supporting act system are interrelated, including the level of tolerance of uncertainty. Thirdly, social support can reduce human state of uncertainty and eventually neutralize the negative impact of stressful events. The human ability to «see and discover» the social support, be sensitive and attentive to the supporting acts of social environment has a close relationship with the ability to accept uncertainty and maintain stability in a state of discomfort if any.

**Key words:** social support, social integration, tolerance of uncertainty, young people.

**П**сихологическое благополучие человека определяется множеством источников, имеющих отношение как к личной истории и субъективному опыту человека, так и к социальным и культурным контекстам и обстоятельствам его жизни. Вряд ли будет большим преувеличением утверждать, что устойчивость среды, предсказуемость жизни и ясность траектории

что кризисы, войны, революционные трансформации, сопровождающиеся сломом привычных социальных границ и традиционных форм жизни, приводят к резкому повышению тревоги у людей вследствие их дезориентации и растерянности в незнакомой социальной реальности. Способность выносить неопределенность («толерантность к неопределенности») и сохранять при этом

определенности в большинстве психологических исследований рассматривается в рамках когнитивистской парадигмы, где психическая жизнь предстает, в первую очередь, как совокупность процессов переработки информации и принятия решений. Не претендуя на изменение парадигмы, мы предлагаем несколько расширить традиционные представления о толерантности к неопределенности, дополнив рассмотрение когнитивно-информационных процессов коммуникативными. Мы полагаем, что способность справляться с неопределенностью социальной жизни и рисками новизны связана не только с индивидуальными характеристиками человека, но и с особенностями его социального окружения, специфики отношений, доминирующих ценностей и коммуникативных норм в нем.

Способность справляться с неопределенностью социальной жизни и рисками новизны связана не только с индивидуальными характеристиками человека, но и с особенностями его социального окружения, специфики отношений, доминирующих ценностей и коммуникативных норм в нем

жизненного пути делает жизнь человека более спокойной, эмоционально стабильной и комфортной. Потребность в физической и психологической безопасности во многом активизируется непредсказуемостью изменений в жизненном пространстве индивида. Очевидно,

способность к ориентировке с опорой на реальность в быстро меняющихся обстоятельствах является одним из важных личностных качеств (и социальных навыков) человека, изучение которого началось несколько десятилетий назад. Однако до сих пор толерантность к не-

посредственно сама толерантность к неопределенности в отечественной и зарубежной литературе понимается преимущественно как генерализованное личностное свойство, заключающееся в способности индивида принимать конфликт возможностей и обстоятельств, удерживать напряжение, вызванное неопределенностью ситуации и действовать в условиях новизны и неясности (Grenier, Barrette, Ladouceur, 2005; Корнилова, 2010). В фокусе внимания в большинстве исследований феномена толерантности к неопределенности находятся ее взаимосвязи с различными личностными факторами, среди которых ведущее место занимают адаптивность, оптимизм (Бардиер, 2005), особенности стилевой регуляции поведения и деятельности, когнитивные процессы и процессы принятия решений (Корнилова, 2003; Lane, 2004; Walinga, 2008).

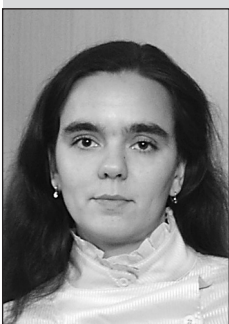
Однако существует некоторые исследования (к сожалению, пока немногочисленные), показывающие роль социальных контактов в усилении или ослаблении способности индивида переносить неопределенность. Можно предположить, что взаимоотношения и коммуникация с другими людьми часто являются тем самым средством, которое позволяет человеку получать доступ к разного рода информации, позволяющей ему управлять своим чувством неопределенности. Причем, мы имеем в виду не только информацию о фактах соци-



**Дмитрий Валентинович Лифинцев** –  
доктор педагогических наук, профессор Института гуманитарных наук Балтийского федерального университета имени И. Канта.  
E-mail: DLifintsev@kantiana.ru



**Анна Борисовна Серых** –  
доктор психологических наук, профессор Института гуманитарных наук Балтийского федерального университета имени И. Канта.  
E-mail: ASerykh@kantiana.ru



**Алла Александровна Лифинцева** –  
доктор психологических наук, доцент Института гуманитарных наук Балтийского федерального университета имени И. Канта.  
E-mail: ALifintseva@kantiana.ru

альной реальности, но и эмоционально значимую информацию о схожести по переживаниям и опыту с другими людьми, взаимной симпатии и чувствах сопричастности и солидарности – то есть все то, что традиционно обозначают как социальную поддержку со стороны значимого окружения. Под социальной поддержкой здесь мы предлагаем понимать удовлетворение базовых социальных потребностей человека (в близости, защите, информации, обратной связи, практической помощи, эмоциональной разрядке, успокоении и т.п.) с помощью ресурсов, предоставляемых другими людьми, входящими в его персональную сеть социальных контактов и связей.

**В** этом контексте целесообразно попытаться соотнести феномены толерантности к неопределенности и социальной поддержки. Изучение взаимосвязи и взаимовлияния между ними позволит, по нашему мнению, лучше понимать то, как люди с помощью социальных контактов и общения находят способы сохранения эмоциональной устойчивости в моменты резких социальных трансформаций и личных кризисов, разрушающих предсказуемость собственных жизненных перспектив.

**А**мериканские исследователи T.L. Albrecht и M.B. Adelman стали одними из первых, кто описал социальную поддержку с позиций коммуникативного подхода. Они понимали ее как «вербальную и невербальную коммуникацию между реципиентом и провайдером поддержки, которая помогает первому справиться с неопределенностью относительно обстоятельств ситуации, собственных переживаний, реакций других людей или взаимоотношений с ними и которая функционально усиливает у него чувство контроля над своей собственной жизнью» (Albrecht, Adelman, 1987, P. 19). По их мнению, поддерживающие коммуникации становятся тем пространством, в котором люди пытаются управлять собственным чувством неопределенности, а не импульсивно действовать, игнорируя растерянность, в ситуации воздействия стрессовых событий.

**Б**олее поздние эмпирические исследования действительно дали свидетельства о том, что существует определенная связь между способностью индивида

справляться с неопределенностью и наличием в его социальном окружении ресурсов социальной поддержки. Например, в работах M. Michel и C.J. Braden показано, что неопределенность является промежуточной переменной в отношении между социальной поддержкой и психологическим дистрессом человека. Авторы утверждают, что социальная поддержка может усиливать способности реципиента в прояснении неопределенных ситуаций и совладании с ними, так же как и сама высокая неопределенность ситуации может влиять на его последующее функционирование (Mishel, Braden, 1988). Социальная поддержка может способствовать переосмыслению неопределенности в ситуации лечения и реабилитации у больных ВИЧ/СПИД (Brashers et al., 2003).

**В** исследовании K.I. Miller и коллег выявлено, что в ситуации эмоционального выгорания специалистов психиатрического госпиталя социальная поддержка, получаемая ими от супервизоров и/или коллег, является, во-первых, фактором, определяющим восприятие ими профессионального стресса, и, во-вторых, выступает в качестве медиатора чувства неопределенности (Miller et al., 1990). В работе R. Doumit было показано, что толерантность к неопределенности, гибкость, социальная поддержка, религиозность и социоэкономический статус в комплексном взаимодействии являются предикторами успешного развития копинг-процессов у подростков при совладании со стрессом (Doumit, 2012).

**В** целом, несмотря на то, что за два десятилетия, прошедших с того момента, когда появилась идея связать между собой социальную поддержку и толерантность к неопределенности, в этом направлении было проведено незначительное количество исследований. Неясными остаются многие аспекты этой темы и, самое главное, нет понимания в отношении способов и механизмов, посредством которых можно было бы транслировать поддержку людям и снижать их тревогу в условиях высокой неопределенности. В этом контексте можно, пожалуй, упомянуть только одно исследование, выполненное под руководством K. Harber. В нем было показано, что для людей с низким уровнем толерантности к неопределенности в силу наличия у них потребности в высо-

кой структурной упорядоченности когнитивного поля и ясности ситуации эффективно работают только прямые формы поддерживающих действий со стороны их социального окружения. Эти действия подразумевают активное вмешательство и директивное руководство (например, провайдер поддержки реципиенту: «Есть только один путь понять твою проблему и один путь ее решить...») (Harber, Kennedy, Jussim, 2008).

**В** данной статье, продолжая попытки раскрыть коммуникативные механизмы регуляции неопределенности, мы представим результаты эмпирического исследования.

**Ц**елью нашего эмпирического исследования являлось изучение особенностей социальной поддержки студентов и ее связи с уровнем их толерантности к неопределенности. В нем мы попытались выяснить, является ли толерантность к неопределенности гендерно-специфической характеристикой и связана ли она с особенностями социальной поддержки как специфического способа коммуникации, с помощью которого поддерживается социальная связь индивида со значимым окружением, и чувство взаимной вовлеченности.

**В** качестве гипотез исследования выступили следующие предположения:

- существуют гендерные детерминанты социальной поддержки – девушки склонны отмечать более высокие показатели воспринимаемой эмоциональной социальной поддержки, в отличие от молодых людей, реагирующих на ее инструментальные формы;
- способность переносить ситуации неопределенности во взаимоотношениях с людьми и готовность действовать в условиях новизны будут наблюдаться в группе молодых людей и девушек с высоким уровнем эмоциональной поддержки и удовлетворенности ею.

## Методики исследования

**М**етодики, отобранные для проведения исследования, были сгруппированы в два блока.

**П**ервый блок – оценка толерантности к неопределенности был построен на основе «Нового опросника толерант-



ности к неопределенности Т.В. Корниловой» (Корнилова, 2010). Второй блок – оценка социальных факторов был представлен опросником социальной поддержки F-SOZU-22 (G. Sommer, T. Fydrich, в адаптации А.Б. Холмогоровой с сотрудниками) и социо-демографической анкетой, оценивающей, в том числе, перечень стрессовых событий, происходивших с участниками исследования за последний год.

При статистической обработке данных и проверке гипотез использовались методы непараметрической статистики. Для проверки гипотез использовался корреляционный метод анализа. Обработка данных проводилась с использованием статистического пакета программ SPSS 11 for Windows.

ты социальной поддержки, была подсчитана достоверность различий по анализируемым показателям в группе молодых людей ( $n=40$ ) и девушек ( $n=54$ ), случайным образом отобранных из общей выборки исследования (диаграмма 1). При сравнении двух групп были выявлены значимые различия в уровне воспринимаемой эмоциональной поддержки ( $U_{\text{эмп}}=641,0$ ;  $p=0,00071$ ) и социальной интеграции ( $U_{\text{эмп}}=565,5$ ;  $p=0,00088$ ). Показатель различий в уровне воспринимаемой инструментальной поддержки попал в зону неопределенности, что не позволяет нам говорить о гендерно-специфических характеристиках в восприятии инструментальных форм поддерживающих действий социального окружения ( $U_{\text{эмп}}=773,50$ ).

определенных социальных ожиданий, ограничивающих проявление чувств и, как следствие, снижающих возможности получения поддержки в форме эмоционального реагирования и участия. Кроме того, отсутствие в индивидуальной системе репрезентаций молодого человека поддерживающего значимого Другого мешает им сформировать позитивное отношение к поддерживающим действиям со стороны окружения.

Проверяя вторую гипотезу о том, что существует тесная обратная связь между уровнем социальной поддержки, удовлетворенности ею и толерантностью к неопределенности у молодых людей и девушек, мы подсчитали коэффициент корреляции между показателями опросника «Социальная поддержка» и инструментами оценки толерантности к неопределенности (таблица 1). Были выявлены положительные корреляции между показателями «Эмоциональная поддержка» и «Толерантность к неопределенности» ( $r_{\text{эмп}}=0,308$ ;  $p=0,00041$ ), «Эмоциональная поддержка» и «Интолерантность» ( $r_{\text{эмп}}=0,282$ ;  $p=0,00063$ ), «Инструментальная поддержка» и «Толерантность к неопределенности» ( $r_{\text{эмп}}=0,246$ ;  $p=0,001$ ), «Инструментальная поддержка» и «Интолерантность» ( $r_{\text{эмп}}=0,212$ ;  $p=0,006$ ), «Социальная интеграция» и «Толерантность к неопределенности» ( $r_{\text{эмп}}=0,372$ ;  $p=0,00015$ ), «Социальная интеграция» и «Интолерантность» ( $r_{\text{эмп}}=0,159$ ;  $p=0,042$ ). Отрицательные корреляции были обнаружены между шкалами «Удовлетворенность социальной поддержкой» и «Интолерантность к неопределенности» ( $r_{\text{эмп}}=-0,320$ ;  $p=0,00082$ ), «Удовлетворенность социальной поддержкой» и «Межличностная интолерантность к неопределенности» ( $r_{\text{эмп}}=-0,381$ ;  $p=0,000032$ ).

Как видно из табл. 1, участники исследования с высоким уровнем толерантности к неопределенности являются более чувствительными к различным формам социальной поддержки – степень их воспринимаемой эмоциональной и инструментальной поддержки гораздо выше, чем у тех испытуемых, кто обладает низким уровнем толерантности к неопределенности.

Такую же тенденцию мы обнаруживаем и в отношении удовлетворенности со-

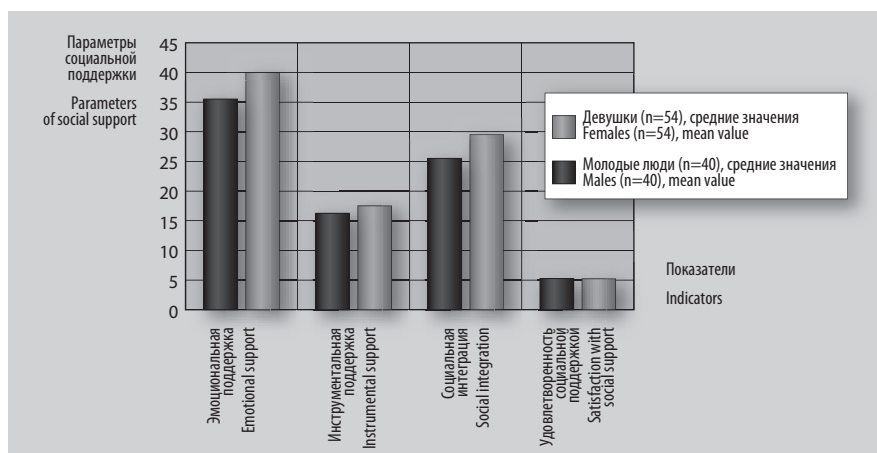


Диаграмма 1. Среднее значение, полученные по методике «F-SOZU-22»

Fig. 1. Mean values based on F-SOZU-22 method

## Участники исследования

В исследовании приняли участие 165 респондентов, из них 42 молодых человека и 123 девушки. Возраст испытуемых от 18 до 22 лет, средний – 19,7 лет. Социально-демографические характеристики выборки: 143 участника не состоят в браке, 7 состоят в браке и 15 находятся с долгосрочных отношениях; 95 испытуемых проживают дома с семьей, 37 респондентов проживают одни, 33 проживают с теми, с кем состоят в отношениях.

## Результаты

Для проверки первой гипотезы о том, что существуют гендерные детерминан-

Полученные нами результаты частично повторяют результаты исследований гендерных особенностей социальной поддержки, в которых было показано, что девушки, в отличие от молодых людей, склонны оценивать свою среду, как более эмоционально поддерживающую (Cumsille, Epstein, 1994; Shumaker, Hill, 1991). Это объясняется, по-видимому, следующим. Во-первых, девушки, по сравнению с молодыми людьми, обычно могут более свободно и легко делиться своими чувствами с другими людьми. Во-вторых, разделяя свои переживания с другими людьми и говоря про них, они формируют представление о своем окружении как о «поддерживающем и отзывчивом». Молодые люди, в отличие от девушек, часто воспитываются в системе

циальной поддержкой – последняя выше у тех участников исследования, которые способны принимать неопределенность, функционировать в системе неясных межличностных коммуникаций и действовать в условиях меняющихся обстоятельств.

Некоторые обнаруженные, на первый взгляд, парадоксальные взаимосвязи, где значимые корреляции с показателями поддержки обнаруживаются у испытуемых как с высокой степенью толерантности к неопределенности, так и с высокой степенью интолерантности, можно объяснить следующим образом. Шкала толерантности к неопределенности (ТН) и шкала Интолерантности к неопределенности (ИТН) в использованном нами «Новом опроснике толерантности к неопределенности Т.В. Корниловой» до сих пор не получили однозначной интерпретации и, очевидно, измеряют не два полюса одного и того же личностного фактора, а представляют собой разные аспекты способности регулировать и выносить неопределенность. В англоязычном оригинале эти аспекты интолерантности обозначаются разными терминами: «ambiguity» («неясность, двусмысленность») и «uncertainty» («неизвестность, неясность, неопределенность»). Uncertainty в большей степени связана с будущим и описывает способность принимать решения в условиях неизвестности и невозможности предсказать будущее. Свойства личности, которые описываются в шкале ТН как «стремление индивида к изменениям, новизне и оригинальности, готовность идти непроторенными путями и предпочитать более сложные задачи, иметь возможность самостоятельности и выхода за рамки принятых ограничений» (Корнилова, 2010), по сути, характеризуют способность выносить риск принятия решений в отношении неясного будущего – люди с низкой толерантностью к неизвестности интерпретируют будущее как источник дискомфорта и тревоги. В некотором приближении, речь идет о таком личностном качестве, которое в русском языке обозначается словом «предприимчивость». Ambiguity в значительной степени относится к неопределенности текущей ситуации «здесь и теперь», ее многозначности и открытости

Табл. 1. Средние значения параметров социальной поддержки у участников исследования с разным уровнем толерантности к неопределенности (в баллах)

Формы толерантности к неопределенности и их уровни	Параметры социальной поддержки (ср.знач.)			
	Эмоциональная поддержка	Инструментальная поддержка	Социальная интеграция	Удовлетворенность социальной поддержкой
Толерантность к неопределенности (ТН)				
Высокий уровень	38,89	17,63	28,88	5,35
Средний уровень	35,31	16,43	25,84	5,56
Низкий уровень	34,63	14,67	20,2	5,41
Интолерантность (ИТН)				
Высокий уровень	39,10	17,74	27,71	4,93
Средний уровень	36,78	16,83	27,43	5,71
Низкий уровень	26,77	13,77	21,66	6,02
Межличностная интолерантность к неопределенности (МИТН)				
Высокий уровень	37,93	17,61	26,25	4,46
Средний уровень	37,23	16,91	27,89	5,79
Низкий уровень	33,31	15,62	25,75	6,25

Table 1. Mean values of social support in the participants with different levels of tolerance of uncertainty (in points)

Tolerance of Uncertainty. Forms and Levels	Parameters of Social Support (mean value)			
	Emotional Support	Tool Support	Social Integration	Satisfaction with Social Support
Tolerance of Uncertainty (TU)				
High Level	38.89	17.63	28.88	5.35
Average Level	35.31	16.43	25.84	5.56
Low Level	34.63	14.67	20.2	5.41
Intolerance (IT)				
High Level	39.10	17.74	27.71	4.93
Average Level	36.78	16.83	27.43	5.71
Low Level	26.77	13.77	21.66	6.02
Interpersonal Intolerance to Uncertainty (IITT)				
High Level	37.93	17.61	26.25	4.46
Average Level	37.23	16.91	27.89	5.79
Low Level	33.31	15.62	25.75	6.25

интерпретациям. И в этом смысле шкала ИТН фокусирует стремление к ясности, упорядоченности и неприятие неопределенности, предположительно главенствующую роль правил и принципов, дихотомическое разделение правильных и неправильных способов, мнений и ценностей. Личностные особенности, которые описывает эта шкала, обычно проявляются в консервативности, нетерпимости к противоречиям, склонности к нормативности и неприятию вариативности и оригинальности, тревогу в связи с неопределенностью правил (Корнилова 2010). Несмотря на то, что обе шкалы, так или иначе, описывают реакции человека на новизну и неясность, все-таки различия между ними достаточ-

ны, чтобы рассматривать их как два самостоятельных фактора. Эти различия можно упрощенно проиллюстрировать следующим сравнением: вполне возможно представить предприимчивого, готового рисковать ради будущих результатов человека, ригидно придерживающегося в повседневной жизни консервативных взглядов и оценок.

Исходя из такой интерпретации шкал «Нового опросника толерантности к неопределенности Т.В. Корниловой», мы можем сделать вывод о том, что уровень социальной поддержки обнаруживает значимую связь с показателями по шкалам ТН и ИТН. Объяснение, которое мы можем предложить для понимания природы этой связи, состоит в следующем:

люди, которые чувствуют достаточность инструментальной и эмоциональной поддержки со стороны своего окружения, легче справляются с неизвестностью будущего, так как имеют субъективную уверенность в том, что в любых предполагаемых сложных обстоятельствах найдется кто-то, готовый им помочь. Позитивный опыт социальной поддержки

реживаний «достаточности» поддержки и отражает шкала «Удовлетворенности социальной поддержкой». В этом смысле низкая удовлетворенность поддержкой предсказуемо усиливает у человека состояние фрустрации при столкновении с неопределенностью и вызывает стремление избежать диссонанса и неустойчивости за счет любых ресурсов.

В отличие от девушек, молодые люди более склонны воспринимать инструментальную поддержку и, соответственно, готовы оказывать другим людям именно такие формы помощи. Кроме того, нами было обнаружено, что девушки вовлечены в большее количество социальных взаимосвязей, что проявляется в достаточно высоком уровне их социальной интеграции.

Особенности функционирования человека в системе социальных связей и его восприимчивость к поддержке могут быть связаны с его различными индивидуальными психосоциальными характеристиками, среди которых определенное место занимает толерантность к неопределенности. Способность человека «видеть и обнаруживать» социальную поддержку, быть чувствительным и внимательным к поддерживающим актам социальной среды имеет тесную взаимосвязь с уровнем развития у него способности принимать неопределенность и сохранять устойчивость в состоянии дискомфорта при ее наличии. Молодые люди и девушки, отмечающие наличие эмоциональной и инструментальной поддержки со стороны своего окружения и демонстрирующие высокий уровень удовлетворенностью ею, чаще обнаруживают более высокую толерантность к рискам новизны, неопределенности будущего. Но, в тоже время, у них выше и интолерантность к неясности текущих нормативных предписаний и оценок ситуации, что, с нашей точки зрения, можно объяснить стремлением сохранять общую картину мира и непротиворечивые отношения со своим непосредственным социальным окружением.

Люди, которые чувствуют достаточность инструментальной и эмоциональной поддержки со стороны своего окружения, легче справляются с неизвестностью будущего, так как имеют субъективную уверенность в том, что в любых предполагаемых сложных обстоятельствах найдется кто-то, готовый им помочь

придает индивиду уверенность в собственных силах, позволяющую принимать вызов новизны. Однако высокая связь со своим социальным окружением требует также и готовности следовать его правилам и разделять его картину мира и базовые ценности. Отсюда можно вывести и выявленную нами взаимосвязь между высокими показателями социальной поддержки и интолерантности к противоречиям и неясностям норм.

Обратные корреляции между уровнем удовлетворенности социальной поддержкой, шкалой «Интолерантности к неопределенности» ( $r_{\text{гмп}} = -0,32$ ;  $p = 0,00082$ ) и шкалой «Интолерантности к неопределенности в межличностных отношениях» ( $r_{\text{гмп}} = -0,381$ ;  $p = 0,000032$ ) становятся объяснимы, если принять во внимание следующее соображение. Существует некоторый оптимум объема эмоциональной и инструментальной поддержки индивида, который выполняет позитивные функции, активизируя, в том числе, принятие им неопределенности и нивелируя чувства дискомфорта и напряжения в сложных жизненных ситуациях. Избыток, как и дефицит реальной социальной поддержки, при определенных условиях может иметь негативные последствия, усиливая у человека чувство собственной зависимости, нуждаемости и неуверенности в собственных силах. Именно этот полос пе-

одно из наших предположений, нуждающееся в дальнейшей проверке, состоит в том, что испытуемые с низким уровнем толерантности к неопределенности и наличием интолерантности в межличностных отношениях оказываются способными замечать только прямые и конкретные формы эмоциональной поддержки, предоставляемой им социальным окружением. Можно предположить, что некоторая ригидность, потребность функционировать в системе только четких правил и норм, стремление избегать энтропии могут формировать у человека представление о своей социальной среде, как о «неподдерживающей и не помогающей».

## Заключение

Социальная поддержка, представляя собой, прежде всего, коммуникативный феномен, имеет явные различия в субъективном восприятии и оценке ее эмоциональных форм молодыми людьми и девушками. Девушки, по сравнению с юношами, в большей степени готовы воспринимать и принимать эмоционально-поддерживающие действия членов своей сети социальных связей и, в тоже время, сами выступать источниками таких действий для других людей.

*Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта «Социальная поддержка как коммуникативный феномен в социальной работе и социально-педагогической практике» (№15-06-10871).*

## Литература:

- Бардиер Г. Комплексные методы исследования толерантности / Почебут Л.Г. Взаимопонимание культур. – Санкт-Петербург : Изд-во С-Петербург. ун-та, 2005. – С. 239–277.
- Корнилова Т.В. Новый опросник толерантности к неопределенности // Психологический журнал. – 2010. – Т. 31. – №1. – С. 74–86.
- Корнилова Т.В. Психология риска и принятия решений. – Москва : Аспект Пресс, 2003.

*Для цитирования:* Лифинцев Д.В., Серых А.Б., Лифинцева А.А. Толерантность к неопределенности в контексте социальной поддержки: гендерная специфика в юности // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 98–105. doi: 10.11621/npsj.2016.0211

*For citation:* Lifintsev D.V., Serykh A.B., Lifintseva A.A. (2017) Tolerance to uncertainty in the context of social support: gender specificity in the youth environment. National Psychological Journal, [Natsionalnyy psikhologicheskij zhurnal], 2, 98–105. doi: 10.11621/npsj.2017.0211

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

- Корнилова Т.В., Чумакова М.А. Шкалы толерантности и интолерантности к неопределенности в модификации опросника С. Баднера // Экспериментальная психология. – 2014. – Т. 7. – № 1. – С. 92–110.
- Холмогорова А.Б., Петрова Г.А. Методы диагностики социальной поддержки при расстройствах аффективного спектра : медицинская технология. – Москва, 2007. – 24 с.
- Albrecht, T.L., & Adelman, M.B. Communicating social support. Newbury Park, CA: Sage, 1987.
- Barbee, A. P., Cunningham, M. R., Winstead, B. A., Derlega, V. J., Gulley, M. R., & Yankeelov, P. A. et al. (1993) Effects of gender role expectations on the social support process. *Journal of Social Issues*. 49,175–190. doi: 10.1111/j.1540-4560.1993.tb01175.x
- Brashers, D.E., Neidig, J.L., Russell, J.A., Cardillo, L.W., Haas, S.M., & Dobbs, L.K., et al. (2003) The medical, personal, and social causes of uncertainty in HIV illness. *Issues in Mental Health Nursing*. 24, 497–522. doi: 10.1080/01612840305292
- Cumsille, P.E., & Epstein, N. (1994) Family cohesion, family adaptability, social support, and adolescent depression symptoms in outpatient clinic families. *Journal of Family Psychology*. 8(2), 202–214. doi: 10.1037/0893-3200.8.2.202
- Doumit, R. (2012) Coping Mechanisms Among Lebanese First-Time College Students. Dissertations. Loyola University Chicago, 346.
- Grenier, S., Barrette, A.-M., & Ladouceur, R. (2005) Intolerance of Uncertainty and Intolerance of Ambiguity: Similarities and differences. *Personality and Individual Differences*. Vol. 39, 593–600. doi: 10.1016/j.paid.2005.02.014
- Harber, K.D., Kennedy, K.A., Jussim, L., Freyberg, R., & Baum, L. (2008) Social support opinions. *Journal of Applied Social Psychology*. 38(6), 1463–1505. doi: 10.1111/j.1559-1816.2008.00356.x
- Lane, M. (2004) The Ambiguity Tolerance Interface: A Modified Social Cognitive Model for Leading Under Uncertainty. M. Lane, & K. Klenke. *Journal of Leadership and Organizational Studies*. Vol. 10, 69–81. doi: 10.1177/107179190401000306
- Miller, K.I., Ellis, B.H., Zook, E.G., & Lyles, J. S. (1990) An integrated model of communication, stress, and burnout in the workplace. *Communication Research*. 17, 300–326. doi: 10.1177/009365090017003002
- Mishel, M., & Braden, C.J. (1988) Finding meaning: Antecedents of uncertainty in illness. *Nurs. Res.* 37, 98–103.
- Ogawa, N. (2007) Stress, coping behavior, and social support in Japan and the United States. Dissertations. University Of Oklahoma, 183.
- Shumaker, S.A., & Hill, D.R. (1991) Gender differences in social support and physical health. *Health Psychology*. 10, 102–111. doi: 10.1037/0278-6133.10.2.102
- Thoits, P.A. (2011) Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of health and social behavior*. Vol. 52, 2, 145–161. doi: 10.1177/0022146510395592
- Uchino, B.N., Cacioppo, J.T., & Kiecolt-Glaser, J.K. (1996) The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*. Vol. 119, 3, 488–531. doi: 10.1037/0033-2909.119.3.488
- Walinga, J. (2008) Toward a Theory of Change Readiness: The Roles of Appraisal, Focus, and Perceived Control. *Journal of Applied Behavioral Science*. Vol. 44, 315–347. doi: 10.1177/0021886308318967

## References:

- Albrecht, T.L., & Adelman, M.B. Communicating social support. Newbury Park, CA: Sage, 1987.
- Barbee, A. P., Cunningham, M. R., Winstead, B. A., Derlega, V. J., Gulley, M. R., & Yankeelov, P. A. et al. (1993) Effects of gender role expectations on the social support process. *Journal of Social Issues*. 49,175–190. doi: 10.1111/j.1540-4560.1993.tb01175.x
- Bardier, G. (2005) Complex methods of researching tolerance. [*Pochebut L.G. Vzaimoponimanie kul'tur*]. SPb., Izdatel'stvo S-Peturburgskogo Universiteta. 278, 239–277.
- Brashers, D.E., Neidig, J.L., Russell, J.A., Cardillo, L.W., Haas, S.M., & Dobbs, L.K., et al. (2003) The medical, personal, and social causes of uncertainty in HIV illness. *Issues in Mental Health Nursing*. 24, 497–522. doi: 10.1080/01612840305292
- Cumsille, P.E., & Epstein, N. (1994) Family cohesion, family adaptability, social support, and adolescent depression symptoms in outpatient clinic families. *Journal of Family Psychology*. 8(2), 202–214. doi: 10.1037/0893-3200.8.2.202
- Doumit, R. (2012) Coping Mechanisms Among Lebanese First-Time College Students. Dissertations. Loyola University Chicago, 346.
- Grenier, S., Barrette, A.-M., & Ladouceur, R. (2005) Intolerance of Uncertainty and Intolerance of Ambiguity: Similarities and differences. *Personality and Individual Differences*. 39, 593–600. doi: 10.1016/j.paid.2005.02.014
- Harber, K.D., Kennedy, K.A., Jussim, L., Freyberg, R., & Baum, L. (2008) Social support opinions. *Journal of Applied Social Psychology*. 38(6), 1463–1505. doi: 10.1111/j.1559-1816.2008.00356.x
- Kholmogorova, A.B., & Petrova, G.A. (2007) Methods of diagnosing social support for affective spectrum disorders. [*Meditinskaya tekhnologiya. MNII psikhiiatrii Roszdrava*]. Moscow, 24.
- Kornilova, T.V. (2010) The new tolerance of uncertainty questionnaire. [*Psikhologicheskiy zhurnal*]. 31, 74–86.
- Kornilova, T.V. (2003) The psychology of risk and decision-making. Moscow, Aspekt Press.
- Kornilova, T.V., & Chumakova, M.A. (2014) The scales of tolerance and intolerance to uncertainty in the modification of the questionnaire. [*S. Badnera Experimental'naya Psikhologiya*]. 7, 1, 92–110.
- Lane, M. (2004) The Ambiguity Tolerance Interface: A Modified Social Cognitive Model for Leading Under Uncertainty. M. Lane, & K. Klenke. *Journal of Leadership and Organizational Studies*. 10, 69–81. doi: 10.1177/107179190401000306
- Miller, K.I., Ellis, B.H., Zook, E.G., & Lyles, J. S. (1990) An integrated model of communication, stress, and burnout in the workplace. *Communication Research*. 17, 300–326. doi: 10.1177/009365090017003002
- Mishel, M., & Braden, C.J. (1988) Finding meaning: Antecedents of uncertainty in illness. *Nurs. Res.* 37, 98–103.

- Ogawa, N. (2007) Stress, coping behavior, and social support in Japan and the United States. Dissertations. University Of Oklahoma, 183.
- Shumaker, S.A., & Hill, D.R. (1991) Gender differences in social support and physical health. *Health Psychology*. 10, 102–111. doi: 10.1037/0278-6133.10.2.102
- Thoits, P.A. (2011) Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of health and social behavior*. 52, 2, 145–161. doi: 10.1177/0022146510395592
- Uchino, B.N., Cacioppo, J.T., & Kiecolt-Glaser, J.K. (1996) The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*. 119, 3, 488–531. doi: 10.1037/0033-2909.119.3.488
- Walinga, J. (2008) Toward a Theory of Change Readiness: The Roles of Appraisal, Focus, and Perceived Control. *Journal of Applied Behavioral Science*. 44, 315–347. doi: 10.1177/0021886308318967

# К вопросу о ценностных ориентациях исследователей в сфере образования

В.С. Собкин, А.И. Андреева, Ф.Р. Рзаева

Информационно-аналитический центр Российской академии образования, Москва, Россия

Поступила 4 апреля 2017 / Принята к публикации: 19 апреля 2017

## On the value orientations of researchers in the field of education

Vladimir S. Sobkin\*, Anna I. Andreeva, Fatima R. Rzaeva

Information and Analytical Centre of the Russian Academy of Education, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: sobkin@mail.ru.

Received April 4, 2017 / Accepted for publication: April 19, 2017

В статье представлены результаты исследования жизненных ценностей научных сотрудников, проводящих исследования в сфере образования. По специально разработанной анкете, включающей 72 вопроса (закрытых, шкальных и открытых), был опрошен 721 респондент. В выборку вошли сотрудники с разным уровнем научной квалификации и стажем профессиональной научной деятельности. Опрашивались как сотрудники НИИ, так и ВУЗов из разных регионов Российской Федерации. В статье основное внимание уделено анализу влияния социально-демографических характеристик (возраст, пол), социальных индикаторов профессиональной деятельности (наличие ученой степени и научного звания, занимаемая должность, публикационная активность) и показателей социально-психологического благополучия на жизненные ценности научных сотрудников. Рассмотрено влияние эмоциональной оценки своих жизненных перспектив, социального статуса в научном коллективе и эмиграционных планов на оценку значимости тех или иных жизненных ценностей. В результате исследования была выявлена иерархия жизненных ценностей научных сотрудников. Показано место традиционалистских гендерных различий в ценностных ориентациях научных сотрудников. Были выявлены два возрастных этапа, на которых происходит существенная трансформация их жизненных ориентаций. Охарактеризованы особенности влияния уровня научного статуса (ученая степень, научное звание, занимаемая должность, публикационная активность) на ценностные ориентации и профессиональное самочувствие научного сотрудника. Получены данные, характеризующие роль социально-психологических факторов (оценка успешности своих жизненных перспектив, социальный статус в коллективе, эмиграционные планы) в определении значимости тех или иных жизненных ценностей. Выявленные тенденции интерпретируются относительно проблематики, касающейся профессионального становления научного сотрудника.

**Ключевые слова:** научный сотрудник, ценностные ориентации, характеристики профессионального статуса, демографические факторы, социально-психологическое благополучие.

The paper presents the results of the sociological study of life values in researchers in the sphere of education. According to a specially designed questionnaire that included 72 questions, 721 people were interviewed. The sample of respondents included employees with different levels of academic qualifications and experience of professional activity, living in various regions of Russia. The respondents are the employees of the Scientific Research Institute and various universities. The purpose of the study is to determine the impact of social demographic features (age, gender, financial status) and a number of social indicators of professional activity (seniority, position, availability of scientific degrees and titles, having a permanent job or working flexi time, publication activity) to life values in researchers. Special attention is paid to the influence of the emotional assessment of their life prospects, social status in the scientific group and migration plans over the evaluation of the significance of certain life fears. The research results reveal the hierarchy of the life values in researchers. The influence of traditionalist gender differences in the value orientations of researchers is emphasized. Two developmental stages are identified with the significant transfer changes of life orientations in researchers. The influence of the scientific status (academic degree, academic rank, position held, publication activity) on the value orientations and professional well-being of the scientific employee are highlighted. The common data show the role of social psychological factors (assessing the success of their life prospects, social status in the team, migration plans) in determining the significance of certain life values. The identified trends are interpreted with respect to the issues of social success and professional development of researcher.

**Keywords:** researcher, value orientations, characteristic features of professional status, demographic factors, social and psychological well-being.

Статья подготовлена на основе материалов анкетного опроса научных сотрудников, которые проводят исследования в сфере образования. Опрос был проведен в период с ноября 2015-го по апрель 2016-го года среди членов Российской академии образования, сотрудников научно-исследовательских институтов РАО, преподава-

Информационно-аналитическим центром РАО.

В опросе приняли участие респонденты, имеющие разную научную квалификацию: доктора наук (22,0% от всех опрошенных), кандидаты наук (58,4%), не имеющие научной степени (19,6%). Из числа опрошенных 14,9% имеют звание профессора, 40,0% – доцента, 5,5% –

Одно из центральных мест в программе исследования занимает выявление особенностей жизненных ценностей научных сотрудников. Специальное внимание уделено влиянию демографических факторов, индикаторов профессионального статуса и показателей социально-психологического благополучия на ценностные ориентации научных сотрудников

телей педвузов и ряда других научных организаций, занимающихся исследованиями в сфере образования. Опрос проводился в разных городах России (Москва, Санкт-Петербург, Красноярск, Тюмень и др.). Всего был опрошен 721 респондент. Исследование проведено

старшего научного сотрудника. Являются заведующими лабораториями – 10,0%, заведующими кафедрами – 10,1%. Распределение респондентов по возрасту выглядит следующим образом: до 30 лет – 18,8%, 31–40 лет – 22,9%, 41–50 лет – 22,7%, 51–60 лет – 22,3%, более 60 лет – 13,3%.



**Владимир Самуилович Собкин** – профессор, академик РАО, руководитель Информационно-аналитического центра Российской академии образования  
E-mail: sobkin@mail.ru



**Анна Игоревна Андреева** – старший научный сотрудник Информационно-аналитического центра Российской академии образования  
E-mail: ann-94@bk.ru



**Фатима Рза Кызы Рзаева** – старший научный сотрудник Информационно-аналитического центра Российской академии образования  
E-mail: fatia92@mail.ru

В рамках исследовательской программы была разработана анкета, включающая 72 вопроса: закрытых, шкальных и открытых. Они группируются относительно шести основных содержательных блоков: жизненные ориентации и социальное самочувствие, особенности мотивации и целеполагания в научной и преподавательской деятельности, удовлетворенность работой, материальным и социальным обеспечением, оценка эффективности научного труда, особенности психологического климата в коллективе, отношение к реформированию науки. При разработке инструментария мы учитывали опыт наших предыдущих исследований в сфере социологии образования (Собкин, Адамчук, 2016; Собкин, Писарский, 1994; Собкин, Писарский, Коломиец, 1996; Собкин, 2009; Собкин, Андреева, Рзаева, 2017; Собкин, Андреева, Рзаева, 2017).

Одно из центральных мест в программе исследования занимает выявление особенностей жизненных ценностей научных сотрудников. Специальное внимание уделено влиянию демографических факторов, индикаторов профессионального статуса и показателей социально-психологического благополучия на ценностные ориентации научных сотрудников. При разработке инструментария учитывались различия в подходе к определению понятия «жизненная ценность» в научной литературе, неоднозначность его понимания (Каширский, 2014).

В психологии ценности рассматриваются, прежде всего, как «основания оценок субъектом окружающей действительности и ориентации в мире» (Карпенко, 1985, С. 431). По мнению С.Л. Рубинштейна, они выполняют функцию ориентира социального поведения личности (Рубинштейн, 1973, С. 365). При этом важнейшую роль играют базовые морально-этические установки, например, «быть или иметь» у Э. Фромма (Фромм, 2000). Согласно Д.А. Леонтьеву, ценности наиболее отчетливо проявляются в трех формах: «1) в общественных идеалах – выработанных общественным сознанием и присутствующих в нем обобщенных представлениях о совершенстве в различных сферах общественной жизни, 2) в предметном воплощении этих

*Для цитирования:* Собкин В.С., Андреева А.И., Рзаева Ф.Р. К вопросу о ценностных ориентациях исследователей в сфере образования // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 106–115. doi: 10.11621/npj.2017.0212

*For citation:* Sobkin V.S., Andreeva A.I., Rzaeva F.R. (2017) On the value orientations of researchers in the field of education. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 2, 106–115. doi: 10.11621/npj.2017.0212

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2017  
© Russian Psychological Society, 2017

идеалов в деяниях или произведений конкретных людей и 3) в мотивационных структурах личности ("моделях должного"), побуждающих ее к предметному воплощению в своей деятельности общественных ценностных идеалов» (Леонтьев, 1998, С. 29).

Помимо собственно психологических подходов к определению ценностей, существуют и другие, которые реализуются в рамках смежных научных дисциплин (социология, культурная антропология, философия). При этом обращает на себя внимание различие оснований, относительно которых рассматриваются и систематизируются ценности: соотношение ценностей с биологическими и психологическими потребностями, соотношение ценностей и понятия нормы, зависимость ценностей от типа культуры, различение субъективной и объективной природы ценностей, разделение ценностей на духовные, социальные и материальные (Бердяев, 1991; Добрынина, 1997; Елишев 2010; Корж, 2011; Турпенко, 2012). Следствием отмеченного многообразия подходов к изучению ценностей является возникновение различных типологий, отраженных в специальной литературе.

На предварительном этапе настоящего исследования при разработке инструментария в качестве основы была использована классификация М. Рокича, где ценности рассматриваются относительно их функционального значения – ценности средства и ценности цели. Отсюда в его типологии выделяются терминальные ценности и инструментальные (Рокич, 2005). При этом учитывалось разделение терминальных ценностей на: конкретные и абстрактные, ценности профессиональной самореализации и личной жизни, индивидуальные ценности и ценности межличностных отношений, активные и пассивные ценности (Леонтьев, 1998). Нами использовались также представления, имеющие место в других подходах. В частности, рассмотрение ценностей В. Франклом как смысловых универсалий, подразделяющихся на ценности творчества, ценности переживания и ценности отношений (Франкл, 1990). Учитывали мы и подход Ш. Шварца, где ценность определяется мотивационной тенденцией личности

и имеет следующую типологию: ценности сохранения-изменения, ценности самоопределения-самовозвышения (Шварц, 2012).

Предваряя основное содержание статьи, выскажем предположения о влиянии ряда факторов (демографических, профессионально-стратификационных и социально-психологических) на жизненные ценности научных сотрудников, которыми мы руководствовались при анализе полученных эмпирических данных:

- 1) «успешная научная деятельность» является значимой и входит в ядро ценностных ориентаций научных сотрудников наряду со здоровьем, материальным благополучием, счастливой семейной жизнью и воспитанием детей;
- 2) на структуру жизненных ценностей научных сотрудников оказывают значимое влияние традиционалистские гендерные установки, что может проявиться в существенных различиях значимости тех или иных ценностей для мужчин и для женщин;
- 3) на разных возрастных этапах структура жизненных ценностей у научных сотрудников будет претерпевать существенную трансформацию в соответствии с возрастными задачами социального развития;
- 4) формальные показатели профессионального статуса научного сотрудника могут оказывать существенное влияние на значимость научной деятельности;
- 5) характер социально-психологического самочувствия научного сотрудника в существенной степени может оказывать влияние на его отношение к широкому спектру ценностей.

онных факторов (наличие ученой степени и научного звания, занимаемая должность) на значимость жизненных ценностей», «Социально-психологическое самочувствие».

## Иерархия жизненных ценностей

В ходе опроса респондентам предлагался вопрос, касающийся их предпочтений тех или иных жизненных ценностей: «Какие жизненные ценности являются для Вас наиболее значимыми?» Отвечая на него, научные сотрудники могли выбрать не более пяти вариантов ответа из 22-х предложенных. Распределение ответов относительно всей выборки опрошенных приведено на рисунке 1.

Из рисунка 1 видно, что доминирующие позиции в структуре жизненных ценностей научного сотрудника занимают «хорошее здоровье» и «семья». Каждую из них отмечают почти три четверти опрошенных. Третью по значимости позицию занимает «материальное благополучие». Далее в порядке убывания следует блок ценностей: «внутренняя гармония», «успешная научная деятельность», «познание, расширение кругозора», «свобода, независимость, самостоятельность», «дружба», «развитие своего творческого потенциала и способностей», «активная деятельная жизнь», «любовь (духовная и физическая близость)», «воспитание детей». По сути дела, это набор тех жизненных ценностей, которые характеризуют представление о социально-психологическом благополучии.

Остальные ценности гораздо менее значимы. Так, «политическую активность»

Одно из центральных мест в программе исследования занимает выявление особенностей жизненных ценностей научных сотрудников. Специальное внимание уделено влиянию демографических факторов, индикаторов профессионального статуса и показателей социально-психологического благополучия на ценностные ориентации научных сотрудников

В соответствии с этими предположениями материал данной статьи сгруппирован в четыре самостоятельных раздела: «Иерархия жизненных ценностей», «Влияние демографических факторов на значимость жизненных ценностей», «Роль профессионально-стратификаци-

как жизненную ценность среди научных сотрудников, занимающихся исследованиями в сфере образования, отмечают очень немногие – 0,4%. Не выражена среди них и значимость таких ценностей, как «развлечения» (2,0%), «общественная деятельность» (4,6%), «религия» (6,9%).



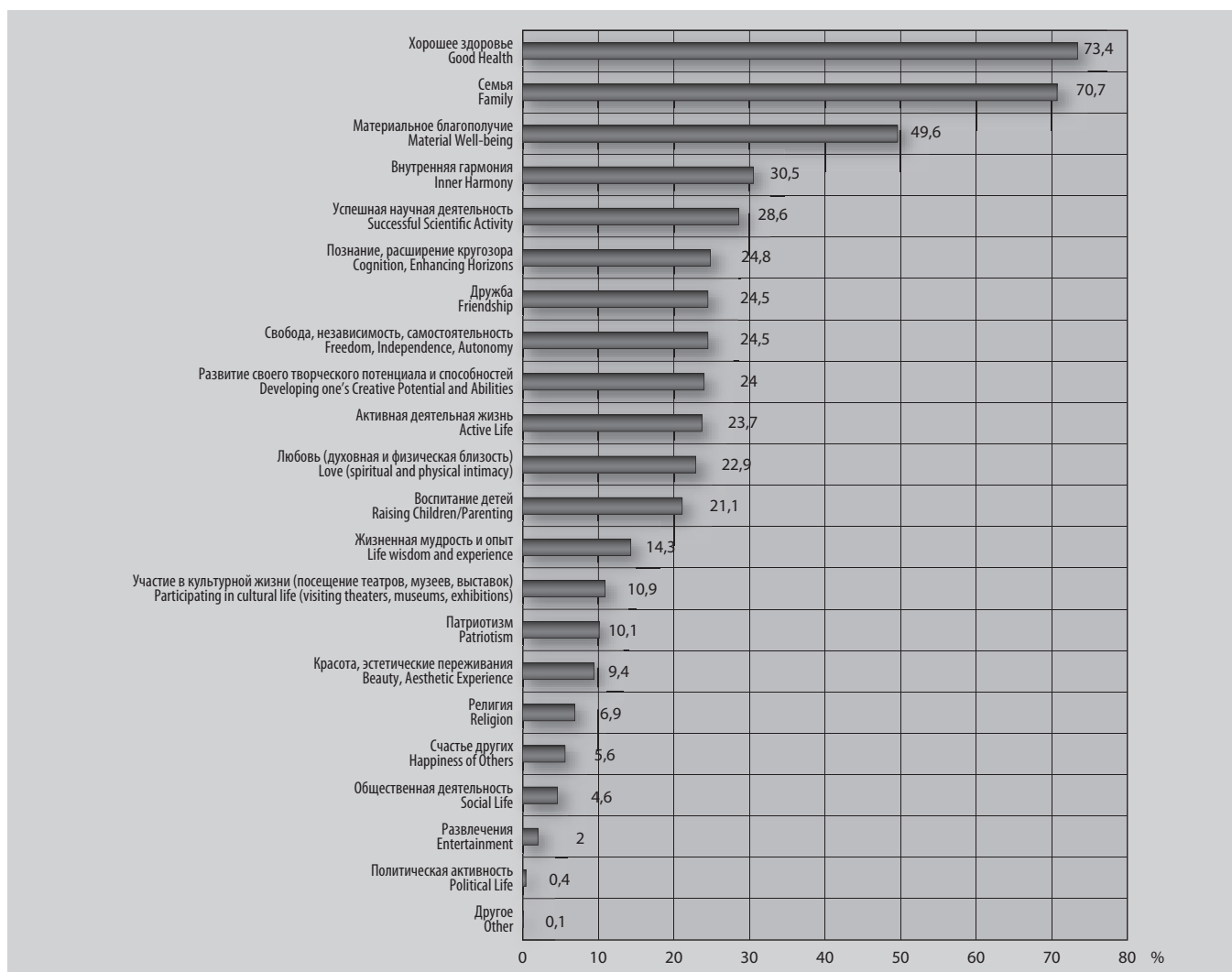


Рис. 1. Распределение значимости жизненных ценностей среди научных сотрудников (% от числа ответивших на вопрос)

Fig. 1. The distribution of life values among researchers (% of the respondents who answered the question)

### Влияние демографических факторов на значимость жизненных ценностей

Сравнение ответов мужчин и женщин показывает, что мужчины существенно чаще, по сравнению с женщинами, отмечают такие ценности, как «материальное благополучие» (соответственно, 57,4% и 46,6%;  $p=0.006$ ) и «успешная научная деятельность» (соответственно, 37,6% и 23,7%;  $p=0.0001$ ). Для женщин более характерно предпочтение ценностей «семья» (соответственно, 75,5% и 60,3%;  $p=0.000$ ) и «воспитание детей» (соответственно, 22,7% и 15,6%;  $p=0.03$ ). Таким образом, результаты свидетельствуют, что наряду со своеобразием иерархии ценностей среди научных сотрудников, как социально-профессиональной группы,

среди них также явно выражены традиционалистские гендерные различия ценностных ориентаций.

Особый интерес представляет и возрастная динамика изменения ценностных ориентаций. Специально проведенный анализ показывает, что в целом структура ценностных ориентаций в различных возрастных когортах имеет сходный характер. Об этом, в частности, свидетельствуют ранговые коэффициенты корреляции значимости жизненных ценностей между разными возрастными группами ученых – они статистически значимы и находятся в интервале от 0.85 до 0.96 ( $p=0.0001$ ).

Более детальное сравнение различных возрастных когорт позволяет отследить характерные содержательные изменения значимости жизненных ценностей

в зависимости от возраста. Можно выделить два характерных ценностных сдвига. Один обнаруживается при сравнении двадцатилетних и тридцатилетних научных сотрудников, другой – при сравнении сорокалетних и пятидесятилетних.

Различия в значимости тех или иных ценностей между двадцатилетними (возраст до 30-ти лет) и тридцатилетними (возраст 31–40 лет) научными сотрудниками приведены на рисунке 2.

Как видно из рисунка 2, для молодых сотрудников (до 30-ти лет) существенно более значимыми являются «развлечения», чем в группе 31–40 лет (соответственно, 7,4% и 1,2%;  $p=0.006$ ). Для тридцатилетних же респондентов (31–40 лет) характерно увеличение значимости ценностей «воспитание детей» (соответственно, с 13,8% до 28,5%;  $p=0.002$ ) и «се-

мья» (соответственно, с 58,5% до 73,3%;  $p=0.007$ ). Подобный результат можно рассматривать как итог ценностного самоопределения, приводящего к сложному переходу от значимости гедонистических установок («развлечения») к значимости ценностей семьи. Причем, большое значение здесь начинает предаваться реализации родительской позиции («воспитание детей»).

Отметим, что традиционно в российском обществе актуализация родительской установки происходит на более раннем возрастном этапе («до 30-ти лет»). Однако у научных сотрудников, как показывают приведенные результаты, она начинается позднее, что позволяет рассматривать этот факт как отличительную характеристику данной профессиональной группы. Иными словами, здесь проявляется феномен «отложенного родительства». Значимость научной карьеры (в частности, получения ученой степени) заставляет многих женщин планировать и осуществлять рождение ребенка в более позднем возрасте.

Второй существенный ценностной сдвиг происходит на возрастном этапе между сорокалетними (возраст 41–50 лет) и пятидесятилетними (возраст 51–60 лет). Различия приведены на рисунке 3.

На возрастном этапе 51–60 лет в группе научных сотрудников явно увеличивается значимость следующих жизненных ценностей: «успешная научная деятельность», «развитие своего творческого потенциала», «активная деятельная жизнь», «участие в культурной жизни (посещение театров, музеев, выставок)». Ценность же «материальное благополучие» заметно теряет свою значимость. Отмеченные изменения в ценностной иерархии позволяют говорить о своеобразии данного возрастного этапа. В этот период имеет место увеличение значимости профессионального успеха, творческой самореализации и общей социальной активности. Характерно, что актуализация этого комплекса ценностных ориентиров приходится на предпенсионный период. Заметим, что здесь происходит своего рода «размыкание» узкой профессиональной ориентации и формирование ориентации на активное освоение культуры. Можно предположить, что резкая акти-

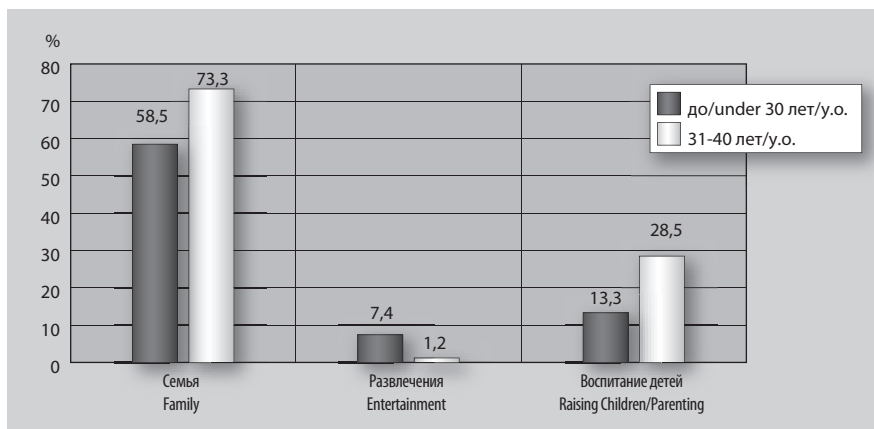


Рис. 2. Динамика изменения ценностных ориентаций среди научных сотрудников в возрастных группах до 30-ти лет и 31–40 лет (%)

Fig. 2. Dynamics of changes in value orientations among researchers in the age groups up to 30 years and 31–40 years (%)

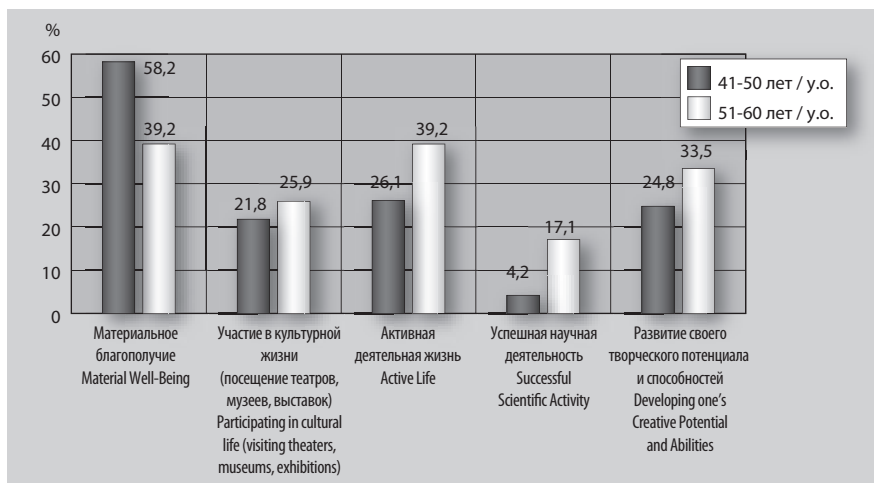


Рис. 3. Динамика изменения ценностных ориентаций среди научных сотрудников в возрастных группах 41–50 лет и 51–60 лет (%)

Fig. 3. Dynamics of changes in value orientations among researchers in the age groups 41–50 years and 51–60 years (%)

визация включенности в культурные процессы имеет крайне важное значение для переосмысления собственной научной деятельности ученого-педагога, происходит включение целей и результатов своей деятельности в общекультурный гуманитарный контекст.

Таким образом, приведенные данные позволяют сделать вывод о наличии двух особых возрастных этапов, на которых происходит существенная трансформация жизненных ценностей. Первый связан с ценностями семейной жизни и актуализацией значимости родительской позиции (возраст 31–40 лет); второй – с актуализацией значимости профессиональной научной деятельности (возраст 51–60 лет).

### Влияние профессионально-стратификационных факторов на значимость жизненных ценностей

Из всех формальных показателей профессионального статуса научного сотрудника мы остановимся на следующих: ученая степень, научное звание, занимаемая должность. Рассмотрим их влияние на значимость жизненных ценностей. Кроме того, попытаемся выявить влияние широко используемого в настоящее время наукометрического индекса, фиксирующего публикационную активность научного сотрудника (индекс Хирша).

В целом, сопоставление особенностей ценностных ориентаций докторов и кан-

дидатов наук, профессоров и доцентов, а также сотрудников, различающихся занимаемой должностью (заведующий лабораторией, ведущий научный сотрудник и научный сотрудник), показывает, что

стью (Собкин, Рзаева, 2016). Анализ полученных данных показывает, что индекс Хирша дифференцирует различия между разными подвыборками научных сотрудников относительно значимости

ним уровнем публикационной активности эти две ценности выполняют более важную целевую роль в личностно-смысловых ориентациях профессиональной деятельности, по сравнению с учеными низким уровнем публикационной активности (h-index до 2-х).

В то же время, при переходе ученого на более высокий уровень публикационной активности (индекс Хирша более 10), значимость этих ценностей для него явно снижается ( $p=0.03$ ). Это позволяет сделать вывод том, что для научных сотрудников с высоким уровнем публикационной активности значимость развития своего личностного («творческих способностей») и социального («свобода, независимость, самостоятельность») потенциала уже не выступает в качестве ценностной доминанты и отходит на второй план. Высокий уровень индекса Хирша (более 10-ти) среди научных сотрудников сферы образования в существенной степени, как правило, коррелирует со стажем научной деятельности. Поэтому отмеченное снижение значимости таких ценностей, как «развитие своего творческого потенциала и способностей» и «свобода, независимость, самостоятельность» связано с изменением возраста исследователя.

В целом, приведенные в этом разделе данные позволяют сделать два основных вывода. Во-первых, формальные показатели профессионального статуса (ученая степень, научное звание и занимаемая должность) оказывают явное влияние на значимость ценности «успешная научная деятельность». Во-вторых, показатель – публикационная активность (индекс Хирша) связан с более широким ценностным комплексом, куда входят, помимо «успешной научной деятельности», такие личностно-значимые ценностные ориентиры, как «развитие своего творческого потенциала и способностей» и «свобода, независимость, самостоятельность».

### Социально-психологическое самочувствие и жизненные ценности

В ходе опроса респондентам был задан ряд вопросов, направленных на определение их жизненного самочувствия. Они

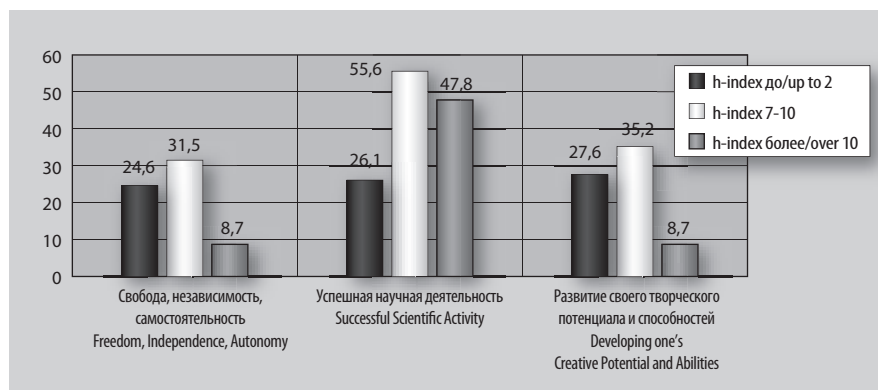


Рис. 4. Распределение ответов на вопрос о значимых жизненных ценностях среди научных сотрудников с разным показателем индекса Хирша (%)

Fig. 4. Distribution of answers to the question of meaningful life values among researchers with different Hirsch index indicators (%)

предпочтение ими тех или иных ценностей имеет схожую структуру. Пожалуй, единственной ценностью, относительно которой последовательно прослеживается различие во всех сравниваемых группах, является ценность «успешная научная деятельность». Так, среди научных сотрудников, имеющих ученую степень доктора наук, ее отмечают 47,1%, а среди кандидатов – 22,9% ( $p=0.000$ ). Среди тех, кто имеет научное звание профессора, на нее указывают 40,6%, а среди доцентов – 25,4% ( $p=0.003$ ). И наконец, среди занимающих должность заведующих лабораторией ценность «успешной научной деятельности» отмечают 43,1%, среди ведущих научных сотрудников – столько же (43,1%), а среди числящихся на должности научного сотрудника – лишь 24,6% ( $p=0.04$ ). Таким образом, приведенные данные свидетельствуют о том, что значимость ценности «успешная научная деятельность» действительно связана с показателями профессионального статуса: степенью, званием и должностью. Чем они выше, тем более значима эта ценность.

Интересно рассмотреть и влияние научной продуктивности сотрудника на особенности его ценностных ориентаций. Как было отмечено выше, для этого использовался наукометрический показатель – индекс Хирша, фиксирующий связь числа публикаций с их цитируемо-

целого ряда ценностей: «успешная научная деятельность», «развитие своего творческого потенциала и способностей», «свобода, независимость, самостоятельность» (см. рис. 4).

Приведенные на рисунке 4 данные позволяют сравнить ценностные ориентации научных сотрудников с низкой публикационной активностью (h-index до 2-х) с теми, у кого ее уровень достаточно высок (h-index в интервале 7-10) и с теми, чья публикационная активность существенно превышает средний уровень (h-index более 10). У сотрудников с низким индексом публикационной активности значимость ценности «успешная научная деятельность» существенно ниже, по сравнению с сотрудниками со средней и высокой публикационной активностью ( $p=0.000$ ). Причем, между научными сотрудниками со средней и высокой публикационной активностью отсутствуют различия в значимости ценности «успешная научная деятельность».

Помимо этого на рисунке 4 отчетливо видно, что среди сотрудников со средним уровнем публикационной активности (чей h-index в интервале 7-10) наиболее выражена акцентуация таких ценностей, как «развитие своего творческого потенциала и способностей» и «свобода, независимость, самостоятельность». Можно предположить, что для ученых со сред-

выявляли эмоциональную оценку ими жизненных перспектив, определенность жизненных планов, оценку своего социометрического статуса в научном коллективе, планы на эмиграцию. Рассмотрим последовательно влияние вышеперечисленных параметров на значимость тех или иных жизненных ценностей научных сотрудников.

Так, научные сотрудники, «сомневающиеся» в успешности своих жизненных перспектив, существенно чаще, по сравнению с «оптимистами», указывали на значимость для них ценности «успешная научная деятельность» (соответственно: 34,3% и 26,3%;  $p=0,02$ ). Данная тенденция, на наш взгляд, весьма показательна, поскольку ее можно интерпретировать как переживание каждым третьим научным сотрудником аффективной значимости своей «успешности в профессиональной деятельности» (сомнение в успешности реализации жизненных перспектив связывается здесь с «успешностью профессиональной деятельности»). Характерно, что «пессимисты» значительно чаще, по сравнению с «сомневающими», склонны фиксировать значимость ценностей «материальное благополучие» (соответственно: 58,7% и 45,0%;  $p=0,03$ ) и «воспитание детей» (соответственно: 32,0% и 14,5%;  $p=0,0004$ ). Иными словами, пессимистическая оценка своих перспектив связывается не столько с профессиональной деятельностью, как у «сомневающих», сколько с повышенной значимостью базовых ценностей («материальное благополучие» и «воспитание детей»).

Совершенно иначе проявляется влияние такого показателя, как степень определенности своих жизненных планов. Те научные сотрудники, кто проблематизирует свое будущее («думаю о своем будущем, но не могу определиться»), по сравнению с теми, кто имеет о нем ясное представление («отчетливо представляю свое будущее»), отмечают значимость для себя ценностей «хорошее здоровье» (соответственно: 82,2% и 66,4%;  $p=0,0004$ ) и «семья» (соответственно: 79,3% и 61,5%;  $p=0,0002$ ).

Таким образом, если сомнение относительно успешности своего будущего актуализирует значимость ценности «успешная научная деятельность», то его проблематизация («не могу опреде-

литься») актуализирует значимость иного ценностного комплекса – «здоровье» и «семья».

ные ценности в научном коллективе, в то же время он, как и большинство научных сотрудников, ориентирован на

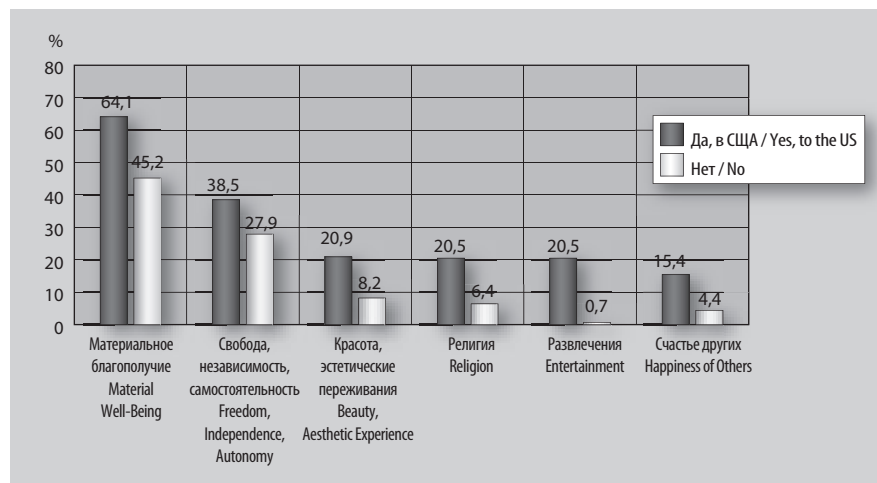


Рис. 5. Различия в жизненных ценностях между научными сотрудниками, желающими эмигрировать из России, и теми, кто не испытывает подобного желания (%)

Fig. 5. Differences in life values between researchers who express the attitude to emigrate from Russia and those who does not have such a desire (%)

По-другому проявляется и влияние такого фактора, как социометрический статус в научном коллективе. В качестве примера сопоставим мнение о значимости жизненных ценностей у тех научных сотрудников, кто оценивает себя как «лидера» своего коллектива, с теми, кто относит себя к «оппозиционерам». Если «лидеры» склонны чаще отмечать ценность «материального благополучия» (соответственно: 54,4% и 29,4%;  $p=0,006$ ), то у «оппозиционеров» более выражена значимость комплекса таких ценностей, как «жизненная мудрость и опыт» (у «лидеров» – 12,4%, у «оппозиционеров» – 26,5%;  $p=0,03$ ) и «внутренняя гармония» (у «лидеров» – 27,4%, у «оппозиционеров» – 44,1%;  $p=0,04$ ).

Таким образом, выяснилось, что «лидеры» научного коллектива высоко оценивают значимость ценности «материальное благополучие», что характерно и для основной массы научных сотрудников – усредненные данные опроса, приведенные выше, показывают, что ценность «материальное благополучие» занимает третью ранговую позицию в общей иерархии жизненных ценностей. Иными словами, этот результат позволяет зафиксировать два содержательных момента: «лидер» склонен поддерживать (декларировать) общепри-

«материальное благополучие».

Совершенно иной ценностной комплекс актуализируется у «оппозиционеров». Среди них существенно выше, по сравнению с ответами лидеров, оказывается значимость таких ценностей, как «жизненная мудрость, опыт» и «внутренняя гармония» (соответственно: 26,5% и 12,4%,  $p=0,03$ ; 44,1% и 27,4%,  $p=0,04$ ). Отсюда можно сделать вывод о том, что оппозиционная ориентация ученого в научном коллективе проявляется в декларировании значимости духовных ценностей. Иными словами, здесь можно выделить весьма важный ценностный конфликт, который характеризуют жизнедеятельность научного коллектива: конфликт прагматизма и духовности.

Особым индикатором социально-психологического благополучия научного сотрудника может служить такой показатель, как его ориентация на эмиграцию из страны. Частично этот вопрос рассматривался нами при сравнении ценностей научных сотрудников, ориентированных на временную работу по специальности за рубежом, с теми, кто не испытывает подобного желания (Собкин, Андреева, Рзаева, 2017). Здесь мы сопоставим мнение тех научных сотрудников, кто высказал желание уехать из страны на постоянное место жительства, и тех, кто

не планирует отъезд из России (ни на временную работу, ни в эмиграцию). В качестве примера приведем данные о значимых различиях в жизненных ценностях между теми научными сотрудниками, кто планирует отъезд в США, и теми, кто не собирается уезжать (см. рис. 5).

Как видно из рисунка 5, для научных сотрудников, желающих эмигрировать из России в США, более значимыми оказываются следующие ценности: «материальное благополучие» (64,1%), «свобода, независимость, самостоятельность» (38,5%), «красота, эстетические переживания» (20,9%), «религия» (20,5%), «развлечения» (20,5%), «счастье других» (15,4%). Все отмеченные на рисунке различия статистически значимы на уровне  $p < .02$

Данный комплекс ценностей достаточно содержателен. Для его интерпретации надо обратиться к кросс-культурным исследованиям, касающимся сопоставления жизненных ценностей у жителей различных стран. Так, например, материалы Европейского социологического исследования жизненных ценностей россиян и жителей других стран показывают, что для людей, живущих в западных странах, ценности «самостоятельность», «риск-новизна» и «гедонизм» имеют большую значимость, чем для жителей России (Магун, Руднев, 2008). К этому комплексу можно добавить более выраженную значимость таких ценностей как «критичность», «ответственность», «стремление к самореализации» (Собкин, Писарский, 1994). По данным специально проведенного эмпирического исследования для американцев, помимо перечисленных выше ценностей, свойственных «западному человеку», более значимы также ценности «религия», «само-совершенствование» и ориентация на «счастье других людей» (Макаров, 2012, С. 122). Следует подчеркнуть, что идея самосовершенствования, помимо достижения «материального благополучия», «свободы и независимости», включает в себя и «помощь другим людям» (Яковлева, 2009, С. 268).

Приведенные на рисунке 5 данные, позволяют сделать вывод о том, что научные сотрудники, желающие эмигрировать из России в США, оказываются

в большей степени ориентированы именно тот на комплекс ценностей, который отмечается в кросс-культурных исследованиях как характерный для представителей западных стран. Можно сделать вывод о том, что желание научных сотрудников эмигрировать из России определяется в существенной степени именно перестройкой структуры жизненных ценностей в соответствии с «западным образом жизни».

\*\*\*

Завершая статью, отметим основные результаты проведенного исследования:

У научных сотрудников сферы образования доминирующие позиции в структуре жизненных ценностей занимают «хорошее здоровье» и «семья». Наряду с ними, в пятерку основных входят ценности «материальное благополучие», «внутренняя гармония» и «успешная научная деятельность». В отличие от других социально-профессиональных групп, повышенную значимость среди научных сотрудников сферы образования имеют такие ценности, как «познание, расширение кругозора», «свобода, независимость, самостоятельность», «развитие своего творческого потенциала» и «активная деятельная жизнь».

При всем своеобразии иерархии ценностей научных сотрудников образования, как социально-профессиональной группы, у них также явно выражены и традиционалистские гендерные различия ценностных ориентаций.

Выявлено наличие двух особых возрастных этапов, на которых происходит существенная трансформация жизненных ценностей у научных сотрудников образования. Первый этап связан с повышением значимости ценности семейной жизни и активизацией родительской позиции (31–40 лет). Косвенно это свидетельствует о более позднем, по сравнению с другими профессиональными группами, начале создания семьи и рождении детей. Второй – с актуализацией значимости ценности профессиональной научной деятельности (51–60 лет). Характерно, что этот этап соответствует предпенсионному этапу трудовой активности. В целом, эти результаты свидетельствуют о своеобразии возрастной траектории становления и развития

профессиональной деятельности научного сотрудника сферы образования.

Значимость ценности «успешной профессиональной деятельности» зависит от формальных показателей профессионального статуса научного сотрудника – степени, звания и должности. В то же время, такой показатель, как публикационная активность (индекс Хирша) связан с более широким ценностным комплексом у научных сотрудников, куда входят и такие личностно-значимые ценностные ориентиры, как «развитие своего творческого потенциала, способностей» и «свобода, независимость, самостоятельность».

Показана сложная взаимосвязь оценки научным сотрудником своих жизненных перспектив с ценностью «успешной профессиональной деятельности». Так, если сомнение относительно своей жизненной успешности аффективно связывается с профессиональной самореализацией, то пессимистическая оценка собственных перспектив содержательно коррелирует не столько с профессиональной деятельностью, как у «сомневающихся», сколько с повышенной значимостью базовых ценностей (материальная обеспеченность и воспитание детей).

Социальный статус сотрудника в научном коллективе оказывает своеобразное влияние на предпочтение жизненных ценностей. Так, «лидеры» склонны придерживаться общепринятых ценностей, в то время как оппозиционно настроенные научные сотрудники сферы образования декларируют значимость духовных ценностей. В целом, это свидетельствует о ценностном конфликте, который характеризует жизнедеятельность научного коллектива: конфликте прагматизма и духовности.

Анализ полученных данных относительно значимости тех или иных жизненных ценностей у научных сотрудников сферы образования, желающих эмигрировать из России, показал, что структура их жизненных ценностей соответствует «западному образу жизни». Это позволяет сделать вывод о том, что реальным действием, связанным с эмиграцией научного сотрудника, предшествует соответствующее изменение структуры его жизненных ценностей.

## Литература:

- Бердяев Н.А. Самопознание. (Опыт философской автобиографии). – Москва : Книга, 1991. – 416 с.
- Добрынина В.И. Философия XX века : учеб. пособие. – Москва : Знание, 1997. – 288 с.
- Елишев С.О. Теоретико-методологические подходы к изучению понятий «ценность» и «ценностные ориентации» // Вестник московского университета, Социология и политология. – 2010. – № 3. – С. 74–90.
- Корж Н.В. Проблема ценностей и установок в социологии // Университет им. В.И. Вернадского. – 2011. – №3 (34). – С. 327–332.
- Каширский Д.В. Психология личностных ценностей : автореферат дис. ... докт. психол. наук. – Москва, 2014.
- Краткий психологический словарь / сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Москва : Политиздат, 1985.
- Леонтьев Д.А. Ценностные представления в индивидуальном и групповом сознании: виды, детерминанты и изменения во времени // Психологическое обозрение. – 1998. – № 1. – С. 27–33.
- Магун В.С., Руднев М.Г. Жизненные ценности российского населения: сходства и отличия в сравнении с другими европейскими странами // Вестник общественного мнения. – 2008. – № 1(93). – С. 33–58.
- Макаров В.А. Эмпирический анализ основных американских ценностей // Вестник Забайкальского государственного университета. – 2012. – № 4. – С. 120–125.
- Маслоу А. Мотивация и личность. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 352 с.
- Рокич М. Методика «ценностные ориентации» // Большая энциклопедия психологических тестов. – Москва : Эксмо, 2005. – С. 26–28.
- Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. – Москва : Педагогика, 1973.
- Собкин В.С., Адамчук Д.В. Современный учитель: жизненные и профессиональные ориентации : труды по социологии образования. Т. XVIII. Вып. XXX. – Москва : ФГБНУ «ИУО РАО», 2016. – 216 с.
- Собкин В.С., Писарский П.С. Жизненные ценности и отношение к образованию: кросскультурный анализ Москва-Амстердам. По материалам социологического опроса учителей, учащихся и родителей. – Москва : Центр социологии образования РАО, 1994. – 151 с.
- Собкин В.С., Писарский П.С., Коломиец Ю.О. Учительство как социально-профессиональная группа. – Москва; Рига : Российская академия образования, ЦСО РАО, 1996. – 53 с.
- Собкин В.С. Отношение учителей к Единому Государственному Экзамену (по материалам социологического исследования) : труды по социологии образования. Т. XIII. Вып. XXIII. – Москва : Институт социологии образования РАО, 2009. – 233 с.
- Собкин В.С., Андреева А.И., Рзаева Ф.Р. Профессиональная мобильность исследователей в сфере образования // Педагогика. – 2017. – № 1. – С. 42–57.
- Собкин В.С., Андреева А.И., Рзаева Ф.Р. Социальное самочувствие научного сотрудника: жизненные страхи // Вестник ТюмГУ. Гуманитарные исследования. – 2017. – Т. 3. – № 1. – С. 8–31.
- Собкин В.С., Рзаева Ф.Р. Наукометрические индикаторы исследований в сфере образования // Образовательная политика. – 2016. – № 3(73). – С. 61–73.
- Турпенко А.С. О феноменологическом методе в аксиологии // Ученые записки Таврического национального университета имени В.И. Вернадского. Серия «Философия. Культурология. Политология. Социология». – 2012. – Т. 24 (65). – № 4. – С. 100–111.
- Франкл В. Человек в поисках смысла. – Москва : Прогресс, 1990. – 368 с.
- Фромм Э. Иметь или быть? – Москва : АСТ, 2000. – 126 с.
- Шварц Ш. и др. Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9. – № 2. – С. 43–70.
- Яковлева А.В. Американский образ жизни и жизненные ценности // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. – 2009. – №4. – С. 264–269.

## References:

- Berdyayev, N.A. (1991) Self-perception (Experience of philosophical autobiography). – Moscow, Izdatel'stvo «Kniga», 416.
- Dobrynina, V.I. (1997) Philosophy of the 20th century. Tutorial. Moscow, TsINO obschestva «Znanie» Rossii, 288.
- Elishev, S.O. (2010) Theoretical and methodological approaches to the study of the concepts of «value» and «value orientations». [*Vestnik moskovskogo universiteta*]. Sociology and Political Science, 3, 74–90.
- Frankle, V. (1990) The man in search of meaning. Moscow, Progress. Vol. 368, 21.
- Fromm, E. (2000) To have or to be ? Izdatel'stvo AST, 126.
- Kashirsky, D.V. (2014) Psychology of personal values. Doctor of Psychology, Thesis. Moscow.
- Karpenko, L.A. (1985) Psychological Dictionary. (Eds.) A. V. Petrovsky, M. G. Yaroshevsky. Moscow, Politizdat, 431.
- Korz, N.V. (2011) The issue of values and attitudes in sociology. [*Universitet imeni V.I. Vernadskogo*], 3 (34), 327–332.
- Leontyev, D.A. (1998) Value representations in individual and group consciousness: species, determinants and changes in time. [*Psikhologicheskoe obozrenie*], 1, 13–25.
- Magun, V.S., & Rudnev, M.G. Vital values of the Russian population: similarities and differences in comparison with other European countries // Bulletin of Public Opinion, 2008, No. 1 (93).
- Makarov V.A. (2012) An empirical analysis of the basic American values. [*Vestnik obshchestvennogo mneniya*], 4, 122.
- Maslow, A. (2012) Motivation and personality. Izdatel'stvo Piter, Series Masters of Psychology, 352.

- Rokich, M. (2005) The method of «value orientations». [*Bol'shaya entsiklopediya psikhologicheskikh testov*]. Moscow, Eksmo, 26–28.
- Rubinshtein, S.L. (1973) Issues of general psychology. Moscow, Pedagogika, 365.
- Shvarts, Sh. et al. (2012) A refined theory of basic individual values: application in Russia Psihologija. [*Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki*], Vol. 9, 2, 43–70.
- Sobkin, V.S., & Adamchuk, D.V. (2016) Modern teacher: life and professional orientations. Proceedings on the Sociology of Education, Vol. XVIII, Issue XXX. Moscow, FGBIU «IUO RAO», 216.
- Sobkin, V.S., & Pisarsky, P.S. (1994) Vital values and attitude to education: a cross-cultural analysis of Moscow-Amsterdam. Based on a sociological survey of teachers, students and parents. Moscow, Tsentr sotsiologii obrazovaniya RAO, 151.
- Sobkin, V.S., Pisarsky, P.S., & Kolomiets, Yu.O. (1996) Teaching as a social and professional group. Moscow, Riga: Rossiyskaya akademiya obrazovaniya RAO, 53.
- Sobkin, V.S. (2009) The attitude of teachers towards the Unified State Exam (on the basis of sociological research). Works on the Sociology of Education. Vol. XIII. Issue XXIII. Moscow, Institut sotsiologii obrazovaniya RAO, 233.
- Sobkin, V.S., Andreeva, A.I., & Rzaeva, F.R. (2017) Professional mobility of researchers in the field of education. [*Pedagogika*], 1, 42–57.
- Sobkin, V.S., Andreeva, A.I., & Rzaeva, F.R. The social well-being of the scientific employee: life fears. [*Vestnik TyumGU, Gumanitarnye issledovaniya*] (in press).
- Sobkin, V.S., & Rzaeva, F.R. (2016) Scientometric indicators of research in the sphere of education. [*Obrazovatel'naya politika*], 3 (73), 61–73.
- Turpenko, A.S. (2012) On the phenomenological method in axiology. [*Seriya «Filosofiya. Kulturologiya. Politologiya. Sotsiologiya»*]. Vol. 24 (65), 4, 100–111.
- Yakovleva, A.V. (2009) American way of life and values of life. [*Vestnik KGU imeni N.A. Nekrasova*], 4, 264–269.

# Половозрастные особенности образа «Я» пенсионера

Н.Ю. Марчук

Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Поступила 19 мая 2016/ Принята к публикации: 5 мая 2017

## Gender and age features of the self-concept of a pensioner

Natalia Yu. Marchuk

Ural Federal University, Ekaterinburg, Russia

Received May 19, 2017 / Accepted for publication: May 5, 2017

В настоящее время, когда Минфин РФ прорабатывает вопрос о постепенном повышении пенсионного возраста, различными специалистами активно обсуждаются все достоинства и недостатки такого преобразования. Вопрос об определении особенностей трудовых ресурсов пожилых людей, их участия в жизни общества сложен и многогранен. Активность и деятельные возможности пенсионеров, их готовность реализовать себя в обществе существенно различаются в зависимости от состояния здоровья, психологического самочувствия человека, его отношения к самому себе.

В качестве центрального компонента самосознания и саморегуляции пенсионера в данной статье рассматривается образ «Я» как обобщенная совокупность представлений о собственных физических, психологических и социальных особенностях.

Результаты представленного в статье исследования раскрывают пенсионный возраст как период онтогенеза человека, в течение которого его образ «Я» претерпевает многочисленные изменения. На основании теоретического анализа и результатов эмпирического исследования, предложена периодизация развития личности в этом возрасте: раннепенсионный, среднепенсионный, позднепенсионный период. Каждый из периодов описан через возрастные особенности самосознания и образа «Я». Показан кризисный характер развития образа «Я» у людей пенсионного возраста, выделены нормативные возрастные кризисы данного периода: кризис выхода на пенсию, кризис состоятельности, кризис целостности. А также выделены гендерные особенности образа «Я» пенсионеров.

Исследование проводилось на выборке из 120 неработающих пенсионеров Екатеринбурга и Свердловской области. Были использованы следующие методики: «Кто я?» М. Куна в модификации Т.В. Румянцевой (на предмет содержания образа «Я»), тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелева (для анализа самоотношения пенсионеров), методика личностного дифференциала (на предмет самооценки своей привлекательности, силы и активности).

**Ключевые слова:** образ «Я», самосознание, кризис развития, самоотношение, самооценка, пенсионный возраст, генеративность, мудрость, состоятельность.

Currently the Ministry of Finance is working on the issue of gradual increase of the retirement age, while various specialists are actively discussing the pros and cons of this potential change. The issue of determining the characteristics of the labour force participation of elder people and their participation in society is complex and multifaceted. A retired person's capability for activity, willingness to get enrolled in society vary considerably depending on health, psychological well-being, self-attitude. The paper examines one's self-concept as a generalized set of ideas about their own physical, psychological, social features As a central component of identity and self-regulation of the retired citizens.

The results of the study presented in the paper reveal the retirement age as a period of human ontogenesis, during which their self-concept is undergoing a number of changes. Based on the theoretical analysis and empirical research, the following periods of the individual development at the retirement age is proposed: early retirement, mid retirement, late retirement. Each of the periods is described taking into account age peculiarities of self-awareness and the self-concept. The paper shows the crisis nature of the self-concept development in people of the retirement age. It also highlights normative age-graded crises: the retirement crisis, the crisis of self-sufficiency, the crisis of integrity. The paper also highlights gender-specific features of the self-concept in retired citizens.

The study was conducted using a sample of 120 unemployed pensioners from the cities Yekaterinburg and Sverdlovsk Oblast (Sverdlovsk region), Russia. To study the features of the self-concept of the retired citizens the following methods were used: «Who am I?» (M. Kun) for studying the content of the self-concept, the self-relation test (V. V. Stolin, S. R. Pantileev) for analysing self-attitude of the retired citizens, the technique of personal differential for studying self-attractiveness, strength and activity of the retired citizens.

**Keywords:** self-concept, consciousness, age-graded crisis, self-attitude, self-esteem, retirement age, generativity, wisdom, self-sufficiency.



**П**енсионный возраст – это период жизни человека, по достижении которого он может претендовать на получение пенсии по старости. Учитывая естественные закономерности возрастных изменений, Всемирная организация здравоохранения предложила следующую классификацию позднего онтогенеза: 60–74 года – пожилой возраст, 75 лет и старше – старческий возраст. Отдельно выделяется возраст 90 лет и старше – долгожительство.

Однако активность и деятельные возможности разных людей пожилого возраста могут существенно варьировать. Готовность к активной деятельности у пенсионера во многом связана не только с физическим, но и с психологическим самочувствием, его представлением о собственных физических, психологических, социальных возможностях (Глухова, Зыкова, 2008; Ковалевич, 2010).

Готовность к активной деятельности у пенсионера во многом связана не только с физическим, но и с психологическим самочувствием, его представлением о собственных физических, психологических, социальных возможностях

Образ «Я» как центральный компонент самосознания личности включает в себя обобщенные знания человека о самом себе, окружающем мире, а также бессознательные мотивы, скрытые смыслы, переживания и отношения (Гостев, 2007; Леонтьев, 2011; Марцинковская, 2009; Оклендер, 2007; Пигалев, 2009; Райгородский, 2007).

Как правило, в различных исследованиях, касающихся самосознания взрослых, разделяются его особенности у людей среднего возраста и у пожилых людей. Проблемы среднего возраста рассматриваются в контексте переживания и разрешения кризиса среднего возраста (Крайт, 2012; Липатова, 2008; Малинина,

2011; Титов, 2006; Чекалина, 2006), а также в связи с профессиональным развитием и позднее уходом из активной профессиональной жизни (Зеер, 2006; Марчук, 2016; Пряжников, 2001). Самосознание людей более старшего возраста традиционно изучается как компонент психологии людей возраста поздней зрелости. При этом предполагается, что выход на пенсию определяет у человека самосознание по образу людей поздней зрелости (возраста дожития), вследствие чего изучению самосознания и Я-образа людей пенсионного возраста уделяется недостаточное внимание. Однако данный период занимает значительное место в онтогенезе человека, в течение него образ «Я» претерпевает многочисленные изменения, а не является застывшим образованием (Краснова, 2008; Марков, 2009; Сурнина, 2009; Федоркина, 2009; Яцмирская, 2006).

Кроме того, в контексте обсуждения границ пенсионного возраста у мужчин и женщин в настоящее время недостаточно представлены данные о половозрастных особенностях образа «Я» людей данного возраста.

Учитывая границы пенсионного возраста, законодательно закрепленные в нашем государстве, и классификацию позднего онтогенеза, предложенную ВОЗ, наиболее целесообразно разделить данный период на следующие хронологические этапы: 55–64 года – раннепенсионный возраст, 65–74 года – среднепенсионный возраст, 75 и старше – позднепенсионный возраст. Рассмотрим детально особенности самосоз-

нания и образа «Я» на каждом из этапов пенсионного возраста.

Для изучения содержательных особенностей образа «Я» пенсионера нами было реализовано эмпирическое исследование совместно с О.А. Шириной среди респондентов данной социальной группы. Вся выборка из 120 неработающих пенсионеров г. Екатеринбурга и Свердловской области была поделена на три возрастные группы по 40 человек в соответствии с описанной выше периодизацией данного возраста. В каждой группе было представлено равное количество мужчин и женщин. Средний возраст респондентов 73 года.

Содержание образа «Я» пенсионеров изучалось при помощи теста «Кто я?» (М. Куна в модификации Т.В. Румянцевой), который позволил описать следующие характеристики образа «Я»: половая идентичность, социальная идентичность, временной аспект идентичности, представленные в идентичности социальные сферы и характеристики, общая валентность идентичности. Процедура проведения предполагала выделение характеристик самого себя, их подсчет и эмоциональную оценку. В таблице 1 представлены полученные результаты – количество респондентов (% от общего числа респондентов в указанной половозрастной группе), продемонстрировавших различную выраженность конкретного показателя.

Исследование показало, что для людей пенсионного возраста высока значимость половой идентичности. Причем, у женщин высокая значимость этого показателя сохраняется во всех возрастных группах, а у мужчин – несколько снижается с возрастом. Низкий уровень значимости этого показателя выявлен только в единичных случаях и связан с кризисом гендерной идентичности в позднепенсионном возрасте.

Социальная идентичность пенсионеров в раннепенсионном периоде (55–64 гг.) характеризуется преобладанием социально-ролевых характеристик над индивидуальными личностными, в среднепенсионном возрасте (65–74 гг.) большее значение приобретают индивидуальные личностные характеристики, нежели социально-ролевые. В позднепенсионном возрасте (75 лет и старше)



**Наталья Юрьевна Марчук** –

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социальной безопасности Уральского  
федерального университета имени первого Президента  
России Б.Н. Ельцина  
E-mail: Natalia.marchuk@urfu.ru

эта тенденция усиливается, и социально-ролевые характеристики уже занимают минимальное место в самоидентификации респондентов, в отличие от индивидуальных личностных характеристик. Во всех возрастных периодах для мужчин социально-ролевая идентичность имеет большее значение, чем для женщин, а для женщин, соответственно, более значимы индивидуальные характеристики.

Во временном аспекте идентичность респондентов раннепенсионного периода связана главным образом с настоящим временем. Минимально представлено у мужчин данного возраста прошедшее время, у женщин – будущее время. У женщин эта специфика временной самоидентичности сохраняется и усиливается в более позднем возрасте. У мужчин среднего пенсионного периода во временной самоидентичности больше всего места занимает настоящее время, а прошедшее и будущее время представлены одинаково. В позднепенсионном возрасте самоидентичность как мужчин, так и женщин вообще не связана с будущим, а сосредоточена преимущественно на настоящем.

Анализ социальных сфер и характеристик, через которые раскрывается самоидентичность респондентов, позволил выделить половозрастные особенности образа «Я» по этому показателю. Представленность сферы семьи в самоидентичности увеличивается с возрастом у представителей обоих полов, но у женщин эта сфера всегда выражена больше, чем у мужчин. Профессиональная сфера имеет обратную тенденцию – ее представленность снижается с возрастом у представителей обоих полов, но у мужчин она всегда выражена больше, чем у женщин. Сфера супружеских отношений имеет различную динамику у мужчин и женщин: у мужчин ее представленность в самоидентичности сохраняется на протяжении всего исследуемого периода, а у женщин – постепенно снижается. Таким образом, в раннепенсионном периоде сфера супружеских отношений у женщин представлена в большей степени, чем у мужчин, а в среднепенсионном – менее, чем у мужчин. В позднепенсионном возрасте эта разница еще увеличивается за счет снижения представленности этой сферы у женщин. Сфера образова-

ния имеет среднее значение у представителей обоих полов, которое с возрастом постепенно снижается. Ресурсы (возраст, здоровье) в раннепенсионном периоде выражены в большей степени у женщин, чем у мужчин, а в последующие периоды развития – у мужчин больше, чем у женщин. Причем, с возрастом эта сфера постепенно занимает все большее место в самоидентичности респондентов обоих полов. Гражданство имеет небольшое значение в самоидентичности пенсионеров и постепенно с возрастом еще более вытесняется из их образа «Я». У мужчин эта тенденция сильнее, чем у женщин. У женщин данная характеристика относительно стабильна, хотя и незначима на протяжении исследуемого периода. Представленность сферы убеждений и увлечений у женщин постепенно увеличивается с возрастом, а у мужчин значение этой сферы возрастает только в позднепенсионном возрасте. Но, в целом, значение этой сферы в самоидентичности пенси-

онеров невелико, вопреки распространенному стереотипу об их увлеченности своими хобби.

Общая валентность самоидентичности у преобладающего количества респондентов позитивная. Наименьшее количество респондентов показали негативную валентность (чаще женщины, чем мужчины).

Самоотношение пенсионеров было исследовано при помощи теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев). Полученные результаты демонстрируют такие показатели, как глобальное самоотношение (интегральное чувство «за» или «против» своего «Я»), самоуважение, аутосимпатия, ожидаемое отношение от других, самоинтерес. Эти показатели характеризуют отношение респондентов к себе. Посредством данной методики были также изучены дополнительные показатели, направленные на измерение выраженности установки на внутренние действия относительно своего «Я»: самоуверенность, отношение

Табл. 1. Представленность различных показателей в образе «Я» пенсионеров (результаты исследования при помощи теста «Кто я?» М. Куна)

Показатели образа «Я»	55–64 г.		65–74 г.		75 лет и старше	
	Муж., %	Жен., %	Муж., %	Жен., %	Муж., %	Жен., %
<b>Половая идентичность</b>						
Высокая значимость	85	75	75	80	45	80
Средняя значимость	15	25	25	20	50	15
Низкая значимость	0	0	0	0	5	5
Кризис идентичности	0	0	15	5	10	5
<b>Социальная идентичность</b>						
Преобладание социальных ролей	70	60	35	25	20	15
Преобладание индивидуальных характеристик	30	40	60	75	80	85
<b>Временной аспект идентичности</b>						
Прошедшее время	10	20	10	20	20	30
Настоящее время	60	60	80	70	80	70
Будущее время	30	20	10	10	0	0
<b>Социальные сферы и характеристики, представленные в идентичности</b>						
Семья	35	50	60	70	80	90
Профессиональная сфера	65	45	35	25	30	15
Супружеские отношения	40	50	35	20	40	20
Образование	35	25	15	25	15	15
Ресурсы: возраст, здоровье	10	35	55	40	65	55
Гражданство	25	10	5	20	5	10
Убеждения и увлечения	10	10	10	15	25	35
<b>Общая валентность идентичности</b>						
Позитивная	85	50	75	70	65	70
Негативная	5	20	5	15	15	5
Нейтральная	10	30	20	15	20	25

**Table 1.** Indicators of the self-concept in retired citizens

(The study results using "Who am I?" Test by M. Koon)

Self-concept Indicators	55-64 y.o.		65-74 y.o.		75 y.o. and older	
	M, %	F, %	M., %	F., %	M, %	F, %
<b>Sex Identity</b>						
High Value	85	75	75	80	45	80
Average Value	15	25	25	20	50	15
Low Value	0	0	0	0	5	5
Identity Crisis	0	0	15	5	10	5
<b>Social Identity</b>						
Prevalence of social role	70	60	35	25	20	15
Prevalence of social features	30	40	60	75	80	85
<b>Temporal Aspect of identity</b>						
Past	10	20	10	20	20	30
Present	60	60	80	70	80	70
Future	30	20	10	10	0	0
<b>Social spheres and characteristics revealing the identity</b>						
Family	35	50	60	70	80	90
Professional sphere	65	45	35	25	30	15
Spouse relations	40	50	35	20	40	20
Education	35	25	15	25	15	15
Resources: age, health	10	35	55	40	65	55
Citizenship	25	10	5	20	5	10
Attitudes and hobbies	10	10	10	15	25	35
<b>Total Valence of Identity</b>						
Positive	85	50	75	70	65	70
Negative	5	20	5	15	15	5
Neutral	10	30	20	15	20	25

других, самопринятие, самопоследовательность (саморуководство), самообвинение, самоинтерес, самопонимание. В таблице 2 представлены полученные результаты – количество респондентов (% от общего числа), продемонстрировавших различный уровень выраженности изучаемых показателей самоотношения.

Анализ показывает, что в пенсионном возрасте самоотношение имеет выраженные половозрастные особенности. Глобальное самоотношение у женщин с возрастом постепенно увеличивается. У мужчин динамика этого показателя неравномерная: в среднepenсионном возрасте у большинства из них проявляется некоторое снижение, по сравнению с раннепенсионным периодом, а в последующий период – вновь повышение.

Самоуважение по-разному выражено у женщин и мужчин в раннепенсионном возрасте: среди мужчин преобладает высокий уровень его выраженности (при отсутствии респондентов с низким уровнем), а у женщин – примерно равное распределение по уровням выраженности.

В среднepenсионном возрасте среди мужчин и женщин преобладает средний уровень самоуважения (некоторое снижение в обеих гендерных группах). А в последующем позднepenсионном периоде все респонденты, независимо от пола, подразделяются на две подгруппы: с высоким и низким уровнем самоуважения при отсутствии респондентов со средним уровнем.

Аутосимпатия у мужчин во всех возрастных группах более выражена, чем у женщин. У женщин отмечается постепенное снижение этой характеристики от преобладающего среднего уровня в раннепенсионном возрасте до преобладающего низкого уровня в более поздние периоды. У мужчин в раннепенсионном возрасте преобладает высокий уровень выраженности аутосимпатии. На следующем этапе этот показатель у большинства мужчин снижается до преобладающих низких значений и вновь повышается в позднepenсионном периоде до преобладающих высоких значений.

Ожидаемое отношение от других отражает стабильно низкие величины

у всех возрастных и гендерных групп, что указывает на ожидание негативного отношения к себе окружающих.

Самоинтерес в раннепенсионном возрасте в меньшей мере выражен у мужчин, среди которых преобладает низкий уровень выраженности данного показателя, в отличие от женщин, продемонстрировавших равномерное его распределение по уровням. В среднepenсионном возрасте у мужчин обнаружено некоторое увеличение выраженности самоинтереса, а женщины разделяются на группы с высоким и низким его уровнем (при отсутствии среднего уровня). В позднepenсионном возрасте выраженность самоинтереса повышается, что зафиксировано преобладанием среднего и высокого уровня проявления этого показателя в обеих гендерных группах.

Кроме того, измерение выраженности установки на внутренние действия относительно своего «Я» позволило описать половозрастные особенности управления своим Я среди пенсионеров. Высокий уровень выраженности показателя отражает его значимость в саморегуляции Я, а низкий уровень указывает на отсутствие его влияния, неиспользование его человеком в своих внутренних действиях относительно образа «Я».

Самоуверенность у мужчин в раннепенсионном возрасте отчетливо выражена (в группе респондентов преобладает высокий уровень выраженности), в среднepenсионном возрасте он снижается (преобладает низкий и средний уровень выраженности при отсутствии респондентов с высоким уровнем выраженности). Позднее тенденция снижения самоуверенности сохраняется, и к позднepenсионному возрасту 100% мужчин демонстрируют низкий уровень самоуверенности. У женщин с возрастом тоже происходит некоторое снижение самоуверенности, но этот процесс протекает более мягко, чем у мужчин. Если в раннепенсионном возрасте самоуверенность женщин в среднем ниже, чем у мужчин, то к позднepenсионному возрасту женщины несколько превосходят мужчин по этому показателю (при преобладании низкого уровня самоуверенности).

Значимость отношения других для саморегуляции образа «Я» в раннепенсионном возрасте у женщин выше (преобла-

дает высокий и средний уровень), чем у мужчин (преобладает низкий и средний уровень). В более поздних возрастных группах у мужчин и женщин одинаково преобладает высокий и средний уровень выраженности этого показателя.

Показатель самопринятия в раннепенсионном возрасте у мужчин и женщин распределен по всем уровням примерно поровну (индивидуальные различия). В среднепенсионном возрасте выраженность этого показателя в обеих гендерных группах повышается (низкий уровень практически не представлен). В позднепенсионном возрасте группы мужчин и женщин разделяются по уровню выраженности самопринятия – преобладает высокий и низкий уровень выраженности данного показателя при редкой встречаемости среднего уровня.

Самопоследовательность (саморуководство) преобладает в управлении своим Я у женщин раннепенсионного уровня, а для большинства мужчин этой возрастной группы данный показатель имеет низкое значение. В среднепенсионном возрасте в обеих гендерных группах выраженность саморуководства повышается, но для женщин его значение остается выше, чем для мужчин. В позднепенсионном возрасте у женщин значение этого показателя несколько снижается. У мужчин динамика выраженности саморуководства неоднозначна: у части мужчин его уровень еще более повышается, по сравнению с предыдущим возрастным этапом, а у части – остается неизменной.

Показатель самообвинения в раннепенсионном возрасте больше выражен у женщин (преобладает высокий уровень), чем у мужчин (преобладает низкий уровень). На последующих возрастных этапах у мужчин выраженность этого показателя повышается. А у женщин динамика самообвинения неоднозначна: у части женщин значимость данного фактора увеличивается, у других – снижается. В позднепенсионном возрасте группа женщин разделяется на респондентов с высоким уровнем выраженности самообвинения и респондентов с низким уровнем (средний уровень практически не представлен).

Самоинтерес как фактор регулирования образа «Я» в раннепенсионном

возрасте у женщин средне выражен, у мужчин его значение минимально. На последующем этапе самоинтерес у большинства мужчин возрастает, а у женщин – снижается. В позднепенсионном возрасте в обеих гендерных группах повышается значение самоинтереса в управлении своим образом «Я». Однако у части мужчин выраженность этого показателя не меняется и остается на низком уровне.

Самопонимание для мужчин раннепенсионного возраста не значимо, а для женщин имеет максимальное значение. В последующие возрастные периоды выраженность этого показателя повышается в обеих гендерных группах. Наиболее выражена эта тенденция у мужчин. В позднепенсионном возрасте значимость этого показателя у мужчин и женщин представлена одинаково высоко.

Методика личностного дифференциала позволила изучить образ «Я» пенсионеров на предмет самооценки уровня привлекательности, силы и активности. Для этого респондентам предлагалось

оценить эти показатели по шкале от 0 до 3 с положительным или отрицательным значением. Положительные (+) значения оценки свидетельствуют о выраженности этого показателя в самооценке, а отрицательные (–) – о его отвержении. В таблице 3 приведены особенности самооценки у мужчин и женщин разных возрастных групп.

Полученные данные свидетельствуют о преобладании положительных характеристик в самооценке образа «Я» («+» преобладают над «–» в выборе качеств). Оценка привлекательности у большинства мужчин с возрастом снижается от высокой положительной до низкой положительной. При этом у них выявлен значительный разброс в индивидуальных оценках данного показателя. У женщин преобладает оценка средняя положительная, которая сохраняется во всех возрастных группах.

Оценки силы очень разнятся среди респондентов. Среди мужчин они в среднем выше, а среди женщин оценки распределены по обеим полярностям.

Табл. 2. Распределение респондентов по уровням выраженности показателей самоотношения в образе «Я» (результаты исследования самоотношения при помощи теста В.В. Столина, С.Р. Пантеева)

Уровень выраженности показателя	Особенности респондентов		Показатели самоотношения					Установки на внутреннюю активность в отношении Я						
	Возраст	Пол	Глобальное самоотношение	Самоуважение	Аутосимпатия	Ожидаемое отношение других	Самоинтерес	Самоуверенность	Отношение других	Самопринятие	Самопоследовательность (саморуководство)	Самообвинение	Самоинтерес	Самопонимание
Высокий	55–64 г.	М	60	80	65	10	10	60	15	35	25	0	0	25
		Ж	50	35	20	10	30	90	45	30	65	50	25	35
	65–74 г.	М	35	30	25	0	35	0	45	60	30	20	25	50
		Ж	60	20	5	0	45	5	45	60	85	60	20	70
	75 лет и старше	М	70	50	60	0	55	0	55	70	50	30	60	80
		Ж	70	45	30	0	55	0	65	60	60	40	40	70
Средний	55–64 г.	М	40	20	25	45	20	40	40	25	25	30	15	30
		Ж	35	45	50	10	35	10	40	35	35	40	45	50
	65–74 г.	М	45	60	30	55	25	10	45	40	30	20	10	30
		Ж	25	65	15	15	0	40	55	30	15	25	40	30
	75 лет и старше	М	30	0	30	30	30	0	45	10	15	20	5	10
		Ж	20	5	30	20	30	20	35	20	20	20	40	30
Низкий	55–64 г.	М	0	0	10	45	70	0	45	40	50	70	85	45
		Ж	15	20	30	80	30	0	15	30	0	10	30	15
	65–74 г.	М	20	10	45	45	40	90	10	20	40	60	65	20
		Ж	15	15	80	85	55	55	0	20	0	15	40	0
	75 лет и старше	М	0	50	10	70	15	100	0	30	35	50	35	10
		Ж	10	55	40	80	15	80	0	10	20	40	20	0

**Table 2.** Respondents according to the indicators of the self-concept in a retired citizen (the study results using Stolin-Pantileev Test)

Indicator Level	Respondent's Features		Indicators of Self-Attitude					Focus on Inner Activity Regarding Self-Concept						
	Age	Sex	Overall Self-Attitude	Self-Respect	Autosympathy	Expected Attitudes of Others	Self-Interest	Self-Confidence	Attitudes of Others	Self-Acceptance	Self-Consistency (Self-Guidance)	Self-Accusation	Self-Interest	Self-Understanding
High	55-64 y.o.	M	60	80	65	10	10	60	15	35	25	0	0	25
		F	50	35	20	10	30	90	45	30	65	50	25	35
	65-74 y.o.	M	35	30	25	0	35	0	45	60	30	20	25	50
		F	60	20	5	0	45	5	45	60	85	60	20	70
	75 y.o. and older	M	70	50	60	0	55	0	55	70	50	30	60	80
		F	70	45	30	0	55	0	65	60	60	40	40	70
Average	55-64 y.o.	M	40	20	25	45	20	40	40	25	25	30	15	30
		F	35	45	50	10	35	10	40	35	35	40	45	50
	65-74 y.o.	M	45	60	30	55	25	10	45	40	30	20	10	30
		F	25	65	15	15	0	40	55	30	15	25	40	30
	75 y.o. and older	M	30	0	30	30	30	0	45	10	15	20	5	10
		F	20	5	30	20	30	20	35	20	20	20	40	30
Low	55-64 y.o.	M	0	0	10	45	70	0	45	40	50	70	85	45
		F	15	20	30	80	30	0	15	30	0	10	30	15
	65-74 y.o.	M	20	10	45	45	40	90	10	20	40	60	65	20
		F	15	15	80	85	55	55	0	20	0	15	40	0
	75 y.o. and older	M	0	50	10	70	15	100	0	30	35	50	35	10
		F	10	55	40	80	15	80	0	10	20	40	20	0

Высокая положительная оценка силы в среднем только у мужчин раннепенсионного периода, которая затем постепенно снижается с возрастом до низкой положительной. У женщин раннепенсионного преобладает средняя положительная оценка, а в более позднем возрасте – слабо выраженная отрицательная оценка.

Оценка активности у мужчин во всех возрастных группах ниже, чем у женщин: от средней положительной в раннепенсионном возрасте она меняется до слабо выраженной положительной в более позднем возрасте. У женщин высокая положительная оценка сохраняется в раннепенсионном и в среднепенсионном возрасте и несколько снижается до средней положительной в позднепенсионном возрасте.

Показатели самооценки личностного дифференциала указывают на то, что некоторые пенсионеры еще деятельны и ощущают уверенность в своих силах, а другие – чувствуют свою зависимость от оценок, ситуации и подчиняются обстоятельствам. У мужчин с возрастом снижается сначала самооценка активности,

затем силы, затем привлекательности. У женщин раньше всего снижается оценка силы (уже в раннепенсионном возрасте она оценивается большинством женщин средне и далее продолжает снижаться), а оценка активности и привлекательности сохраняется средней положительной до поздней старости.

В целом, у мужчин среднестатистические оценки личностного дифференциала более высокие, но имеют больше индивидуальных различий, чем у женщин (более высокие показатели стандартного отклонения).

Помимо выделения отдельных половозрастных особенностей, была составлена обобщенная характеристика образа «Я» пенсионера, которая явилась результатом факторного анализа полученных данных варимакс-методом с применением преобразования Кайзера и метода Р. Кеттелла («каменистая осыпь»). Этот анализ позволил выделить следующие факторы в содержании образа «Я» пенсионеров, объясняющие 97,65 % от общей дисперсии: зависимость (31,86 %), эмоциональное самоотношение (24,64 %),

потребность в общении (10,26 %), прекращение профессиональной деятельности (8,73 %), самоуважение (6,36 %), ограничение возможностей (5,42 %), ограничение материальных благ (4,03 %), неуверенность (2,78 %).

Следовательно, такие факторы, как прекращение профессиональной деятельности, ограничение материальных благ и проблемная самоидентичность, которые часто рассматриваются в контексте эмоционального переживания выхода на пенсию, не имеют весомое значение в общей дисперсии образа «Я» пенсионера. В представлении пенсионера о самом себе наибольший вес имеют такие факторы, как зависимость от окружающих, повышенная эмоциональность в самоотношении (в том числе, сензитивность, ранимость, обидчивость), а также потребность в общении с другими людьми.

Итак, анализ образа «Я» пожилого человека показал, что наиболее устойчивыми к изменениям в пенсионном возрасте являются такие характеристики образа «Я», как половая идентичность (стабильно высокая выраженность), временная идентичность (сосредоточенность на настоящем времени), общая позитивная валентность идентичности, незначительная представленность в идентичности образования и гражданства индивида, а также ожидание негативного отношения от окружающих.

Наибольшие возрастные различия обнаружены среди таких показателей, как социальная идентичность (постепенное вымещение социальных ролей индивидуальными характеристиками), семья (увеличение представленности с возрастом), профессиональная сфера (снижение представленности с возрастом), ресурсы (увеличение представленности характеристик возраста и здоровья), самоинтерес, самопринятие и самопонимание (увеличение с возрастом), самообвинение (снижается с возрастом).

Наибольшие гендерные различия выявлены в следующих характеристиках образа «Я»: социальная идентичность (у мужчин преобладает профессиональный аспект, у женщин – индивидуально-личностный), аутосимпатия и самоуверенность (у мужчин выше, чем у женщин), глобальное самоотношение (различная возрастная динамика), само-

интерес (у женщин выше, чем у мужчин). У мужчин больше выражены индивидуальные особенности образа «Я», а у женщин – возрастные.

Кроме того, по показателям самоуважения, ожидаемого отношения других, самообвинения, самоинтереса, а также среди социальных сфер, представленных в идентичности, выявлены существенные индивидуальные различия во всех возрастных и гендерных группах.

Анализ возрастных особенностей образа «Я» пенсионеров позволил раскрыть кризисный характер его развития.

Раннепенсионный период связан с кризисом выхода на пенсию, который может усугубляться неразрешенным кризисом генеративности. Проведенное исследование показало, что большинство респондентов эффективно разрешают кризис генеративности: потребность в созидании проявляется у мужчин в профессиональной идентичности, супружеских отношениях, а у женщин – в сфере семьи и супружеских отношений. На эффективность проживания данного кризиса указывает то, что в образе «Я» респондентов этого возраста мало представлены показатели эгоцентрической ориентации личности (установка на внутреннюю активность по отношению к «Я»). Однако в образе «Я» респондентов данной возрастной группы отражены размышления о прекращении профессиональной деятельности и ограничении социальной активности, что сопровождается ожиданием негативного отношения окружающих и раскрывает сложность проживания выхода на пенсию.

Среднепенсионный период характеризуется снижением уверенности в себе, беспокойством по поводу здоровья, некоторым снижением самоуважения и ауто-симпатии. Такие особенности образа «Я» указывают на кризис состоятельности, проживаемый людьми на этом этапе. Эффективное разрешение данного кризиса свойственно не всем респондентам, что отражается на показателях самоуважения

Табл. 3. Половозрастные особенности самооценки личностного дифференциала пенсионеров (результаты исследования при помощи методики личностного дифференциала)

Характеристики респондентов		Показатели личностного дифференциала					
		Привлекательность		Сила		Активность	
Возраст	Пол	Среднеарифметическое значение по выборке	Стандартное отклонение	Среднеарифметическое значение по выборке	Стандартное отклонение	Среднеарифметическое значение по выборке	Стандартное отклонение
55–64 г.	М	+ 2,7	0,7	+ 2,9	0,3	+ 2,0	1,2
	Ж	+ 2,1	1,0	+ 1,9	1,2	+ 2,8	0,2
65–74 г.	М	+ 2,3	0,9	+ 2,2	2,6	+ 1,2	0,6
	Ж	+ 2,0	0,6	+ 1,3	1,4	+ 2,8	0,3
75 лет и старше	М	+ 1,4	1,6	+ 1,3	0,7	+ 1,0	1,3
	Ж	+ 1,8	0,4	- 1,0	1,1	+ 2,0	0,8

Table 3. Gender and age features of self-evaluation of the personal differential in retired citizens (the study results using the personal differential method)

Respondent Characteristic		Personal Differential Indicators					
		Attractiveness		Strength		Activity	
Age	Sex	Average arithmetic value for the sample	Standard deviation	Average arithmetic value for the sample	Standard deviation	Average arithmetic value for the sample	Standard deviation
55-64 y.o.	M	+ 2.7	0.7	+ 2.9	0.3	+ 2.0	1.2
	F	+ 2.1	1.0	+ 1.9	1.2	+ 2.8	0.2
65-74 y.o.	M	+ 2.3	0.9	+ 2.2	2.6	+ 1.2	0.6
	F	+ 2.0	0.6	+ 1.3	1.4	+ 2.8	0.3
75 y.o. and older	M	+ 1.4	1.6	+ 1.3	0.7	+ 1.0	1.3
	F	+ 1.8	0.4	- 1.0	1.1	+ 2.0	0.8

и самопринятия, ожидаемого отношения от других людей. Выраженность этих показателей в образе «Я» указывает на формирование самоуважения и конструктивный характер разрешения кризиса, что свойственно примерно половине респондентов. Другая часть респондентов продемонстрировала сложности прохождения этого кризиса, отражающиеся в негативном отношении к себе и окружающим, самообвинении, неудовлетворенности жизнью.

Кризис целостности в образе «Я» людей позднепенсионного возраста проявляется в показателях рефлексивного интереса к своему «Я», самоуважения, самопринятия и саморуководства, а так-

же уверенности в себе. Выраженность данных показателей существенно отличается у разных респондентов этой возрастной группы, что свидетельствует о том, что кризис целостности разрешается у них с различной результативностью. Отличительной характеристикой данного возраста является сближение характеристик образа «Я» у мужчин и женщин.

Обобщая данные проведенного исследования, можно сделать вывод о том, что образ «Я» в ситуации выхода индивида на пенсию имеет все признаки развития, половозрастные особенности и общие черты, свойственные данной социальной группе.

#### Литература:

- Гендерная психология и педагогика : словарь-справочник / авт.-сост. С.Д. Липатова. – Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2008. – 227 с.
- Глухова И.Ю., Зыкова М.Н. Специфика образа старости в различных возрастных группах // Психология зрелости и старения. – 2008. – № 1. – С. 46–73.
- Гостев А.А. Психология вторичного образа. – Москва : Институт психологии РАН, 2007. – 512 с.
- Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития – Москва : Академия, 2006. – 240 с.

- Ковалевич И.В. Феноменологический анализ жизненного мира стареющего человека // Журнал практического психолога. – 2010. – № 5. – С. 71–84.
- Крайг Г. Психология развития. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 939 с.
- Краснова О.В. К вопросу о концепциях в психогеронтологии // Психология зрелости и старения. – 2008. – № 1. – С. 92–106.
- Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. – Москва : Смысл, 2011. – 680 с.
- Малинина О.И. Социальная активность и идентичность в пожилом возрасте // Психология зрелости и старения. – 2011. – № 4. – С. 58–78.
- Марков В.Н. Потенциал образа в быстро меняющемся мире // Мир психологии. – 2009. – № 4 (60). – С. 76–86.
- Марцинковская Т.Д. «Образ Я» в современном мире: константы и трансформации // Мир психологии. – 2009. – № 4 (60). – С. 142–149.
- Марчук Н.Ю. Профессиональное становление и развитие личности: профессионально-личностная направленность. – Москва : ФЛИНТА, 2016. – 261 с.
- Оклендер В. Окна в мир ребенка : руководство по детской психотерапии. – Москва : Класс, 2007. – 336 с.
- Пигалев А.И. Образ мира и смысл // Мир психологии. – 2009. – № 4. – С. 119–130.
- Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства. – Москва : Академия, 2001. – 480 с.
- Райгородский Д.Я. Психология самосознания. – Самара : Бахрах-М, 2007. – 672 с.
- Сурнина О.Е. Геронтология (медико-биологический и психологический аспекты). – Екатеринбург : Изд-во РГПУ, 2009. – 234 с.
- Титов Д. С. Социальная геронтология. – Томск: Томск. филиал Академии права и управления ФСИН России, 2006. – 106 с.
- Федоркина А.П. Формирование образа мира в контексте развития современных информационных процессов // Мир психологии. – 2009. – № 4 (60). – С. 86–99.
- Чекалина А.А. Гендерная психология : учеб. пособие. – Москва : Ось-89, 2006. – 256 с.
- Яцемирская Р.С. Социальная геронтология : учеб пособие для вузов. – Москва : Академический Проект, 2006. – 320 с.

#### References:

- Chekalina, A.A. (2006) Gender Psychology: Textbook. Moscow, «Axis-89», 256.
- Fedorina, A.P. (2009) Forming the image of the world in the context of the development of modern information processes. [*Mir Psikhologii. Scientific and Methodical Journal*]. 4 (60), 86-99.
- Glukhova, I.Yu., & Zykhova, M.N. (2008) Specific features of the old age image in various age groups. [*Psikhologiya zrelости i stareniya*]. 1, 46-73.
- Gostev, A.A. (2007) Psychology of the secondary image. Moscow, Institut psikhologii RAN. 512.
- Kovalevich, I.V. (2010) Phenomenological analysis of the life world of an aging person. [*Zhurnal Prakticheskogo Psikhologa*]. 5, 71-84.
- Kraig, G. (2012) Developmental psychology. St. Petersburg, Piter, 939.
- Krasnov, O.V. (2008) On the concepts in psychogerontology. [*Psikhologiya zrelости i stareniya*]. 1, 92-106.
- Leontiev, D.A. (Ed.) (2011) Personality potential: structure and diagnostics. Moscow, Smysl, 680.
- Lipatova, S.D. (2008) Gender psychology and pedagogy: a dictionary-directory. Ekaterinburg, USTU-UPI, 227.
- Malinina, O.I. (2011) Social activity and identity in old age [*Psikhologiya zrelости i stareniya*]. 4, 58-78.
- Markov, V.N. (2009) Image potential in a rapidly changing world. [*Mir Psikhologii. Scientific and Methodical Journal*]. 4 (60), 76- 86.
- Martsinkovskaya, T.D. (2009) Self-concept in the modern world: constants and transformations. [*Mir Psikhologii. Scientific and Methodical Journal*]. 4 (60), 142-149.
- Marchuk, N.Yu. (2016) Professional formation and development of personality: a career orientation. Moscow, Flint, 261.
- Oaklender, V. (2007) Windows in the world of the child: Hands-on child. Psychotherapy. (Library of Psychology and Psychotherapy, issue 20). Moscow, Nezavisimaya firma «Klass», 336.
- Pigalev, A.I. (2009) The image of the world and the meaning. [*Mir Psikhologii*]. 4, 119-130.
- Pryazhnikov, N.S. (2001) The psychology of labour and human dignity. Moscow, Izdatel'skiy centr «Akademiya». 480.
- Raigorodsky, D.Ya. (2007) Psychology of Self-Consciousness. Samara: Bakhrakh-M, 672.
- Surnina, O.E. (2009) Gerontology (medico-biological and psychological aspects). Ekaterinburg: Izdatel'stvo RGPU. 234.
- Titov, D.S. (2006) Social gerontology. Tomsk, Tomskiy filiall Akademii Prava i Upravleniya FSIN Rossii. 106.
- Yatsemirskaya, R.S. (2006) Social Gerontology: Textbook for high schools. Moscow, Akademicheskii Proekt, 320.
- Zeer, E.F. (2006) Psychology of Professional Development. Moscow, Izdatel'skiy centr «Akademiya», 240.

# Информация для авторов

«Национальный психологический журнал» – всероссийское научное информационно-аналитическое издание, на страницах которого отражаются достижения различных направлений современной психологической науки и практики.

Журнал публикует оригинальные научные и практико-ориентированные статьи по актуальным проблемам различных областей психологии, отличающиеся научной новизной и выраженной авторской позицией.

## Подача рукописи

Рукописи представляются в редакцию «Национального психологического журнала» в электронном виде. Они должны содержать оригинальный материал, не публиковавшийся ранее и не рассматриваемый для публикации в других изданиях. Для подтверждения этого ставится пометка «Оригинальная статья». Автор сообщает адрес электронной почты, по которому будет проводиться переписка, а также номер телефона и полный почтовый адрес.

## Оформление рукописи

В начале статьи должны содержаться инициалы и фамилия автора (на русском и английском языках, ученое звание и степень, должность, полное название научного учреждения, в котором проведены исследования или разработки (на русском и английском языках), заголовок статьи (на русском и английском языках), аннотация на русском и английском языках (не менее 1700 знаков на русском языке и 250 слов на английском языке), ключевые слова (5-7) на русском и английском языках, индекс УДК. Далее идет основной текст статьи и библиографический список.

Объем статей – не менее 25 тыс. знаков (с пробелами). Большие материалы могут быть опубликованы в нескольких номерах журнала.

## Оформление текста статьи

Публикация материалов в журнале осуществляется на русском языке. Названия зарубежных учреждений приводятся в тексте без кавычек латинскими буквами. После упоминания в тексте фамилий зарубежных ученых, руководителей учре-

ждений и т. д. на русском языке в полукруглых скобках приводится написание имени и фамилии латинскими буквами.

Все сокращения должны быть при первом употреблении полностью расшифрованы, за исключением общепринятых сокращений математических величин и терминов.

Информация о грантах и благодарностях приводится в виде сноски в конце первой страницы статьи.

## Не допускается использование:

- пробелов и табуляции для форматирования абзацного отступа («красной строки») и выравнивания иного, чем по левому краю или середине,
- расстановки переносов,
- концевых сносок.

В тексте не должно быть двойных пробелов и двойных абзацев (пустых строк).

## Ссылки и список литературы

Библиографический список должен включать не меньше 20, но не более 40 ссылок.

Источники приводятся в алфавитном порядке. Сначала приводятся источники на русском языке, затем на других языках. Нумерация списка сквозная.

Должное внимание следует уделить правильному описанию и полноте библиографической информации. (Образцы библиографических описаний см. в Приложении «Оформление пристатейных списков литературы (или ссылок)» по адресу: <http://www.psy.msu.ru/science/npj/requirements.html>). Ссылки на электронные публикации в сети Интернет допускаются только на официальные ресурсы, имеющие регистрацию в Роскомнадзоре, с указанием всех данных. В тексте ссылки на литературные источники приводятся в виде указания фамилии автора и года издания, заключенных в скобки (например, (Выготский, 1982). При цитировании добавляется номер страницы (Выготский, 1982, С. 47). Использование сносок в качестве ссылок на литературу не допускается.

## Таблицы, графики, рисунки

Таблицы, рисунки, схемы в тексте должны быть пронумерованы и озаглавлены.

Недопустимо дублирование текстом графиков, таблиц и рисунков. Графики, диаграммы могут быть построены в программе MS Excel. При наличии диаграмм, построенных с помощью MS Excel, обязательно предоставляется файл с исходными данными. Содержащиеся в таблицах и графиках данные должны быть тщательно проверены. За правильность приведенных данных ответственность несет автор.

Рисунки и схемы могут быть построены в графических редакторах и должны допускать редактирование. Рисунки должны быть представлены в форматах .jpeg (показатель качества не ниже 8) или .tiff (с разрешением не менее 300 dpi без сжатия).

Графики, таблицы и рисунки, а также фотографии, которые не отвечают качеству печати, будут возвращены авторам для замены.

## Информация об авторах

Информация об авторах представляется в отдельном файле.

Пожалуйста, укажите фамилию, имя и отчество полностью, научные степени и ученые звания, должность, место работы, количество публикаций. Указывается адрес электронной почты, персонального web-сайта, а так же телефон и почтовый адрес (которые не будут печататься в журнале).

Статьи, не соответствующие указанным требованиям, решением редакционной коллегии не публикуются.

Рукописи рецензируются для определения обоснованности предлагаемой тематики, ее новизны, а также научно-практической значимости содержания.

Все рецензенты остаются анонимными. После принятия положительного решения относительно публикации рукописи авторы информируются о нем. При возвращении статьи автору для доработки рецензия прилагается.

Редакция оставляет за собой право на редактирование статей, направленное на придание им лаконичности, ясности в изложении материала и соответствие текста стилю журнала. С точки зрения научного содержания авторский замысел полностью сохраняется.



# Information For Authors

“National Psychological Journal” is All-Russian scientific and analytical issue which highlights achievements in different areas of modern psychological science and practice.

The Journal publishes original scientific and practice-oriented articles on topical issues of the various areas of psychology, which is distinguished by scientific novelty and distinctive author’s viewpoint.

## Submitting Manuscripts

Electronic version of manuscripts is submitted to the Editor of the “National Psychological Journal”. Manuscripts must contain original material, previously unpublished and not under consideration for publication elsewhere. The Author Information includes contact email address, phone number and full postal address.

## Manuscript Submission Form

The beginning of the article should contain the author’s Russian and English initials and surname, academic title and degree, job title, full name of the institution, where the study or experiment was carried out, Russian and English article title, Russian and English summary (up to 1700 Russian characters within 100-250 English word limit), 5-7 keywords in Russian and in English, UDC identifier, the body of the article and reference literature.

The paper is up to than 25 thousand characters (including spaces).

Large materials can be published in several issues of the Journal.

## Article Layout

Publication is in the Russian language. The names of foreign institutions are given in Latin letters without inverted comas. Names of foreign scholars, names of heads of institutions, etc. in the Russian language are followed by transliterated Latin names in parentheses.

Acronyms and abbreviations should be fully deciphered when used for the first time, with the exception of common

abbreviations and terms of mathematical units.

Information about grants and acknowledgments are provided in a footnote at the foot of the first page.

## Do not use:

- Spaces and tabs to format indents (new paragraph) and paragraph
- alignment other than left or middle margins;
- Hyphenation;
- Endnotes.

The text should not contain double spaces and double paragraphs (blank lines).

## Links and References

The bibliographical list should include not less than 20 links but should not include more than 40 links.

Bibliography should include at least three sources. Sources are listed in alphabetical order. Russian sources are followed by the sources in other languages. List sequential numbering is used.

Due attention should be paid to the correct specification and completeness of reference information. (For samples of reference descriptions see Appendix “Making Article Reference Lists (or Links)” at: <http://www.psy.msu.ru/science/npj/requirements.html>)

The citation of electronic publications on the Internet showing all data are allowed only to the official sources and registered with Roskomnadzor (Federal Supervision Agency for Information Technologies and Communications). In the article text references to literature sources are given in round brackets as surnames followed by the year of publication after the comma, e.g., (Vygotsky, 1982). Footnotes as reference sources are not allowed.

## Tables, Graphs, Drawings Tables

Tables, Graphs, Drawings Tables, figures and diagrams in the text should be numbered and titled.

Duplication of text graphs, tables and figures is not allowed.

Charts and diagrams can be built in MS Excel. MS Excel diagrams shall be provided with the original data file. Tables and graphs data should be carefully checked. The author is responsible for the information provided in tables and graphs.

Drawings and diagrams can be built with the use of graphic editors, and should not allow editing. Figures should be submitted in the following formats: .Jpeg (quality score of at least 8), or .Tiff (resolution of 300 dpi with no compression).

Charts, tables and figures, and photos that do not meet the print quality will be returned to author and shall be submitted with better quality.

## Information About Authors

Information about authors should be submitted in a separate file. Please enter your full last name, first name and patronymic name/middle name, degree and academic title, position, place of work, number of publications. Specify your contact email address, personal website, phone, and postal address (which will not appear in the printed version of the Journal).

Articles that do not meet these requirements are not published by the decision of the Editorial Board.

Manuscripts are reviewed to reveal the novelty, scientific and practical relevance of content. All reviewers remain anonymous. Author is contacted to be informed about a positive decision regarding the publication of the manuscript. If article is returned to the author for further improvement the revision review is attached.

The editors reserve the right to edit articles to give them brevity and clarity of the presentation form, and to correspond the text style of the Journal. The author’s scientific content is preserved.

# Краткие рекомендации по написанию авторских резюме (аннотаций, рефератов к статьям)

## Guidelines for Abstract Writing

Использованы материалы статьи О.В. Кирилловой (к.т.н., зав. отделением ВИНТИ РАН, члена Экспертного совета (CSAB) БД SCOPUS) «Подготовка российских журналов для зарубежной аналитической базы данных SCOPUS: рекомендации и комментарии»

Аннотации (рефераты, авторские резюме) на английском языке в русскоязычном издании являются для иностранных ученых и специалистов основным и, как правило, единственным источником информации о содержании статьи и изложенных в ней результатах исследований. Зарубежные специалисты по аннотации оценивают публикацию, определяют свой интерес к работе российского ученого, могут использовать ее в своей публикации и сделать на неё ссылку, открыть дискуссию с автором, запросить полный текст и т.д. Аннотация на английском языке на русскоязычную статью по объему может быть больше аннотации на русском языке, так как за русскоязычной аннотацией идет полный текст на этом же языке.

### Аннотации должны быть:

- информативными (не содержать общих слов);
- оригинальными (не быть калькой русскоязычной аннотации);
- содержательными (отражать основное содержание статьи и результаты исследований);
- структурированными (следовать логике описания результатов в статье);
- «англоязычными» (написаны качественным английским языком);
- компактными (укладываться в объем до 250 слов).

В аннотациях, которые пишут наши авторы, допускаются самые элементарные ошибки. Чаще всего аннотации представляют прямой перевод русскоязычного варианта, изобилуют общими ничего не значащими словами, увеличивающими объем, но не способству-

ющими раскрытию содержания и сути статьи. А еще чаще объем аннотации составляет всего несколько строк (3-5). При переводе аннотаций не используется англоязычная специальная терминология, что затрудняет понимание текста зарубежными специалистами. В зарубежной БД такое представление содержания статьи совершенно неприемлемо.

### Авторское резюме (аннотации) выполняют следующие функции:

- дают возможность установить основное содержание документа, определить его релевантность и решить, следует ли обращаться к полному тексту документа;
- предоставляют информацию о документе и устраняют необходимость чтения
- полного текста документа в случае, если документ представляет для читателя
- второстепенный интерес;
- используются в информационных, в том числе автоматизированных, системах для поиска документов и информации.

Авторское резюме ближе по своему содержанию, структуре, целям и задачам к реферату.

Это – краткое точное изложение содержания документа, включающее основные фактические сведения и выводы описываемой работы. Текст авторского резюме (в дальнейшем – реферата) должен быть лаконичен и четок, свободен от второстепенной информации, отличаться убедительностью формулировок.

Реферат включает следующие аспекты содержания статьи:

- предмет, тему, цель работы;
- метод или методологию проведения работы;
- результаты работы;
- область применения результатов;
- выводы.

Последовательность изложения содержания статьи можно изменить, начав с изложения результатов работы и выводов.

Предмет, тема, цель работы указываются в том случае, если они не ясны из заглавия статьи.

Метод или методологию проведения работы целесообразно описывать в том случае, если они отличаются новизной или представляют интерес с точки зрения данной работы. В рефератах документов, описывающих экспериментальные работы, указывают источники данных и характер их обработки.

Результаты работы описывают предельно точно и информативно. Приводятся основные теоретические и экспериментальные результаты, фактические данные, обнаруженные взаимосвязи и закономерности.

Выводы могут сопровождаться рекомендациями, оценками, предложениями, гипотезами, описанными в статье.

Сведения, содержащиеся в заглавии статьи, не должны повторяться в тексте реферата. Следует избегать лишних вводных фраз (например, «автор статьи рассматривает...»). Исторические справки, если они не составляют основное содержание документа, описание ранее опубликованных работ и общеизвестные положения в реферате не приводятся.

В тексте реферата следует применять значимые слова из текста статьи.