

ISSN 2073-6398

ВЕСТНИК РГГУ

Серия

«Психология. Педагогика. Образование»

Научный журнал

RSUH/RGGU BULLETIN

“Psychology. Pedagogics. Education”

Series

Academic Journal

Основан в 1996 г.
Founded in 1996

2
2026

VESTNIK RGGU. Seriya "Psihologiya. Pedagogika. Obrazovanie"

RSUH/RGGU BULLETIN. "Psychology. Pedagogics. Education" Series
Academic Journal

There are 4 issues of printed version of the journal a year

Founder and Publisher: Russian State University for the Humanities (RSUH)

RSUH/RGGU BULLETIN. "Psychology. Pedagogics. Education" Series is included in the Russian Science Citation Index; in the List of State Commission for Academic Degrees and Titles of peer-reviewed scientific publications, in which the essential research findings of dissertations for the Ph.D. and Dr. degrees in the following scientific specialties and the corresponding branches of science are to be published:

- 5.3.1. General psychology, Personality psychology, History of psychology
(Psychological sciences)
- 5.3.5. Social psychology, Political and economic psychology (Psychological sciences)
- 5.3.6. Medical psychology (Psychological sciences)
- 5.3.7. Age psychology (Psychological sciences)
- 5.8.1. General pedagogy, History of pedagogy and education (Education sciences)
- 5.8.2. Theory and methods of training and education (area and level related)
(Education sciences)

The purpose and subject of the journal. The RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" publishes original articles on various areas of modern scientific knowledge. The mission of the journal is to present interdisciplinary research on current issues in the theory, methodology and practice of psychological science, pedagogy and education. Publication and access to articles are free. Articles submitted to the editorial office undergo two-way anonymous reviewing. Journal sections: theoretical research, empirical research, methodological tools, works of young scientists. The journal publishes papers in Russian and English.

The journal is registered by the Federal Service for Supervision of Communications, Information Technologies and Mass Media. The registration certificate is PI No. FS77-61884 of May 25, 2015. The latest changes were made in connection with the name change, renaming of the founder, clarification of the subject – registration number FS77-73401 of August 3, 2018.

Editorial staff office: bld. 6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047

Tel.: +7 (495) 250-71-31

E-mail: vestnikpsy@rggu.ru

ВЕСТНИК РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование»

Научный журнал

Учредитель и издатель – Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ)

ВЕСТНИК РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование» включен в систему Российского индекса научного цитирования (РИНЦ); в Перечень ВАК рецензируемых научных изданий, в которых должны быть опубликованы основные результаты диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук по следующим научным специальностям и соответствующим им отраслям науки:

- 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии
(психологические науки)
- 5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология
(психологические науки)
- 5.3.6. Медицинская психология (психологические науки)
- 5.3.7. Возрастная психология (психологические науки)
- 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования
(педагогические науки)
- 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания
(по областям и уровням образования) (педагогические науки)

Цель и тематика журнала. Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование» печатает оригинальные статьи по различным направлениям современного научного знания. Миссия журнала заключается в представлении междисциплинарных исследований по актуальным проблемам теории, методологии и практики психологической науки, педагогики и образования. Публикация и доступ к статьям бесплатные. Статьи, поступающие в редакцию, проходят двустороннее анонимное рецензирование. Рубрики журнала: теоретические исследования, эмпирические исследования, методический инструментарий, работы молодых ученых. Языки журнала: русский и английский.

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций, свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-61884 от 25.05.2015 г. В запись о регистрации СМИ внесены изменения в связи с изменением названия, переименованием учредителя, уточнением тематики – регистрационный номер ПИ № ФС77-73401 от 03.08.2018 г.

Адрес редакции: 125047, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Тверской, Миусская пл., д. 6, стр. 6

Тел.: +7 (495) 250-71-31

Электронный адрес: vestnikpsy@rggu.ru

Founder and Publisher

Russian State University for the Humanities (RSUH)

Editor-in-chief

D.A. Khoroshilov, Dr. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

Editorial Board

T. Varis, Doctor of social sciences, professor, University of Tampere, Tampere, Finland (*by agreement*)

I.I. Vorontsova, Cand. of Sci. (Philology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

O.V. Gavrichenko, Cand. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation (*release officer*)

L.A. Grigorovich, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

V.V. Guldán, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Central Clinical Psychiatric Hospital named after F.A. Usoltsev, Moscow, Russian Federation (*by agreement*)

S. Duggan, Vice president of Terawe Corporation, Member of UNESCO IITE Governing Board, Dublin, Ireland (*by agreement*)

T.P. Emelyanova, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russian Federation (*by agreement*)

G.G. Kravtsov, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

E.E. Kriger, Dr. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

R.R. Lamprecht, Dr. of Sci. (Philology), professor, University of Potsdam, Potsdam, Federal Republic of Germany (*by agreement*)

A.S. Nelubina, Cand. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

M.M. Mishina, Dr. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

V.R. Orestova, Dr. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation (*deputy editor*)

T.V. Ryabova, Cand. of Sci. (Psychology), Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

M.O. Soboleva, Cand. of Sci. (Psychology), Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

I.V. Solodnikova, Dr. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

L.A. Khalilova, Cand. of Sci. (Philology), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

D.J. Hwang, Ph.D., professor, Suangkyunkwan University, Seoul, Republic of Korea (*by agreement*)

A.B. Kholmogorova, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Moscow State University of Psychology and Education, Russian Federation (*by agreement*)

K.I. Chizhova, Cand. of Sci. (Pedagogics), associate professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

V.K. Schabelnikov, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Russian State University for the Humanities (RSUH), Moscow, Russian Federation

Executive editor

O.V. Gavrichenko, Cand. of Sci. (Psychology), associate professor, RSUH

Учредитель и издатель

Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ)

Главный редактор

Д.А. Хорошилов, доктор психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

Редакционная коллегия

Т. Варис, доктор социальных наук, профессор, Университет Тампере, Тампере, Финляндия (*по согласованию*)

И.И. Воронцова, кандидат филологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

О.В. Гавриченко, кандидат психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация (*ответственный секретарь*)

Л.А. Григорович, доктор психологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

В.В. Гульдан, доктор психологических наук, профессор, Центральная клиническая психиатрическая больница (ЦКПБ) имени Ф.А. Усольцева, Москва, Российская Федерация (*по согласованию*)

С. Дагган, вице-президент корпорации “Teagawe”, член совета управляющих ИИТО ЮНЕСКО, Дублин, Ирландия (*по согласованию*)

Т.П. Емельянова, доктор психологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация (*по согласованию*)

Г.Г. Кравцов, доктор психологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

Е.Э. Кригер, доктор психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

Р.Р. Ламптрехт, доктор филологических наук, профессор, Потсдамский университет, Потсдам, Федеративная Республика Германия (*по согласованию*)

А.С. Нелюбина, кандидат психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

М.М. Мишина, доктор психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

- В.Р. Орестова*, доктор психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация (*заместитель главного редактора*)
- Т.В. Рябова*, кандидат психологических наук, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация
- М.О. Соболева*, кандидат психологических наук, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация
- И.В. Солодникова*, доктор социологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация
- Л.А. Халилова*, кандидат филологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация
- Д.Д. Хван*, Ph.D., профессор, Университет Сонгюнван, Сеул, Республика Корея (*по согласованию*)
- А.Б. Холмогорова*, доктор психологических наук, профессор, Московский государственный психолого-педагогический университет (МПШУ), Москва, Российская Федерация (*по согласованию*)
- К.И. Чижова*, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация
- В.К. Шабельников*, доктор психологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Москва, Российская Федерация

Ответственный за выпуск

О.В. Гавриченко, кандидат психологических наук, доцент, РГГУ

CONTENTS

Theoretical research

- Vladimir A. Kolotaev*
The Eternal Return. On the Psychological Mechanisms
of the Hero's Behavioral Strategies in F.M. Dostoevsky's
Story "The Double. A Petersburg Poem" 10
- Andrey S. Moiseev, Valentin E. Spivakovsky*
Strategies for social cognition of young specialists
in a volatile world order 30

Empirical research

- Yuliya Y. Pentsak, Alla B. Kholmogorova,
Olga L. Evdokimova, Andrey A. Grin*
Tumor-associated psychological and sociodemographic distress
factors in patients with cerebral meningioma undergoing
stereotactic radiosurgery 50
- Anastasiya E. Vishneva*
Attitudes towards Illness in patients with the aftereffects
of strokes and brain injuries during rehabilitation 72

Methodological tools

- Natalia P. Busygina, Ksenia T. Sergazina*
Psychotherapeutic change: analyzing the applying of the method
"Director's staging of a symptom" in a psychotherapy session". Part 1 95

Works of Young Scientists

- Dmitry D. Antonov*
The phenomenon of career: the transformation of ideas
in foreign psychology 121
- Roman A. Eremin*
On the issue of psychological conceptualization the phenomenon
of "Fear of Missing Out": A review of contemporary research 142

СОДЕРЖАНИЕ

Теоретические исследования

- Владимир А. Колотаев*
Вечное возвращение. К психологическим механизмам поведенческих стратегий героя повести Ф.М. Достоевского «Двойник. Петербургская поэма» 10
- Андрей С. Моисеев, Валентин Е. Спиваковский*
Стратегии социального познания у молодых специалистов в условиях волатильного мироустройства 30

Эмпирические исследования

- Юлия Ю. Пенцак, Алла Б. Холмогорова, Ольга Л. Евдокимова, Андрей А. Гринь*
Опухолеассоциированные психологические и социодемографические факторы дистресса у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохимию 50
- Анастасия Е. Вишнева*
Отношение к болезни у пациентов с последствиями инсультов и мозговых травм в процессе реабилитации 72

Методический инструментарий

- Наталья П. Бусыгина, Ксения Т. Сергазина*
Психотерапевтические изменения: анализ применения методики «Режиссерская постановка симптома» в психотерапевтической сессии. Часть 1 95

Работы молодых ученых

- Дмитрий Д. Антонов*
Феномен карьеры: трансформация представлений в зарубежной психологии 121
- Роман А. Еремин*
К проблеме психологической концептуализации феномена «Страх упустить важное» (Fear of missing out): обзор современных исследований 142

Теоретические исследования

УДК 82.09:159.9

DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-10-29

Вечное возвращение.
К психологическим механизмам
поведенческих стратегий
героя повести Ф.М. Достоевского
«Двойник. Петербургская поэма»

Владимир А. Колотаев

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, kolotaev.va@rggu.ru*

Аннотация. На основе теории развития личности Р. Фэйрберна раскрываются психологические механизмы сериальной заданности поведенческих стратегий главного героя повести Ф.М. Достоевского «Двойник», повторяющего один и тот же набор действий в отношении более статусных персонажей, отвергающих его за навязчивость и бестактное желание распространить свою власть, нарушать границы их личного пространства. Герой, вступая в контакт, неосознанно подвергает значимую персону расщеплению. С одной стороны, он демонстрирует потребность в общении, зависимость от «возбуждающего объекта», наделенного властью и реально занимающего высокое социальное положение, с другой – подвергает партнера по коммуникации речевой агрессии и обесцениванию. Когда его словесное нападение не производит должного результата, фигура сохраняет свое положение, не разрушается, Голядкин погружается в инфантильные состояния беспомощности, острейшие переживания стыда и раскаяния. После прохождения процедуры унижения, обесценивания, сравнимого с временной смертью в обряде посвящения, наступает непродолжительное восстановление, а затем повторение тех же действий, заход на следующий круг взаимодействия со значимыми фигурами, с которыми различные части Эго героя, – прежде всего либидинозное Эго, стремящееся выстроить отношения с объектом, захватить его, и антилибидинозное Эго, набирающее силу после отвержения, – находятся в неразрывной связи.

Ключевые слова: Р. Фэйрберн, расщепление, объектные отношения, цикл, Ф.М. Достоевский, «Двойник», Голядкин, психология литературного героя

© Колотаев В.А., 2026

Для цитирования: Колотаев В.А. Вечное возвращение. К психологическим механизмам поведенческих стратегий героя повести Ф.М. Достоевского «Двойник. Петербургская поэма» // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 10–29. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-10-29

The eternal return.
On the psychological mechanisms
of the hero's behavioral strategies
in F.M. Dostoevsky's story
“The Double. A Petersburg Poem”

Vladimir A. Kolotaev
Russian State University for the Humanities
Moscow, Russia, kolotaev.va@rggu.ru

Abstract. Based on R. Fairbairn's theory of personality development, the article reveals the psychological mechanisms of the serial predetermination of the behavioral strategies of the main character of F.M. Dostoevsky's story “The Double”, who repeats the same set of actions in relation to more status characters who reject him for his intrusiveness and tactless desire to extend his power and violate boundaries. When entering into contact, the hero unconsciously subjects the significant person to splitting. On the one hand, he demonstrates a need for communication, dependence on an object endowed with significance and actually occupying a high social position; on the other hand, he subjects the object to verbal aggression and devaluation. When his verbal attack does not produce the desired result, and the figure retains its position and is not destroyed, Golyadkin plunges into infantile states of helplessness, acute experiences of shame and remorse. After undergoing a procedure of humiliation and devaluation, comparable to a temporary death in an initiation rite, a brief recovery follows, and then a new round of interaction with the significant figures with whom the hero's Ego is inextricably linked.

Keywords: R. Fairbairn, splitting, object relations, cycle, F.M. Dostoevsky, “The Double”, Golyadkin, psychology of a literary character

For citation: Kolotaev, V.A. (2026), “The eternal return. On the psychological mechanisms of the hero's behavioral strategies in F.M. Dostoevsky's story ‘The Double. A Petersburg Poem’”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 2, pp. 10–29, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-10-29

Введение

Герой повести Ф.М. Достоевского «Двойник»¹ титулярный советник Яков Петрович Голядкин показан человеком, совершающим одни и те же, циклически повторяющиеся – иногда неосознанно – действия в отношении значимых или наделяемых значимостью персон. Голядкин настойчиво повторяет одну и ту же схему, воспроизводит навязчивую заикливость на возвращении к тем, кто его по разным причинам, но предсказуемо отвергает, кто не хочет с ним поддерживать отношения вне служебных рамок. Он в очередной раз идет туда, где его не ждут и не хотят видеть, где он нежелателен. Ему отказано от дома начальника департамента, Олсуфия Ивановича Берендеева, так как Голядкин повел себя бестактно, выступив с разоблачительными речениями в адрес лицемерных почитателей певческого дара дочери гостеприимного хозяина, Клары Олсуфьевны; но герой непрошено явился на званый обед. Его не пускают и специально выставляют в парадном слугу, чтоб тот проследил за непрошенным гостем, но находчивый посетитель не успокаивается. Кажется, поначалу, испытав «коммуникативный дискомфорт» [Воронцова 2018], он принимает ситуацию и уходит; но, придумав всяческие оправдания своей выходке, возвращается, чтобы тайком проникнуть в дом, – чтобы там еще раз опозориться, стать посмешищем, закрепить за собой дурную славу не вполне адекватного человека, пережить унижения.

Затем он на протяжении повести повторяет то же действие с мазохистской последовательностью в отношениях с другими персонажами, стоящими выше его на социальной лестнице. Доктор, столоначальник, глава департамента, потом генерал – все они, имея странную власть над героем, притягивают его, заставляют видеть в них фигуры, способные не столько облегчить страдания просителя, сколько составить и подтвердить один и тот же паттерн, заставить вновь и вновь пережить муки унижения, ощущения собственной ничтожности. Другой вариант коммуникации, когда Голядкин сталкивается с ровней, со своими молодыми сослуживцами, представляется попыткой самоутверждения за счет многозначительных, претендующих на моральную глубину, фраз и подчеркнутого стремления сохранять дистанцию. Но вся эта глубокомысленность и демонстрация превосходства оборачивается тем, что он предсказуемо становится объектом издевательств и насмешек. Он смешон,

¹ *Достоевский Ф.М.* Полное собр. соч.: В 30 т. Т. 1. Л.: Наука, 1972. С. 109–229. Далее ссылки на это издание даются в тексте в круглых скобках с указанием страниц.

жалок, унижен, но стиль его поведения остается неизменным, воспроизводящим одну и ту же саморазрушительную модель возвращения к одним и тем же сценам. При этом герой обладает весьма мощным рефлексивным аппаратом. Если к доктору Рутенштицу он попадает, внезапно почувствовав потребность в доверительном общении со статусной персоной, то во всех других случаях у него есть вполне рациональное оправдание и логически выверенные мотивы. Но склонность к анализу, осмыслению поступков и их последствий, рефлексия героя не предотвращают позора, а способствуют оправданию невыносимых ситуаций унижения, собственной глупости, презрительного отношения окружающих. Последовательность мышления героя служит образованию разного рода психических защит, приемлемо объясняющих самоуничтожение и поступательное движение к краху, погружению в психотическую реальность.

Начиная, пожалуй, с работ О. Ранка [Ранк 2017] и П.С. Попова [Попов 2013], проблемы внутреннего мира героя «Двойника» рассматривались под углом зрения работы механизмов бессознательного. Психоаналитическая традиция сформировала оптику, позволяющую рассматривать взаимодействие Голядкина со значимыми персонами сквозь призму непрожитого Эдипа, с допущением амбивалентных чувств и устремлений, направленных на тех, кто олицетворяет инстанцию морального подавления, энергию «Супер-Эго» [Осипов 2007; Ермаков 1999; Бем 1938; Zvedeniuk 2012, Фарамазян 2017]. Бесконечная и саморазрушительная борьба, вербальные атаки на тех, кто символически замещает отца, с предсказуемым итогом, поражением и расплатой в форме чувства вины и унижения, кажется, составляют внутреннюю составляющую слабой личности героя. Однако от исследователей ускользает очевидное противоречие – те, в ком видится (тем же Голядкиным) отеческая фигура, кто наделяется свойствами открывать правду и поддерживать социальную норму, вершить закон, никак не справляются с возложенными на них обязанностями, действовать как интериорезированный Другой, как инстанция «Супер-Эго».

Говорящая о телесных наказаниях фамилия и внешность доктора Рутенштица хотя и производят устрашающее впечатление (клубы дыма, сигара, предписания в бихевиоральном ключе прямо и навсегда переломить сложившийся ход жизни), но сбивает с толку намек на корпоративную поруку, навязывание пациенту покупки лекарств у соотечественника, аптекаря-немца. Еще большее сомнение в статусе карающей инстанции вызывает замешанное на бытовом представлении о норме его наставление следовать рекомендациям врача почаще проводить время в дружеской компании,

веселиться, не сидеть дома и «бутылки врагом не бывать». Совет из терапевтических соображений пить и гулять, дабы рассеять депрессивный настрой пациента, изобличает в докторе новатора-эпикурейца, но никак не строгого наставника, требующего от подопечного волевыми усилиями переменить характер. Доктор карнавализует жизненный стиль Голядкина, требует от того «коренного преобразования» поведения в сторону развлечений и праздного времяпрепровождения.

С некоторой натяжкой можно увидеть отеческую фигуру в образе Берендеева. Олсуфий Иванович хотя и выставляется Голядкиным отцом-наставником, но не карающим, а чуть ли не с детства (в фантазиях героя) осыпающим благами и подачками опекаемого молодого служащего. К тому же роль автономного «Супер-Эго» едва ли по плечу тому, кто постоянно устраивает гротескные пиры, масштаб которых не поддается перу, скромно оценивающего себя как художника слова, автора повести. Тут пришелся бы кстати размах Гомера или, на худой конец, Пушкина. Дни рождения, званые обеды с возлияниями и яркими здравицами подхалимов-сослуживцев со всех сторон, скорее, вызывают у Голядкина противоречивые чувства, тем более он всячески осуждает развлекательную программу такого рода вечеров в доме начальника, ведь там неизбежно затеваются карточные игры и танцы, где лицемеры лущат начищенными до блеска сапогами паркет в надежде произвести ловкими па впечатление на подошедших к брачной поре дев. Можно с большей вероятностью предположить, что сам господин Голядкин носит в себе никем не признанный, всеми порицаемый дух нравственного закона, если бы не досадное предположение злопыхателей об интрижке и невыполнимых сомнительного свойства обещаниях немке Каролине Ивановне, прежней хозяйке квартиры. Склонного бесплатно столоваться героя, разумеется, беспочвенно подозревали в заключении обременительной договоренности с женщиной, имевшей якобы виды на положение завидного жениха. Отечественские фигуры помельче, утверждающие порядок непосредственно по месту службы героя, столоначальник Андрей Филиппович или Антон Антонович Сеточкин хотя и, как и всякие начальственные персоны, подавляют Голядкина и, кажется, способны обратить того в ветошку, но сами по себе лишены свойств «Супер-Эго», способности ясно видеть и различать то, что у них происходит под носом. Голядкин идеальный служащий, безукоризненно и ко времени готовящий документы, а носители отеческой функции слепы, не могут отличить копию и оригинал, их оценки подчиненных, настоящего Голядкина и вторичного, хаотичны и субъективны. Они не видят разницы и путаются в определении нового и старого служащих.

Таким образом, на отеческую функцию подавляющей инстанции носителя моральных норм претендуют персонажи с выраженной оральной фиксацией, Рутеншпиц, любитель сигар и умеренный сторонник алкоголя, ветшающий царь с символически пораженной фалличностью, плохо передвигающийся на своих двоих Олсуфий Иванович Берендеев, социально незрячий столоначальник Голядкина, продвигающий по службе и к выгодной партии своего племянника, «счастливого юношу» Владимира Семеновича, «который более похож на старца, чем на юношу» (с. 129). Есть еще генерал в начищенных до солнечного сияния сапогах, снизошедший до приема безродного чиновника в своем величественном дворце служения истине. Но он больше напоминает карающего Хроноса, мало в чем желающего разбираться, использующего власть для изничтожения жалкого просителя, лишённого дара речи, неспособного четко сформулировать суть дела, подлежащего экзекуции.

Такие исследователи, как В.А. Подорога [Подорога 2006; Подорога 2019], А.А. Брудный, А.М. Демильханова [Брудный, Демильханова 2009], Н.В. Рябчинский [Рябчинский 2024], E. Ascroft [Ascroft 2005], M. Zvedeniuk [Zvedeniuk 2012] рассматривают внутренний мир героя сквозь призму работы универсальных механизмов психического аппарата, расщепления на стадии зеркала и отождествления с ложным образом, со своим отражением (Жак Лакан), а также проекции собственных переживаний и наделения внешних объектов воображаемыми свойствами (Мелани Кляйн). Такие подходы открывают возможность понять и объяснить феномен двойничества вообще и природу деструктивных изменений личности главного героя повести, в частности, но не могут объяснить суть навязчивого стремления Голядкина раз за разом возвращаться к тем, кто его отверг, туда, куда его не пускают. Как будто это главная цель жизни героя, оказаться там, где он пережил моральное уничтожение, социальное фиаско, позор, чтобы исправить ситуацию, но в результате он ее усугубляет, делает свое положение еще хуже.

Не меньший интерес представляют собой взгляды исследователей, рассматривающих с психотерапевтических позиций характер взаимоотношения Голядкина с окружающими, выявляющих признаки душевной нестабильности и даже симптомы параноидального психоза, шизоидных отклонений, нарциссического расстройства [Кадыров 2011]. Действительно, свидетельством патологических отклонений является то, что герою кажется, что против него плетут интриги, его окружают заговорщики, несправедливо притесняют, не замечая его достоинств (бред преследования). У него нет друзей, он одинок, находится в постоянном и изматывающем внутреннем

диалоге с часто вымышленными персонажами, возможно, пишет сам себе письма (шизоидные отклонения), он самовлюблен и не видит реального положения дел, то, как он выглядит в глазах других, склонен к самоуничтожению (глубинная нарциссическая травма, душевная пустота). Но верно и то, что Голядкин обладает достаточно сильной рефлексией, способной открывать ему неприглядность некоторых ситуаций, в которых он оказывается. Также трудно признать, что герой находится в доброжелательной или даже нейтральной среде и его окружают люди, лишенные пороков и желающие ему всяческих благ. Ему есть чего опасаться, а в некоторых случаях он проявлял себя как человек слишком доверчивый, чему свидетельствует регулярная покража Петрушкой, слугой Голядкина, остающегося без должного надзора сахара (а возможно, и не только) с последующей перепродажей продукта бывшей хозяйке, Каролине Ивановне. Герой снимал у нее комнату в прежние годы и столовался, не всегда оплачивая, как утверждают злые языки, обеды.

К психическим особенностям можно также отнести почти полное отсутствие у Голядкина понимания что можно в том или ином контексте себе позволять, а что недопустимо и порицаемо в обществе. Он не принимает в расчет то, какие чувства вызовут его поступки у других людей, как подействуют его слова на окружающих. Голядкину неважно то, что он вторгается в закрытое для него пространство, он находит повод и оправдание непланового посещения доктора, придумывает способ и проникает в дом Берендеева, пытается встретиться с Андреем Филипповичем вне служебного распорядка у того на квартире, неожиданно появляется у генерала, занятого другими делами. Пренебрежение чужими интересами, эгоизм, стремление манипулировать, невероятное самомнение и другие черты сближают Голядкина с «лишними людьми» русской литературной классики. Хотя Голядкин лишен романтической ауры Чацкого, Онегина, Печорина, Рудина, его, как и их, преследует одиночество, сосредоточенность на внутренних переживаниях, рефлексия, критический взгляд на мир, нежелание встраиваться в заведенный порядок. Неспособность понимать и разделять чувства других людей, отсутствие эмпатии является объединяющей чертой героев от Чацкого и Раскольникова до Зилова («Отпуск в сентябре», 1979. Реж. В. Мельников) и Макарова («Полеты во сне и наяву», 1982. Реж. Р. Балаян), от кн. Андрея до Служкина («Географ глобус пропил», 2013. Реж. А. Велединский) [Колотаев 2020]. Хорошо описанные черты психопатии [Даттон 1914; Кил 2019; Хаэр 2016; Leistedt, Linkowski 2013] проявляются в навязчивом стремлении героя вскрыть чужое пространство, проникнуть

туда, где его не ждут, в навязчивом возвращении к тем, кто его по разным причинам, но предсказуемо отвергает, но с кем связаны надежды заполнить их вниманием душевную пустоту. Навязчивое возвращение, составляющее внутреннюю суть героя и во многом определяющее композиционную целостность повести, имеет психологические основания, заставляющие повторять одни и те же поступки, воспроизводить заикленность на вечном возвращении в ситуации кошмара. Голядкин настойчиво повторяет один и тот же набор поведенческих ходов, одну и ту же схему, раскрытие психологического механизма которой составляет цель настоящей статьи.

Связь важнее удовольствия

Согласно Рональду Фэйрберну [Сазерлэнд 2019], источником такой модели поведения являются межличностные отношения, сложившиеся с близкими людьми в раннем детстве, главным образом с матерью [Ягнюк 2024]. Именно они, отношения с объектами в первые годы жизни ребенка, формируют и структуру личности, и закладывают устойчивые, с трудом изменяемые паттерны поведения во взрослой жизни. При взаимодействии с матерью или другими значимыми людьми (внешние объекты) в психике ребенка формируется внутренний образ того, с кем он общается и от кого получает либо не получает блага: тепло, заботу, пищу. Но главная ценность – связь, коммуникация с близкими людьми, с матерью. Потребность в отношениях со взрослыми формирует в психике ребенка их образ, внутренний объект взаимодействия, чаще всего не совпадающий с реальным человеком. Именно отношения с этим объектом (образом матери), обеспечивающим удовольствие или фрустрирующим, отвергающим, как ему кажется, младенца, определяют вектор развития личности ребенка: и именно сложившуюся конфигурацию связей он стремится воспроизвести с другими в дальнейшей жизни [Шарфф 2019].

Так как идеальных матерей, обеспечивающих идеальные условия жизни, не существует, младенец вынужден взаимодействовать со взрослым, отождествляясь с его образом, наделяя его амбивалентными свойствами, качествами то «плохого», то «хорошего» объекта. Идентификация с фигурой матери способствует упорядочиванию импульсов, их контролю и интеграции, не позволяя им разрушить психику младенца. Ранние процессы формирования личности обусловлены способностью новорожденного проецировать на дающую тепло и питание мать свои состояния, наделяя ее амбивалентными свойствами (первичная идентификация).

Ребенок, взаимодействуя с матерью, расщепляет ее образ на два объекта: удовлетворяющий его потребности, привлекательный и отвергающий, опасный. Оба объекта перемещаются во внутреннее пространство психики, где в дальнейшем продолжает формироваться сложная структура личности. Она состоит, по Фэйрберну, из 1) первичного «центрального Эго», отвечающего за самосознание и идентичность, а также выполняющего функции взаимодействия с «хорошим объектом», насыщения объекта определенной энергией, формирования различных типов здоровой зависимости, вытеснения возбуждающего и отвергающего объектов; 2) «либидинального Эго», задающего направление и качества желаний субъекта, привязанного к «соблазняющему объекту» и 3) «антилибидинального Эго» («внутренний саботажник»), появляющимся в результате взаимодействия с отвергающим объектом и формирующим, в том числе, различные виды защит, объясняющих появление разрушительных привязанностей. Две последние инстанции оказываются продуктами расщепления, осуществленного «центральным Эго» [Фэйрберн 2020, с. 188–189].

Отношения с близкими на ранних этапах жизни и способность расщеплять объекты, наделяя их свойствами «плохих» и «хороших», «идеальных» и «ужасных», формирует механизмы защит, позволяющих сохранять и выстраивать связь со взрослыми, со значимыми фигурами и приемлемо, хотя и ошибочно, объяснять, почему данная связь осуществляется порой в весьма странном режиме [Бюн 2021]. Ребенок разделяет образ матери на «плохую» и «хорошую», чтобы выстраивать коммуникацию с реальным человеком, любить мать и ожидать взаимности. Потребность в отношениях настолько важна для ребенка, что его психика оправдывает постоянство связи с «плохим» объектом и жизнь в плохих условиях с «отвергающей» матерью [Кернберг 2017]. Ребенку легче допустить мысль о том, что он плохой и заслуживает наказания, чем принять то, что взрослый сам не вырос и не идеально выполняет свои функции, проявляет к нему недостаточно заботы либо «душит» своей заботой, тотально контролируя его поведение. Психологические защиты и непонимание того, что существуют и другие отношения, формируют определенный стиль привязанностей и во взрослой жизни, когда, например, жертва терпит объективно плохое (обесценивающее) отношение партнера.

Сложившийся в детстве паттерн не дает прервать инфантильную связь в паре; а механизмы защит нормализуют деструктивные контакты, делают их единственно возможной коммуникацией, исключающей выход, прерывание или изменение паттерна, как и саму способность разглядеть суть патологической зависимости. Ребенок

будет оправдывать плохое отношение взрослых, разделяя их и свой образ на «плохой» и «хороший», приписывая себе черты «плохого», а взрослому – «хорошего» объекта. Для поддержания иллюзии контроля возможно представление о том, что недостаток заботы со стороны близкого обусловлен не тем, что родитель несовершенно, а сам ребенок плох и заслуживает наказания. Защитные механизмы психики заставляют принять как единственно возможный вариант разрушительных отношений со взрослым, с «отвергающей матерью», так как ребенок не имеет другого опыта общения с «принимающей и заботливой матерью». Не зная других, основанных на подлинной любви, теплоте и заботе, отношений, ребенок воспринимает имеющуюся форму взаимодействия со взрослым, зачастую действительно грубую и разрушительную, как приемлемую и как ту, что можно и нужно воспроизводить во взрослой жизни.

Отвергающий стиль коммуникаций в отсутствие чего-то другого в анамнезе заставляет верить в то, что есть только такая связь, и она задает программу постоянного возврата к такого рода отношениям и к их воспроизводству в разных ситуациях. Как ребенок не может не возвращаться к отвергающей матери (у него нет другой матери и других отношений), так и взрослый, не справившийся с задачей изменения жизненного сценария, стремится к тому, чтобы вновь и вновь оказываться в непродуктивной ситуации конфликта, унижения и бесконечно повторяющегося цикла изгнания/возвращения. Воспроизводство одной и той же сцены осуществляется спонтанно, действия не подвергаются планированию, последствия и мотивы не осмысляются, но остро переживаются [Малер и др. 2011]. Поступок совершается нерелективно; а если и включается рефлексия, то только как функция защиты, для того чтобы оправдать стремление повторить сцену отвержения, оказаться в центре скандала и пережить мучительное чувство стыда и самоуничтожения, пережить временную смерть. Ведь только эти ощущения воспринимаются как нормальная коммуникация, нормальные отношения: расщепление объекта, нападение, агрессия на расщепленный объект, а потом расплата в виде морального избиения и инфантильного признания своей ничтожности перед всемогущим взрослым.

Расщеплять и властвовать!

Помимо отношений Голядкина-оригинального с Голядкиным-копией, композиционно «Двойник» состоит из последовательной череды повторов одних и тех же действий главного героя. Голяд-

кин-старший оказывается в ситуации, когда он непрошено появляется там, где его не ждут, откуда был изгнан из-за бестактного поведения. Он возникает перед теми, кто не желает его видеть, но в ком он остро нуждается. Вначале – неожиданный визит к доктору Рутеншицу, потом со второго захода – появление на званом обеде в доме Олсуфия Ивановича Берендеева, затем многократные попытки задействовать своего непосредственного начальника, Андрея Филипповича, дальше – обращение с жалобой о несправедливом преследовании к высокому начальству, потом окончательный крах в семействе Берендеевых, куда он возвращается и откуда он окончательно изгоняется. Везде ранняя травма отвержения и разного рода защиты задают одну и ту же последовательность поступков, серию из повторяемых событий, в которых просматривается навязчивое стремление героя доказать свою состоятельность, получить признание вопреки направленному на объект действию, неосознаваемому расщеплению на желаемый, хороший и отвергаемый, плохой, подвергаемый нападению. Даже предполагаемый объект возвышенных переживаний, фантастическим образом обратившийся к Голядкину с отчаянным воззванием, с призывом о спасении от насильственного брака, предсказуемо расщепляется и обесценивается, наделяется чертами безнравственного.

Продолжение неизвестно когда запущенной серии начинается с того, что Голядкин внезапно меняет маршрут своего карнавального выезда и оказывается в привычной ситуации навязывания себя постороннему человеку, возведенного воображением в статус значимой иницирующей персоны, задающей тонус жизни, показывающей путь к признанию, но постоянно отвергающему посвящаемого. Герой вновь возвращается к тем, кто не принял его, отверг, предъявив невыполнимые требования по преобразованию себя. Каждый раз это попытка пройти посвящение, победить коварного испытующего; и каждый раз это поражение и расправа над дерзнувшим, неспособным отказаться от столкновения, повторяющим одно и то же действие, один и тот же сценарий, отнимающего силы конфликта. Чужие лестницы, темные подъезды, сердцебиение, поиск мотива и оправдания своему спонтанному шагу, появлению у доктора без предупреждения, нарушение этикета и речь, направленная на расщепляемый образ авторитарной фигуры, избобличающая в иницируемом агрессивное стремление победить иницирующего, подчинить и присвоить его, но в тоже время предполагающая иной исход – поражение, вину и наказание за подспудное желание власти и превосходства над объектом. Толкаемый жадностью, завистью и агрессией, герой во взаимодействии с миром по-прежнему проверяет его на прочность, проживая ранний опыт неудачной

сепарации, когда объект проявил свою устойчивость, силу и когда детская попытка обретения автономии через отделение от матери провалилась, а желаемый переход обернулся ощущением слабости, беспомощности и парализующим волю чувством страха и вины за желание стать сильным и самостоятельным.

«...Господину Голядкину немедленно понадобилось, для собственного же спокойствия вероятно, сказать что-то самое интересное доктору его, Крестьяну Ивановичу» (с. 113). Хотя он совсем недавно был на приеме, получил сполна рекомендации и план преобразования себя через изменение привычек, план, которому пациент и не думал следовать. Герой незамедлительно находит оправдательный мотив своей бестактности: к докторам-де являться без предупреждения можно, так как их профессия предполагает открытость, возможность внезапного к ним обращения и нарушение их приватности пациентами. Ведь врачи как священнослужители почти всегда доступны страждущим с их духовной/телесной немощью.

И хотя с Крестьяном Ивановичем был он знаком с весьма недавнего времени, именно посетил его всего один раз на прошлой неделе, вследствие кое-каких надобностей, но ведь доктор, как говорят, что духовник, – скрываться было бы глупо, а знать пациента – его же обязанность (с. 113).

Испытав внезапное сердцебиение, поднимаясь на второй этаж по лестнице к квартире доктора, Голядкин оказывается перед настороженным взором недовольного Крестьяна Ивановича и привычно для таких ситуаций телесно «опадает», «конфузится», но все же после череды бестактных и неловких жестов вступает в поединок, «обеспечив себя... вызывающим взглядом, который имел необычайную силу мысленно испепелять и разгромлять в прах всех врагов...» (с. 115). Воображаемое всемогущество Голядкина открывает план победы над внушительной и статусной фигурой врача. Он стремится расщепить объект и расщепляется сам: с одной стороны, вдруг напускает на себя «приличный, развязный, не без некоторой любезности вид» (с. 114), чтобы скрыть волнение, свою слабость, сомнения в правоте своего поступка; с другой – осознав, что попал в неприятную ситуацию, герой привычно в подобных случаях изображает на своем лице всепобеждающую силу и воинственность.

Иницилируемый врет доктору относительно себя и своей ментальной природы, не позволяющей носить маски лицемерия, что он не такой, как все эти окружающие лицемеры: приписывая лощащим паркет щеголям свои качества – жадность, зависть и т. д. Стараясь

скрыть глупость, алчность, высокомерие, интриган и манипулятор заявляет, что лицедействует только в отведенное для этого время карнавала. Голядкин – слабый и завистливый, стремящийся восстановить связь с отвергающим объектом, и его же расщепленная личность, другая часть, пытается подчинить более сильного и статусного, не вполне явно нападая, направляя на него агрессию. Заявляя доктору, у которого своим вторжением отнимает время, что открыт и незатейлив, не действует втихомолку, не интриган и бесхитроушен, что ему скрывать нечего, что он «не большой человек, а маленький» и что он, на всякий случай, гордится своим ничтожеством, но тут же почти прямо оскорбляет собеседника. «Иду я... прямо, открыто, без окольных путей... Не стараюсь унижить тех, которые... нас с вами почище...» (с. 117).

Правда, спохватившись и быстро сообразив, что позволил себе лишнее, Голядкин пытается исправить ситуацию, оправдаться за красноречивую оговорку: «то есть, я хочу сказать, нас с ними, Крестьян Иванович, я не хотел сказать с вами» (с. 117). А дальше он связывает доктора с «презираемыми немцами», аптекарем и кухмистершей, исподволь намекая на корпоративный сговор, ведь доктор посылает пациента к соплеменнику в нужную аптеку (с. 119), а женщину называет «неблагопристойной немкой» (с. 121), забывая, что Рутеншпиц тоже немец. Сейчас, размышляет вслух Голядкин, каждый задирающий нос мальчишка-аптекарь считает свое положение выше порядочного человека, имея в виду себя. И таки да, он, Голядкин, пациент доктора Рутеншпица, берет назначенные микстуры именно у того рекомендованного им аптекаря, хотя и не настолько глуп, чтобы не понимать взаимного интереса ненавистных немцев.

Фигура доктора представляется герою также в двух ипостасях, в результате расщепления: перед ним образ карающего взрослого, врача, непризнающего, выдвигающего нереализуемый сценарий внутренних изменений пациента через изменение отношений со средой и обещающего признание только после выполнения условия: смены привычек. Доктор трижды повторяет Голядкину одно и то же наставление: «нужно коренное преобразование... жизни», необходимо «в некотором смысле переломить свой характер» (с. 115). Но в то же время Крестьян Иванович вдруг оказывается добрым, принимающим и помогающим взрослым, когда он видит слабого, хнычущего, не выдерживающего столкновения с сильным взрослым Голядкина. Испытав на прочность сбивающими с толку речениями о своем идеальном образе и получив предписание, проигравший столкновение Голядкин внезапно расплакался, признав свою слабость (с. 118), но, тем не менее, не оставил своего

занятия, продолжил фантазировать относительно себя и окружающих, придумав сплетню об одном общем знакомом, обещавшем жениться на кухмистерше в обмен на получаемые от нее бесплатные обеды. Это, мол, не он обманывал свою бывшую хозяйку, а кто-то другой, тот, который недавно и, разумеется, незаслуженно получил очередной чин. Намек на племянника Андрея Филипповича, молодого человека, Владимира Семеновича, претендующего на внимание Клары Олсуфьевны. В итоге, пережив поражение и обнаружив свою слабость, неэффективность атак на объект, Голядкин окончательно ниспровергает фигуру доктора, обесценивая его, называя глупцом.

Этот доктор глуп, – подумал господин Голядкин, забываясь в карету, – крайне глуп. Он, может быть, и хорошо своих больных лечит, а все-таки... глуп, как бревно (с. 122).

Хотя доктору хватило прозорливости и ума чуть было не раскрыть хитрый план пациента, скрывающегося за выдумкой, за сплетней об отношениях с немкой, в которых смутно проступает физиономия самого Голядкина.

Расщепляет Голядкин и фигуру благодетеля, начальника департамента, Олсуфия Ивановича Берендеева, наполняя ее разнонаправленным, амбивалентным содержанием, полюса которого подвергаются инверсии. С одной стороны, герой воспринимает объект как излучающий добро и блага, Берендеев – благодетель, почти как отец, осыпавший его, как он говорит, с «незапамятных лет» всяческими милостями (с. 120, 136). С другой – этот же объект, его превосходительство, «благодетельный человек», к которому Голядкин испытывает благодарность, тут же ниспровергается до статуса ничтожества, «покачнувшегося» «от старости» рассудком никчемного существа, на которого тот внезапно обрушивает агрессию, обвиняя в организации сплетни. Очевидно, считая Олсуфия Ивановича недалеким человеком, Голядкин, нарушая правила приличия, силится открыть ему глаза на то, что, мол, происходит у него под носом, на неискренность и лицемерие молодого человека, Владимира Семеновича, – племянника столоначальника Андрея Филипповича, сделавшего комплимент дочери Олсуфия Ивановича, Кларе Олсуфьевне, спевшей к восторгу гостей «чувствительный романс». Конечно, достается, прежде всего, Кларе Олсуфьевне:

...чувствительно пропеть вы романсы изволили, да только слушают-то вас не от чистого сердца. И намекаю тем ясно, что ищут-то теперь не в ней, а подальше... (с. 120).

Герой вскрыл далеко идущие планы лицемерного воздыхателя, сиящегося расположить дочь начальника и составить выгодную партию, а затем и построить служебную карьеру. Благодарность Голядкина сменяется завистью, он вновь отвергнут; а устойчивые представления о том, что отношения могут быть только такими, основанными на обесценивании, закрепляются в нем еще сильнее.

То же происходит и в отношениях с непосредственным начальником (столонячком, у которого Голядкин был помощником), Андреем Филипповичем. Вынужденно столкнувшись с ним и с его племянником, Владимиром Семеновичем, в прихожей Олсуфия Ивановича, Голядкин внезапно, и почти не осознавая причин своего поведения, нападает на пораженного гостя, задавшего нейтральные вопросы и вынужденного резко прервать общение с неадекватным коллегой: «медведю» пришлось «прыгнуть в комнату и захлопнуть за собой дверь» (с. 126–127). Потом, спустя какое-то время, Голядкин, после провала на званом обеде и разбирательств с другим Голядкиным, зная о том, что Андрей Филиппович не хочет с ним общаться по личным вопросам, внезапно едет к нему домой для объяснений, чтобы оправдаться и для разоблачения происков Голядкина-младшего. Впрочем, начальник, к счастью для Голядкина-старшего, отсутствовал, и очередное действие, воспроизводимое по одному и тому же сценарию, сорвалось.

Даже если объект в воображении Голядкина уступает в поединке с ним, признает его статус вершителя судеб, герой способен выстроить с ним только один тип отношений – обесценивание и уничтожение оказавшегося под его властью человека. Это касается немки-кухмистерши, Каролины Ивановны, с которой у него в начале был договор, а потом он ее оговаривает и обвиняет в непорядочности. Но также он себя ведет и по отношению к объекту восхищения, к Кларе Олсуфьевне. Его странные знаки внимания проявляются либо в создании неудобства и унижения, когда он в обществе разоблачает неискренность говорящих комплименты, либо в агрессивной настойчивости, когда Голядкин непрошено проникает в дом Берендеева и так неловко пытается пригласить на танец виновницу торжества, что ту приходится освобождать из рук несуразно-настойчивого кавалера, атаковавшего виновницу торжества (с. 137). Но как только девушка решает «броситься под защиту объятий» Голядкина, чтобы тот спас ее от «красивого поручика», от насильственной женитьбы, тот обвиняет ее в безнравственности, выставляет как легкомысленное существо, уничтожает человека, перед которым еще недавно терял дар речи.

Заключение

Таким образом, поведенческие стратегии Якова Петровича Голядкина, описанные Ф.М. Достоевским, могут быть интерпретированы через призму теории объектных отношений Р. Фэйрберна. Герой демонстрирует классический случай навязчивого повторения деструктивного паттерна взаимодействия со значимыми Другими. Этот паттерн, сформированный в раннем детстве и основанный на опыте отвержения, включает в себя цикл: навязчивое стремление к контакту с объектом, его психическое расщепление на идеализируемую и преследующую части, вербальную агрессию и попытку обесценивания, закономерное отвержение со стороны объекта, переживание интенсивного стыда, вины и унижения, кратковременную регрессию, а затем – новый виток цикла.

Голядкин не способен выйти за пределы этой схемы, поскольку она составляет ядро его личности и единственную известную ему форму установления связи. Его Эго оказывается запертым в порочном кругу воспроизводства ранней травмы, где каждая новая неудача не осмысливается как опыт, а лишь подтверждает глубину его «ничтожества» и необходимость следующей попытки «доказать» свою значимость через самоуничтожительное столкновение с тем, кто его отвергнет. Этот механизм объясняет не только компульсивную природу поступков героя, но и глубинную психологическую целостность его образа, делаая «Двойник» не просто историей о расщеплении сознания, но и тонким исследованием патологии объектных отношений, предвосхищающим открытия психоанализа XX в.

Литература

- Бем 1938 – Бем А.Л. Достоевский. Психоаналитические этюды. Берлин: Петрополис, 1938. 190 с.
- Бион 2021 – Бион У.Р. Элементы психоанализа. М.: Когито-Центр, 2021. 120 с.
- Брудный, Демильханова 2009 – Брудный А.А., Демильханова А.М. Феномен двойника и «стадия зеркала» // Историческая психология и социология истории. 2009. Т. 2. № 2. С. 42–54.
- Воронцова 2018 – Воронцова И.И. Культурно обусловленные коммуникативные неудачи: культура – текст – интерпретация // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2018. № 3 (13). С. 31–40.
- Даттон 2014 – Даттон К. Мудрость психопатов. СПб.: Питер, 2014. 304 с.
- Ермаков 1999 – Ермаков И.Д. Ф.М. Достоевский (он и его произведения) // Психоанализ литературы. Пушкин. Гоголь. Достоевский. М.: НЛО, 1999. С. 347–442.

- Кадыров 2011 – *Кадыров И.М.* «Двойник» Достоевского: попытка психоаналитической интерпретации // Психоанализ и искусство. М.: Когито-центр, 2011. С. 117–137.
- Кернберг 2017 – *Кернберг О.* Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии. М.: Независимая фирма «Класс», 2017. 464 с.
- Кил 2019 – *Кил К.А.* Психопаты. Достоверный рассказ о людях без жалости, без совести, без раскаяния. М.: Центрполиграф, 2019. 319 с.
- Колотаев 2020 – *Колотаев В.А.* Драматургия нулевой идентичности: феноменология лишнего человека в отечественном киноискусстве // Артикульт. 2020. № 4 (40). С. 138–151.
- Малер и др. 2011 – *Малер М., Пайн Ф., Бергман А.* Психологическое рождение человеческого младенца: Симбиоз и индивидуация. М.: Когито-Центр, 2011. 413 с.
- Осипов 2007 – *Осипов Н.Е.* «Двойник. Петербургская поэма» Достоевского (Заметки психиатра) // Вокруг Достоевского: В 2 т. Т. 1: О Достоевском / Под ред. А.Л. Бема. М.: Русский путь, 2007. С. 74–90.
- Подорога 2006 – *Подорога В.* Мимесис: Материалы по аналитической антропологии литературы: В 2 т. Т. 1: Н. Гоголь, Ф. Достоевский. М.: Культурная революция; Логос, Logos-altera, 2006. 688 с.
- Подорога 2019 – *Подорога В.* Рождение двойника. План и время в литературе Ф. Достоевского. М.: РИПОЛ классик, Панглосс, 2019. 418 с.
- Попов 2013 – *Попов П.С.* «Я» и «Оно» в творчестве Достоевского. Ижевск: ERGO, 2013. 92 с.
- Ранк 2017 – *Ранк О.* Двойник. СПб.: Скифия-принт, 2017. 193 с.
- Рябчинский 2024 – *Рябчинский Н.В.* Философская идея «Двойника»: в чем смысл двойничества г-на Голядкина? // Новый филологический вестник. 2024. № 3 (70). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/filosofskaya-ideya-dvoynika-v-chem-smysl-dvoynichstva-g-na-golyadkina> (дата обращения 22 декабря 2025).
- Сазерлэнд 2019 – *Сазерлэнд Дж.Д.* Путешествие Фэйрберна в глубины психики. М.: Канон+, 2019. 368 с.
- Фарамазян 2017 – *Фарамазян Л.Р.* Достоевский в зеркале психоанализа // Славянские чтения – 2017: Сборник материалов Международной научно-практической конференции. Уфа: Башкирский государственный университет, 2017. С. 241–244.
- Фэйрберн 2020 – *Фэйрберн Р.В.Д.* Основные труды Р.В.Д. Фэйрберна. М.: Канон+ РООИ «Реабилитация», 2020. 320 с.
- Хаэр 2016 – *Хаэр Р.Д.* Лишенные совести: пугающий мир психопатов. М.: Вильямс, 2016. 285 с.
- Шарфф, Шарфф 2019 – *Шарфф Д.Э., Шарфф Д.С.* Основы теории объектных отношений. М.: Когито-Центр, 2019. 304 с.
- Ягнюк 2024 – *Ягнюк К.В.* Актуальность идей Рональда Фэйрберна для психоаналитических парных и семейных терапевтов // Журнал практической психологии и психоанализа. 2024. № 1. URL: <https://psyjournal.ru/articles/aktualnost-idey>

- ronalda-feyrberna-dlya-psihoanaliticheskikh-parnyh-i-semeynyh-terapevtov (дата обращения 24 сентября 2025).
- Ascroft 2005 – *Ascroft E.* Lacan's Desire and Dostoevsky's Double: The Problematics of psychoanalytic Discourse In a Fictional Psychosis // *The Dostoevsky Journal*. 2005. Vol. 6. Iss. 1. P. 1–20.
- Leistedt, Linkowski 2013 – *Leistedt S.J., Linkowski P.* Psychopathy and the Cinema: Fact or Fiction? // *Journal of Forensic Sciences*. 2013. Vol. 59. № 1. P. 167–174.
- Zvedeniuk 2012 – *Zvedeniuk M.* Doubling, Dividing and Interchanging of the Self: The “Uncanny” Subjectivity in Dostoevsky's The Double // *Facta Universitatis. Series: Linguistics and Literature*. 2012. Vol. 10. № 2. P. 109–124.

References

- Ascroft, E. (2005), “Lacan's Desire and Dostoevsky's Double: The Problematics of psychoanalytic Discourse in a Fictional Psychosis”, *The Dostoevsky Journal*, vol. 6, iss. 1, pp. 1–20.
- Bem, A.L. (1938), *Dostoevskii. Psihoanaliticheskie ehtyudy* [Dostoevsky. Psychoanalytic Etudes], Petropolis, Berlin, Germany.
- Bion, W.R. (2021), *Ehlementy psikhoanaliza* [Elements of psychoanalysis], Kogito-Tsentr, Moscow, Russia.
- Brudnyi, A.A. and Demil'khanova, A.M. (2009), “The phenomenon of the double and the ‘mirror stage’”, *Historical Psychology & Sociology*, vol. 2, no. 2, pp. 42–54.
- Dutton, K. (2014), *Mudrost' psikhopatov* [The Wisdom of Psychopaths], Piter, St. Petersburg, Russia.
- Ermakov, I.D. (1999), “F.M. Dostoevsky (He and his works)”, *Psikhoanaliz literatury. Pushkin. Gogol'. Dostoevskii* [Psychoanalysis of Literature. Pushkin. Gogol. Dostoevsky], NLO, Moscow, Russia, pp. 347–442.
- Faramazyan, L.R. (2017), “Dostoevsky in the Mirror of Psychoanalysis”, *Slavyanskie chteniya – 2017: Sbornik materialov Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii* [Slavic Readings 2017. Collection of Materials of the International Scientific and Practical Conference], 16–18 May 2017, Ufa, Russia, pp. 241–244.
- Fairbairn, R.W.D. (2020), *Osnovnye trudy R.W.D. Feyrberna* [The main works of R.W.D. Fairbairn], Kanon+, ROOI “Reabilitatsiya”, Moscow, Russia.
- Hare, R.D. (2016), *Lishennyye sovesti: pugayushchii mir psikhopatov* [Without Conscience. The Disturbing World of the Psychopaths Among Us], Vil'yams, Moscow, Russia.
- Kadyrov, I.M. (2011), “Dostoevsky's ‘The Double’: An Attempt at Psychoanalytic Interpretation”, *Psikhoanaliz i iskusstvo* [Psychoanalysis and Art], Kogito-tsentr, Moscow, Russia, pp. 117–137.
- Kernberg, O. (2017), *Tyazhelye lichnostnye rasstroistva: strategii psikhoterapii* [Severe personality disorders], Nezavisimaya firma “Klass”, Moscow, Russia.

- Kiehl, K.A. (2019), *Psikhopatyy. Dostovernyy rasskaz o lyudyakh bez zhalosti, bez sovesti, bez raskayaniya* [The Psychopath Whisperer: The Science of Those Without Conscience], Tsentrpoligraf, Moscow, Russia.
- Kolotaev, V.A. (2020), “Zero identity drama: The phenomenology of the superfluous person in Russian cinema”, *Articult*, no. 4 (40), pp. 138–151.
- Leistedt, S.J. and Linkowski, P. (2013), “Psychopathy and the Cinema: Fact or Fiction?”, *Journal of Forensic Sciences*, vol. 59, no. 1, pp. 167–174.
- Mahler, M.S., Pine, F. and Bergman, A. (2011), *Psikhologicheskoe rozhdenie chelovecheskogo mladenca: Simbioz i individuaciya* [The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation], Kogito-Tsentr, Moscow, Russia.
- Osipov, N.E. (2007), “‘The Double: A Petersburg Poem’ by Dostoevsky (Notes of a Psychiatrist)”, in Bem, A.L. (ed.), *Vokrug Dostoevskogo: v 2 t. T. 1: O Dostoevskom* [Around Dostoevsky: in 2 vols., vol. 1. About Dostoevsky], Russkii put’, Moscow, Russia, pp. 74–90.
- Podoroga, V. (2006), *Mimesis. Materialy po analiticheskoi antropologii literatury: v 2 t. T. 1: N. Gogol’, F. Dostoevskii* [Mimesis: Materials on the Analytical Anthropology of Literature: in 2 vols., vol. 1: N. Gogol, F. Dostoevsky], Kul’turnaya revolyutsiya; Logos, Logos-altera, Moscow, Russia.
- Podoroga, V. (2019), *Rozhdenie dvoynika. Plan i vremya v literature F. Dostoevskogo* [The Birth of a Double. Plan and Time in the Literature of F. Dostoevsky], RIPOL klassik, Pangloss, Moscow, Russia.
- Popov, P.S. (2013), “‘Ya’ i ‘Ono’ v tvorchestve Dostoevskogo [‘I’ and ‘It’ in the works of Dostoevsky], ERGO, Izhevsk, Russia.
- Rank, O. (2017), *Dvoynik* [Double], Skifiya-print, Moscow, Russia.
- Ryabchinskii, N.V. (2024), “The philosophical idea of ‘The Double’: What is the meaning of Mr. Golyadkin’s duality?”, *New Philological Bulletin*, no. 3 (70), available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/filosofskaya-ideya-dvoynika-v-chem-smysldvoynichestva-g-na-golyadkina> (Accessed 22 December 2025).
- Sutherland, J.D. (2019), *Puteshestvie Fehirberna v glubiny psikhiki* [Fairbairn’s Journey into the interior], Kanon+, Moscow, Russia.
- Sharff, D.S. and Sharff, D.E. (2019), *Osnovy teorii ob’ektnykh otnoshenii* [Fundamentals of Object Relations Theory], Kogito-Tsentr, Moscow, Russia.
- Vorontsova, I.I. (2018), “Culturally conditioned communicative failures: culture – text – interpretation”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 3 (13), pp. 31–40.
- Yagnyuk, K.V. (2024), “The relevance of Ronald Fairbairn’s ideas for psychoanalytic couple and family therapists”, *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza*, no. 1, available at: <https://psyjournal.ru/articles/aktualnost-idey-ronalda-feyrberna-dlya-psihoanaliticheskikh-parnyh-i-semeynyh-terapevtov> (Accessed 24 September 2025).
- Zvedeniuk, M. (2012), “Doubling, Dividing and Interchanging of the Self: The ‘Uncanny’ Subjectivity in Dostoevsky’s ‘The Double’”, *Facta Universitatis. Series: Linguistics and Literature*, vol. 10, no. 2, pp. 109–124.

Информация об авторе

Владимир А. Колотаев, доктор филологических наук, доктор искусствоведения, доцент, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Москва, Россия, Миусская пл., д. 6, стр. 6; kolotaev.va@rggu.ru

Information about the author

Vladimir A. Kolotaev, Dr. of Sci. (Philology), Dr. of Sci. (Art History), associate professor, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6/6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; kolotaev.va@rggu.ru

Стратегии социального познания
у молодых специалистов
в условиях волатильного мироустройства

Андрей С. Моисеев

Российский государственный гуманитарный университет,

Финансовый университет при Правительстве РФ

Москва, Россия, asmoiseev@fa.ru

Валентин Е. Спиваковский

Московский институт психоанализа

Москва, Россия, valentinspivakovski@gmail.com

Аннотация. В статье рассмотрены основные особенности социального познания молодых специалистов в условиях волатильного мироустройства и слабоструктурированных информационных потоков. Показана трансформация традиционного социального познания в стратегии «совладания» с информацией. Стратегии «совладания» с социальной информацией артикулированы в качестве приспособительных приемов сбережения когнитивных и эмоциональных ресурсов. Эти приемы помогают избежать «перегрузки» сознания (например, стратегия «когнитивного скряги»). В пределе подобные когнитивные практики буквально спасают ментальное здоровье индивида. Вместе с тем подобные «экономные» стратегии социального познания выхолащивают когнитивные и поведенческие возможности, в частности, молодых специалистов. Они рискуют мыслить «дискретно» и проявлять только одношаговые, «одномерные» модели трудового поведения, что может сказаться негативно на результатах. Именно поэтому в статье рассмотрены и привязаны к контексту социального познания ведущие мировые концепции организационных изменений и организационного консультирования. Эти концепции выведены в качестве «противоядия» от выхолащенных форм социального познания. Причем подобное «противоядие» является своего рода компромиссом, поскольку учитывает и необходимость «сбережения» когнитивных ресурсов, но лишь в необходимых и достаточных объемах.

Ключевые слова: социальное познание, молодые специалисты, стратегии «совладания» с социальной информацией, волатильное мироустройство, осознанное мировосприятие, ментальные модели

Для цитирования: Моисеев А.С., Спиваковский В.Е. Стратегии социального познания у молодых специалистов в условиях волатильного мироустройства // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 30–49. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-30-49

Strategies for social cognition of young specialists in a volatile world order

Andrey S. Moiseev

*Russian State University for the Humanities,
Financial University under the Government of the Russian Federation
Moscow, Russia, asmoiseev@fa.ru*

Valentin E. Spivakovsky

*Moscow Institute of Psychoanalysis
Moscow, Russia, valentinspivakovski@gmail.com*

Abstract. The article examines the main features of the social cognition of young specialists in a volatile world order and poorly structured information flows. The transformation of traditional social cognition into a strategy of “coping” with information is shown. Strategies for “coping” with social information are articulated as adaptive techniques for saving cognitive and emotional resources. These techniques help to avoid “overloading” consciousness (for example, the “cognitive miser” strategy). Ultimately, such cognitive practices literally save an individual’s mental health. At the same time, such “thrifty” strategies of social cognition dilute the cognitive and behavioral capabilities, in particular, of young specialists. They run the risk of thinking “discretely” and displaying only one-step, “one-dimensional” models of work behavior, which can negatively affect the results. That is why the article examines and links the world’s leading concepts of organizational change and organizational counseling to the context of social cognition. These concepts are derived as an “antidote” to diluted forms of social cognition. Moreover, such an “antidote” is a kind of compromise, since it also takes into account the need to “save” cognitive resources, but only in necessary and sufficient amounts.

Keywords: social cognition, young specialists, strategies for “coping” with social information, volatile world order, conscious worldview, mental models

For citation: Moiseev, A.S. and Spivakovsky, V.E. (2026), “Strategies for social cognition of young specialists in a volatile world order”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 2, pp. 30–49, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-30-49

Введение: постановка проблемы

Познание человеком окружающей действительности является одной из магистральных проблем современной науки и практики. Несомненно, в разные эпохи стратегии социального познания демонстрировали большое количество общих закономерностей. Более того, процессы обработки информации управляются духом эпохи, императивами и ценностными ориентирами, транслируемыми общественно-политическими формациями.

Таким образом, стратегии социального познания, которые, казалось бы, осознанно выбираются представителями тех или иных социальных групп, на самом деле являются управляемым процессом. И дело тут даже не в пропаганде, дело в тех привычках обработки социальной информации, которые, с одной стороны, осознанно или неосознанно интериоризируются «общественными животными» (термин Э. Аронсона), а с другой – тиражируются определенными общественно-политическими силами [Аронсон 2006]. Коль скоро конструирование индивидом окружающей действительности всегда является социальным, мы не можем говорить о тех или иных конструкциях в отрыве от социальных групп [Бергер, Лукман 1995]. Более того, процесс «освоения» социальной реальности осуществляется человеком на протяжении всей жизни, поэтому уместно говорить о процессах социального познания на разных этапах социализации. Именно по данной причине возрастные группы являются одной из важнейших детерминант становления паттернов социального познания членов общества¹.

Роль социализации в социальном познании молодых специалистов

На протяжении всей истории развития социальной психологии личности социализация рассматривалась в качестве двустороннего процесса, включающего в себя, с одной стороны, усвоение индивидом социального опыта путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей; с другой стороны, процесс активного воспроизводства индивидом системы социальных связей за счет

¹ *Андреева Г.М.* Психология социального познания: Учеб. пособие. М.: Аспект Пресс, 2000. 288 с.; *Хьюстон М., Штрёбе В.* Введение в социальную психологию: европейский подход: Учеб. для студентов вузов. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004. 622 с.

его активной деятельности, активного включения в социальную среду² [Донцов и др. 2002].

В этой связи интересны выводы М. Мид, которая рассматривает три варианта трансляции опыта в обществе:

1. Постфигуративная культура. Новое поколение перенимает опыт у предыдущего, главным образцом поведения для детей выступают взрослые. Главной характеристикой подобного социального устройства являются крайне высокая стабильность существования и простота организации жизни. Это приводит к отсутствию необходимости самоопределения личности, так как существует высокая степень предопределенности большинства способов поведения, связанная с постоянством и неизменностью условий жизни на протяжении многих поколений.

2. Конфигуративная культура. Опыт передается по горизонтали, т. е. и дети, и взрослые в качестве основного источника образцов поведения используют сверстников. Жизнь более динамична, подвижна, разнообразна. Это приводит к множественности образцов поведения и их изменчивости. Для этого типа культуры характерны интенсивные миграционные процессы, развитые средства массовой информации, относительно частые социальные и природные катаклизмы, приводящие к осложнению передачи опыта от взрослых к подрастающему поколению.

3. Префигуративная культура. Носителями новых образцов поведения являются представители нового поколения, иными словами, взрослые учатся у детей. Молодежь с ее префигуративным схватыванием еще неизвестного будущего получает преимущества в познании реальности и наделяется расширенными правами [Мид 1988].

Сегодня мы все чаще сталкиваемся с ситуацией, описанной в третьем варианте. Потоки разрозненных сведений дают молодому поколению определенную «фору». Поэтому старшее поколение вынуждено учиться у молодежи. Молодое поколение в силу более лабильного функционирования психических процессов и отсутствия багажа привычек к определенным способам работы с социальной информацией лучше ухватывает современные тенденции и веяния. Как подчеркивает М.С. Гусельцева, в современных представлениях о социализации усилилась роль субъектности и интерактивности молодежи, которая во взаимодействии с более старшими поколе-

² Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия. Теоретические подходы: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология». М.: Аспект Пресс, 2001. 288 с.

ниями создает новый социальный опыт и практики [Гусельцева 2025]. При этом традиционные способы получения информации зачастую становятся неудобными и нерабочими для представителей молодого поколения.

Все вышеизложенное создает не только барьер в коммуникации и передаче опыта от старшего поколения к младшему, но и порождает проблему отчуждаемости материала от автора. Традиционно презентации воспринимались как иллюстративное средство, способ визуализации информации. Сейчас же они выступают своего рода полноценной заменой традиционных сообщений. Поэтому из раза в раз приходится сталкиваться с проблемой непонятности или недостаточности изложенного в интерактивных материалах.

Проблема упрощения информации в современном мире

Вопрос отчуждаемости современных интерактивных форм подачи информации сегодня стоит, как никогда, остро. Но несмотря на все неудобства и ограничения подобных способов работы с информацией, тенденция дробления, упрощения и максимальной визуализации сообщений неумолимо завоевывает коммуникативное пространство. И этому есть вполне закономерная причина – подобный подход в высшей степени отвечает современным тенденциям и вызовам эпохи, становясь основой адаптивности социального познания в условиях неструктурированных и слабо управляемых многоканальных информационных потоков.

Анализируя современные способы массовой коммуникации, мы можем наблюдать, что в классической формуле Г. Лассуэлла, описывающей определение и выявление наиболее эффективного канала, можно со всей уверенностью зафиксировать модификацию, предполагающую замену поиска канала коммуникации для той или иной целевой аудитории омниканальностью для всех аудиторий [Лебедев-Любимов 2003]. Поэтому информация поступает в круглосуточном режиме по многочисленным разнообразным каналам. Эту информацию практически невозможно отфильтровать, заблокировать или каким-либо образом абстрагироваться от нее. Учитывая, что современный человек практически не может выполнить ни одной бытовой операции без использования цифровых средств, проникновение информации становится всеобъемлющим, и от нее порой действительно в буквальном смысле приходится «защищаться».

Поэтому стратегии социального познания становятся копинг-стратегиями социального познания и предполагают выработку важнейшего для современного общества навыка адаптироваться к информации, в том числе и при помощи «клипового» формата. Сама же по себе адаптивность к многоканальной и малоструктурированной социальной информации становится во главу угла и выступает драйвером выбора способов социального познания. Однако адаптивность форм социального познания не тождественна осознанности. Адаптивность помогает спасти сознание от перегрузки и сохранить работоспособность в условиях информационного перенасыщения. «Совладая» с динамичной, а порой даже агрессивной информационной средой, индивид вынужден выбирать стратегии социального познания, эффективные с точки зрения перцептивной и когнитивной защиты, но неэффективные с точки зрения познания как такового.

Подобные тенденции могут приводить к тотальной примитивизации мыслительных процессов современного поколения. Как следствие, и в качестве субъекта трудовой деятельности современные члены общества смогут выступать лишь как субъекты «непосредственного реагирования» и дискретной обработки стимулов, поступающих в режиме реального времени.

Здесь уже не может быть и речи ни о какой экстраполяции или формировании культуры обучения, равно как о долгосрочном планировании или системном управлении. Именно с этим и связан все сильнее назревающий острый кризис управленческих кадров. [Безручко 2021; Деминг 2022]. Вследствие вышеизложенного, традиционно самой многообещающей средой апробации форм и стратегий социального познания являются молодежные группы. В данном случае не настолько важен возраст, насколько сформированная идентичность продукта эпохи и сопричастность к ценностному полю доминирующих тенденций. Поэтому «героем эпохи» может стать как студент вуза, так и вполне состоявшийся предприниматель или офисный руководитель.

Особенности социального познания молодых специалистов

Прежде всего нас будет интересовать профессиональная социализация молодых специалистов, поскольку становление и развитие профессионализма наряду с формированием профессиональной идентичности являются ключевой и неотъемлемой частью функционирования субъекта социального познания. Соответственно,

исследовать социальное познание современной молодежи в отрыве от профессионального и организационного контекста невозможно, ведь большую часть усвоенных и применяемых в реальной жизни когнитивных конструктов современные молодые люди получают именно в организационном контексте. Такая ситуация возникла во многом благодаря общей интеллектуализации труда по сравнению с предыдущими эпохами [Басов 2020; Спиваковский 2012].

Важно отметить, что социальное познание предполагает познание социальной действительности рядовым индивидом, поэтому оно достаточно произвольно и спонтанно. Классические исследования в области социальной и когнитивной психологии позволяют со всей уверенностью констатировать, что познание окружающей действительности обычным человеком отличается от познания, институционально закрепленного³.

Основными отличиями такого обыденного, повседневного познания современного члена общества являются следующие «характеристические свойства»:

1. Познание основано на непосредственном жизненном опыте субъекта и дано ему в ощущениях. Именно поэтому информация и представлена в виде неструктурированных потоков, своеобразного «белого шума».

2. Отсутствует та или иная система получения и применения знаний, образов, выводов и открытий (нет заданных «правил игры»).

3. Появляется необходимость составлять представление о самых различных явлениях и оперировать не только сведениями из самых различных областей, но и предпринимать оперативные действия на основе этих самостоятельно сконструированных представлений.

4. Характерно «человеконесоразмерное» ускорение процессов трансляции информации, множественность источников и мнений, информационно-культурные полилоги и стирание границ субъекта формирования сообщений.

5. Налицо существенное повышение вероятности получения информационной перегрузки у представителей самых различных социальных слоев практически во всем мире в силу стремительного развития электронных средств массовой коммуникации.

6. Вместе с доступом к информации из любой точки планеты рождается и не всегда обоснованная поливариативность методов исследования и работы. При этом подобное своего рода конвейерное производство все новых и новых интеллектуальных продуктов

³ Андреева Г.М. Психология социального познания...

связано зачастую отнюдь не с реальной необходимостью поиска принципиально новых способов работы, а с необходимостью обеспечивать функционирование все большего и большего количества организаций, занятых не в реальном секторе, а в сфере производства цифровых продуктов. Многочисленные методики и приемы работы приводят к выхолащиванию самого понятия профессионализма, сводя его лишь к соревнованию по овладению все большим количеством приемов, а также провоцируя кратное повышение риска утраты самого предмета исследования или прикладной работы. В этой связи представляется уместным обратиться к наблюдениям зарубежного специалиста по управлению и организационным изменениям У. МакКинли, который приводит любопытную аналогию. Представим себе, что к врачу приходит пациент с направлением на исследование артериального давления. Врач берет тонометр, измеряет давление, фиксирует показания и просит пациента явиться через неделю для повторного измерения и анализа динамики. Через неделю пациент приходит к тому же врачу, а он вместо тонометра достает шприц, делает забор крови и погружает в нее термометр, фиксируя при этом показания прибора. После чего сопоставляет показания двух исследований. У пациента возникает закономерный вопрос: что происходит... Он обращается к другому врачу, который в свою очередь берет анализ мочи, образцы исследует под микроскопом, а после выдает заключение все по тому же артериальному давлению [McKinley 2007]. Ситуация несколько абсурдная и намеренно утрированная автором, но в своей гротескной форме иллюстрирующая нездоровый крен в сторону усовершенствования технологий и разнообразия методов в ущерб истинному познанию, а в иных случаях утрату предмета познания или практического применения в угоду новомодным приемам.

7. Тотальная цифровизация общения и взаимодействия диктует большинству населения необходимость создания и поддержания существования электронной личности, характеристики которой могут резко отличаться от характеристик субъекта в реальности.

8. Обработка социальной информации на определенных этапах превращается в «совладание», попытку приспособиться к постоянным турбулентностям окружающего волатильного мира.

Исходя из подобного понимания особенностей социального познания современного цифрового общества, мы могли бы прийти к выводу, что существующие теоретические наработки и схемы изучения социальных взаимодействий стремительно устаревают и уже нерелевантны текущей обстановке. Мы имеем дело с совершенно новыми, невиданными до сих пор форматами организации социальных процессов. Недаром еще с 80-х гг. прошлого века зарубежными

учеными в научный обиход была внедрена идея волатильности общественно-политических формаций постиндустриальной эпохи.

Проблема транзитивности и волатильности современного мира

Здесь необходимо кратко остановиться на самой идее подобной социально-экономической и политической волатильности. Уже более четверти века данное явление описывается при помощи различных акронимов, как раз и содержащих в себе характеристики современных нелинейных и турбулентных миров. Изначально был предложен акроним VUCA, который и по сей день является наиболее распространенным. Расшифровка акронима следующая: V = Volatility (неустойчивость), U = Uncertainty (неопределенность), C = Complexity (сложность), A = Ambiguity (неоднозначность).

Позже появились и другие модели, описывающие современный нелинейный мир. Они добавили новые характеристики, несколько обогатили дескриптивную сторону изучения интересующего нас явления. Такими моделями выступили BANI, TACI, SHIVA и некоторые другие. Так, например, американскому футурологу Д. Кашию акроним VUCA показался устаревшим, и он предложил свой вариант описания сегодняшнего мира – BANI. Расшифровка следующая: B = Brittle (хрупкий), A = Anxious (тревожный), N = Nonlinear (нелинейный), I = Incomprehensible (непостижимый).

Как мы видим, на сцену снова выходит проблема информационной перегрузки в качестве неизбежного побочного эффекта экономико-политических трансформаций, а также частых, резких и запутанных изменений в области технологии и культуры. Именно эта неизбежность и обуславливает преимущество «совладающих» стратегий социального познания перед традиционными способами последовательной и планомерной работы с социальной информацией [Юрченко 2023].

Новые формулировки, по мнению некоторых аналитиков, более удачно описывают актуальную ситуацию, но качества от бизнеса и людей требуют тех же: гибкости, эмпатии, умения сотрудничать. Именно поэтому принципиальных отличий в этих акронимах мы не наблюдаем, более поздние термины являются лишь расширенными трактовками изначального. В этой связи мы в рамках данной работы будем рассматривать их как синонимы.

Еще одним понятием, описывающим изменчивость современного мира, является транзитивность. Е.М. Дубовская выделяет три

основных подхода к его пониманию. Первый связан с трактовкой транзитивности как переходного этапа общественного развития. Второй определяется как множественность и неопределенность социально-экономических изменений. Третий раскрывает это понятие как характеристику нового типа социально-экономических отношений. Анализируя различные подходы к определению транзитивности, Е.М. Дубовская приходит к выводу о двух главных ее признаках: динамичности изменений и множественности вариантов социальной структуры [Дубовская 2014]. Т.Д. Марцинковская рассматривает транзитивность как смену веков, изменение картины мира и появление нового технологического пространства. Она отмечает, что ситуация транзитивности наиболее актуальна для молодежи [Марцинковская 2015]. Ею выделены текучая и жесткая транзитивность. Первая связана с медленным, но постоянным изменением многих аспектов жизни. Вторая является кризисной, требующей от людей жизнестойкости и эмоциональной устойчивости в периоды шоковых изменений общества [Марцинковская 2018]. Транзитивность общества является неотъемлемой частью эстетической парадигмы исследования психологии повседневности [Марцинковская, Хорошилов 2023].

Проблема стабильности социального познания

Вернемся к дискуссионному вопросу об устаревании существующих схем научного и прикладного изучения социального познания. Несомненно, в этом тезисе есть некоторый резон. Ведь мир действительно крайне динамичен и волатилен. То, что релевантно сегодня, уже завтра может не вписаться в новую канву мироустройства. Вместе с тем, исследуя социальное познание и поведение, современные ученые могут легко впасть и в иллюзию уникальности всего происходящего в постиндустриальную эпоху. Несколько самонадеянно утверждать, что мы имеем дело с глобальными изменениями человеческой психики как таковой. Веками люди рассуждали приблизительно одинаково, законы и природа социальных взаимодействий и конфликтов оставались неизменными.

Поэтому нашей позицией в рамках данной статьи выступает признание того, что несмотря на вышеизложенные качественные отличия стратегий социального познания в современном постиндустриальном обществе, основные «ядерные» принципы конструирования индивидом социальной реальности остаются неизменными, изменения же претерпевает лишь набор приемов социального познания.

В этой связи интересно обратиться к свежему опыту зарубежных исследователей. Ученые из США А. Мastroianni и Д. Гилберт на основе масштабного эмпирического исследования пришли к выводу о том, что распространенное суждение о падении нравов в XXI веке является иллюзией. Моральные нормы, согласно данным авторов, остаются неизменными на протяжении уже почти сотни лет, несмотря на существенные общественно-политические трансформации. Самое интересное, что константой в данном исследовании выступает даже не сама общественная мораль, а представление респондентов о ней [Mastroianni, Gilbert 2023].

Таким образом, исследуя стратегии социального познания современной молодежи в условиях «VUCA-мира», мы надеемся пройти «между Сциллой и Харибдой», в равной степени учитывая как основные закономерности классических когнитивных теорий, так и неповторимые особенности новых форматов взаимодействия с социальной информацией, да и самой этой информации как таковой.

Исходя из вышеизложенного, мы можем со всей уверенностью констатировать, что современный «цифровой» человек ровно так же, как и люди предыдущих эпох, вынужден конструировать собственную реальность, создавая новое из известного. Подобное «бытовое творчество» предполагает, по выражению С.Л. Рубинштейна, «анализирование и синтезирование»⁴. Таким образом, познающий субъект формирует собственные в известном смысле уникальные «ментальные модели» (термин П. Сенге), и этот процесс напоминает скорее не ответ учеником выученного урока у доски, а процесс создания романа писателем или спектакля режиссером [Сенге 2018; Мелибрда 1986]. Вместе с тем мы не можем не признать и существенное ограничение подобной «повседневной режиссуры», накладываемое как раз особенностями современного волатильного мироустройства. Суть этого ограничения вытекает как из законов функционирования когнитивных процессов человеческой психики в целом, так и из обозначенных нами выше особенностей социального познания современного члена цифрового общества.

Д. Майерс в этой связи отмечает, что наш разум обладает впечатляющей способностью обрабатывать информацию, а возможности мозга в применении к автоматическому, эвристическому и интуитивному мышлению поистине неисчерпаемы. Несмотря на то, что мозг крайне пластичен, а когнитивные способности человека весьма адаптивны, нам приходится расплачиваться за

⁴ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2009. 713 с.

это определенными познавательными ошибками. Поскольку мы, как правило, не подозреваем, что в наши размышления вкралась ошибка, то порой попадаем в ситуации, при которых формируем и поддерживаем ложные убеждения.

Во-первых, мы часто переоцениваем свои суждения. Этот феномен чрезмерной самоуверенности отчасти проистекает из того, что нам гораздо легче представить себе причины, по которым мы можем быть правы, чем причины, по которым можем ошибаться. К тому же люди гораздо более склонны к поиску информации, подтверждающей их убеждения, чем к поиску сведений, опровергающих их. Во-вторых, когда нам рассказывают какую-либо забавную информацию или даже абсолютно бесполезные, но занятные данные, мы нередко упускаем весьма важные моменты. Отчасти это связано с тем, что впоследствии легче вспоминается живая, яркая информация, поскольку когнитивно она более доступна. В-третьих, нас часто вводят в заблуждение иллюзорные взаимосвязи и личный контроль. Трудно не поддаться искушению и не увидеть корреляции там, где их нет и в помине, или пытаться контролировать случайные события [Майерс 2011].

Стратегии социального познания

Подводя итог сказанному, обратимся к основным стратегиям социального познания, выделенным учеными⁵. Первую стратегию принято называть стратегией «Рациональный человек». В данном случае основой познания является поиск соответствия, упорядоченности. В такой стратегии основной упор делается на формальное соответствие, при этом эмоциональная составляющая игнорируется, все ментальные усилия направлены только на оперирование доводами и аргументами. Вторая стратегия называется стратегией «Наивного психолога». Это стратегия обычного члена общества, которая полагается на наличие некоторого сцепления черт в окружающих. Такой «наивный психолог» постоянно «достраивает» образ воспринимаемого, опираясь на устойчивые и удобные стереотипы. Третья стратегия получила название «Производитель данных». Такой человек формирует суждения в соответствии с порядком предъявления информации. К концу списка внимание ослабевает, и информация выстраивается по определенному «рейтингу». Внимание рассеивается, и значительная часть информации просто не усваивается. Четвертая стратегия известна как «Когнитивный

⁵ Хьюстон М., Штрёбе В. Указ. соч.

скряга». Такая стратегия характерна «экономностью» суждений, в памяти удерживается только наиболее доступное. Используется только знакомое, простое, понятное, минимизируются ситуации сопоставления, верификации информации, умозаключений, логических построений. Информация используется в легкодоступном, «быстрорастворимом» виде. И, наконец, пятая стратегия получила название «Когнитивно-аффективная». В своих суждениях индивид, применяющий данную стратегию, в основном ориентируется на эмоции, не действует по логике, а опирается на текущие психические состояния. Мы можем наблюдать, что в существующих условиях информационного «белого шума» все большее количество людей вынуждены использовать стратегии «Наивного психолога» и «Когнитивного скряги». Такие стратегии как раз и являются защитными стратегиями социального познания, которые вольно и невольно применяются в социальном и организационном контексте для того, чтобы просто спасти психику от перегрузки и сохранить работоспособность.

Особое значение в этой связи приобретают процессы атрибуции, стереотипизации и когнитивные искажения, точнее, когнитивные копинг-стратегии⁶. В условиях информационных перегрузок и постоянной борьбы со всепроникающим информационным «белым шумом» человек вынужден выбирать достаточно примитивные стратегии социального познания, пользоваться доступными и легкими в использовании «коробочными стереотипами» и «на автопилоте» тиражировать в своем сознании наиболее распространенные эвристики.

В одном из своих выступлений В.Е. Спиваковский рассматривал процессы каузальной атрибуции и стереотипизации в контексте профессиональных сообществ. Был сформулирован следующий тезис: недоверие к профессиональным сообществам зачастую возникает на базе отсутствия достоверных знаний и осознанных выводов. Вот здесь-то на первый план и выступают такие процессы, как каузальная атрибуция и стереотипизация. Говоря простыми словами, каузальная атрибуция – это приписывание причин поведения другому человеку в ситуации отсутствия знаний об истинных причинах. Стереотипизация, опять же простыми словами, это в нашем контексте склонность «грести всех под одну гребенку», причем точно так же, в ситуации отсутствия истинного знания. Именно поэтому в контексте профессиональных сообществ очень важно информировать, разъяснять, привлекать внимание к проверенной информации, побуждать делать собственные выводы.

⁶ Андреева Г.М. Психология социального познания...

В противном случае возрастает вероятность и соблазн стать жертвами каузальной атрибуции и стереотипизации профессионального сообщества⁷.

Своего рода «противоядием» от выхолащенных способов социального познания в процессе профессиональной социализации может выступить концепция самообучающихся организаций [Сенге 2018; Арджирис 2004]. Для молодых специалистов этот подход может стать проводником в пространство осознанных схем вхождения в социальную реальность и формирования собственного уникального мировоззрения, свободного от «быстрорастворимых» форм мышления и примитивных эвристик. Во главу угла в данной концепции авторы ставят способность к обучению и самообучению. Развитию этой способности может помешать ряд факторов, непосредственно связанных с копинг-стратегиями социального познания. П. Сенге выделяет семь «ингибиторов» осознанного мировосприятия современных специалистов в организационном контексте [Сенге 2018]. Рассмотрим подробно каждый из них.

1. «Я – это моя работа». Компании поощряют лояльность сотрудников до такой степени, что те начинают воспринимать свою работу как часть персональной идентичности. Большинство людей видят себя внутри системы, повлиять на которую не в состоянии. В результате зону своей ответственности они ограничивают рамками своей должности. И в этом тоже проявляется защитная стратегия социального познания, но уже в организационном контексте. Следовательно, когда сотрудники сконцентрированы лишь на своих обязанностях, у них не формируется чувство ответственности за конечный результат, который получается при взаимодействии. Более того, в случае неудовлетворительных результатов никто не понимает, почему так вышло.

2. «Синдром внешнего врага». В тех случаях, когда результат не соответствует ожиданиям, люди склонны ошибочно приписывать неудачи внешним обстоятельствам. Невозможность найти ресурсы внутри системы порождает неспособность к обучению в дальнейшем.

3. «Иллюзия контроля». Часто сотрудники ведут себя реактивно и начинают действовать только тогда, когда ситуация выходит из-под контроля. Такие подходы негативно сказываются на способности системно мыслить и просчитывать стратегии поведения и последствия своих действий.

4. «Концентрация на событиях». Ориентация только на сиюминутные события и новости без возможности делать системные

⁷ Воронина Н. Сессия для лидеров // Учительская газета. 2023. № 9. URL: <https://ug.ru/sessiya-dlya-liderov/> (дата обращения 12 февраля 2024).

выводы о долгосрочных тенденциях. Если вводить организационный контекст, то очевидно, что компания не может реализовать непрерывное обучение, если мышление ее сотрудников опирается на краткосрочные события. Непосредственное реагирование на события атрофирует навыки созидания.

5. «Эффект вареной лягушки». Современные люди часто работают в очень быстром ритме познания. У них нет возможности обращать внимание на постепенные процессы, которые во многих случаях могут нести наибольшую угрозу. Поэтому, подобно лягушке в кастрюле, они могут «свариться» незаметно для себя.

6. «Иллюзия обучения на основе опыта». Современные люди все реже могут прогнозировать последствия своих действий в отдаленном будущем. В организационном контексте сегодня наступила эпоха «непосредственного реагирования», поэтому экстраполяция отдаленных во времени эффектов не приживается и выглядит неуместной. Поэтому и анализ наиболее серьезных проблем в компании, комплексных вопросов, затрагивающих несколько функциональных подразделений одновременно, не проводится в принципе.

7. «Миф об управленческой команде». Часто для поддержания иллюзии слаженности команды подавляются проявления инакомыслия. Поэтому из поля зрения выпадают свежие идеи и перспективные подходы. В социальной психологии этот феномен называют «группомыслием»⁸. Это как раз тот случай, когда единому духу важнее качества принимаемого группой решения, что может привести к весьма плачевным последствиям.

Все эти «ингибиторы» социального познания в организационном и социальном контексте как раз и выступают механизмом деградации когнитивных процессов до процессов «совладания». По мнению К. Арджириса, адекватным решением этой проблемы может быть лишь кропотливая работа по устранению факторов, мешающих индивидуальному развитию сотрудников, способная превратить организацию в постоянно развивающийся организм [Арджирис 2004]. Дополняя эту мысль, П. Сенге выделил пять способов развития осознанной работы с социальной информацией в организационном контексте [Сенге 2018]. Рассмотрим эти способы подробно.

1. Совершенствование личности. Это дисциплина человеческих устремлений, охватывающая формулирование результатов, к которым больше всего стремятся люди (личное видение будущего), и реалистичную оценку сложившегося положения вещей (того,

⁸ *Андреева Г.М.* Социальная психология: Учеб. для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальности «Психология». М.: Аспект Пресс, 2014. 360 с.

что они имеют в действительности). Обучение искусству создания «творческого напряжения» между мечтой и реальностью повышает качество принимаемых решений и помогает достигать большего на выбранных направлениях.

2. «Ментальные модели». Это дисциплина размышления и исследования, нацеленная на достижение более точного понимания тех установок и восприятий, которые влияют на мышление и поступки людей. Постоянное размышление о внутренних картинах мира, их обсуждение и оценка помогают людям с большей определенностью управлять своими действиями и решениями.

3. Общее видение. Это коллективная дисциплина. Она учит людей воспитывать в себе чувство преданности группе или организации, чему служат достижение общего представления о желаемом будущем, а также формализация объединяющих коллектив принципов деятельности, которая должна привести их в это общее будущее.

4. Групповое обучение. Это дисциплина взаимодействия в коллективе. Постигая искусство ведения диалога и дискуссий, группа открывает доступ к коллективному мышлению, учится мобилизовать энергию и деятельность членов коллектива для достижения общих целей, развивая при этом синергический эффект, когда групповые знания и способности превышают сумму индивидуальных талантов ее членов.

5. Системное мышление. Эта дисциплина дает возможность людям лучше осознать свою взаимосвязанность в ситуациях стабильности и изменений, учит управлять силами, определяющими последствия их действий. В основе системного мышления лежит теория динамики сложных систем, позволяющая понять закономерности их внутреннего развития. Освоение таких инструментов и методов, как системные архетипы, обучающие лаборатории и моделирование, помогает постичь науку управления этими системами, учит действовать в большей согласии с изменениями природы и общества.

Заключение и основные выводы

Нам представляется, что эти «пять дисциплин» могут выступать руководством к действию для современных молодых специалистов на пути преодоления ограничений социального познания, накладываемых реалиями «VUCA-мира». Описанные методы осознанной работы с социальной информацией, безусловно, верны не только для организационного контекста, но могут распространяться и на более широкий социальный контекст. Создавая системы развития

персонала, наставничества и управления знаниями в компаниях и корпорациях, собственники и управленцы могут вполне осознанно опираться на культивирование непрерывного «творческого напряжения», выводя невольные ставших «когнитивными скрягами» сотрудников из зоны комфорта привычных копинг-стратегий социального познания.

При этом структурированию информационного «белого шума», который как раз и запускает стратегии «совладания» с социальной информацией, может помочь культивирование в организациях системного мышления. Формирование общего видения запустит процессы трансляции правильных ментальных моделей, что в свою очередь станет залогом непрерывного осознанного группового обучения, самообучения и передачи опыта, когнитивно сложных и разнообразных привычек уже не защиты, а планомерной и последовательной работы с социальной информацией. Все это в совокупности может стать мощным инструментарием преодоления процессов выхолащивания социального познания. Совершенствование личности, заявленное в качестве «первой дисциплины», как раз и жидется в первую очередь на формировании осознанной привычки к конструктивной работе с социальной информацией. Именно такой осознанный подход позволит современным молодым специалистам формировать собственные уникальные «ментальные модели» – творчески переосмысленные логические и эмпирические умозаключения и имплицитные теории, которые рождаются не только в результате усвоения и воспроизведения социальной информации, но и критического ее переосмысления, кросс-верификации и целенаправленного дискурсивного общения. Надеемся, что популяризация подобных подходов, предпринятая в том числе и в рамках настоящей работы, будет способствовать поэтапному и планомерному возвращению процессов психического отражения (выражаясь терминами П.Я. Гальперина) к их изначальной функции – стать ориентировочной основой осмысленной, системной и творчески обогащенной индивидуальной и совместной деятельности [Гальперин 2008].

Литература

- Арджирис 2004 – *Арджирис К.* Организационное научение. М.: Инфра-М, 2004. 562 с.
- Аронсон 2006 – *Аронсон Э.* Общественное животное. Введение в социальную психологию. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. 416 с.
- Басов 2020 – *Басов М.Я.* Личность и профессия. Воля как предмет функциональной психологии. СПб.: Питер, 2020. 224 с.

- Безручко 2021 – *Безручко П.С.* Практики регулярного менеджмента: Управление исполнением. Управление командой. М.: Альпина Паблишер, 2021. 368 с.
- Бергер, Лукман 1995 – *Бергер П., Лукман Т.* Социальное конструирование реальности. М.: Медиум, 1995. 323 с.
- Гальперин 2008 – *Гальперин П.Я.* Психология как объективная наука: избранные психологические труды / Под ред. А.И. Подольского. М.; Воронеж: Изд-во Московского психолого-социального ин-та: МОДЭК, 2008. 480 с.
- Гусельцева 2025 – *Гусельцева М.С.* Изменение представлений о социализации в связи с трансформациями современности // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2025. № 1. С. 10–35.
- Донцов и др. 2002 – *Донцов А.И., Дубовская Е.М., Жуков Ю.М.* Группа – коллектив – команда. Модели группового развития // Социальная психология в современном мире / Под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. М.: Аспект Пресс, 2002. С. 96–115.
- Деминг 2022 – *Деминг У.* Выход из кризиса. Новая парадигма управления людьми, системами и процессами. М.: Альпина Паблишер, 2022. 419 с.
- Дубовская 2014 – *Дубовская Е.М.* Транзитивность общества как фактор социализации личности // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 36. С. 7–14.
- Лебедев-Любимов 2003 – *Лебедев-Любимов А.Н.* Психология рекламы. СПб.: Питер, 2003. 368 с.
- Майерс 2011 – *Майерс Д.* Социальная психология. СПб.: Питер, 2011. 800 с.
- Марцинковская 2015 – *Марцинковская Т.Д.* Современная психология – вызовы транзитивности // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 42. С. 1–10.
- Марцинковская 2018 – *Марцинковская Т.Д.* Новая эстетика транзитивности // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 61. С. 12–20.
- Марцинковская, Хорошилов 2023 – *Марцинковская Т.Д., Хорошилов Д.А.* Психология социального познания: перспективы развития в изменяющемся обществе // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2023. Т. 13. № 1. С. 12–23.
- Мелибрда 1986 – *Мелибрда Е. Я* – Ты – Мы. М.: Прогресс, 1986. 256 с.
- Мид 1988 – *Мид М.* Культура и мир детства. М.: Наука, 1988. 429 с.
- Сенге 2018 – *Сенге П.* Пятая дисциплина: Искусство и практика самообучающихся организаций. М.: МИФ, 2018. 496 с.
- Спиваковский 2012 – *Спиваковский В.Е.* Рефлексия профессиональной позиции как фактор успешности трудовой деятельности // Развитие личности. 2012. № 2. С. 152–166.
- Юрченко 2023 – *Юрченко Н.И.* Обзор статьи Jamais Cascio “Facing the Age of Chaos” // Новые психологические исследования. 2023. № 4. С. 131–140.
- Mastroianni, Gilbert 2023 – *Mastroianni A.M., Gilbert D.T.* The Illusion of Moral Decline // Nature. 2023. № 618. P. 782–789.
- McKinley 2007 – *McKinley W.* Managing knowledge in organization studies through instrumentation // Organization. 2007. Vol. 14. № 1. P. 123–146.

References

- Argyris, K. (2004), *Organizatsionnoe nauchenie* [On organizational learning], Infra-M, Moscow, Russia.
- Aronson, E. (2006), *Obshchestvennoe zhivotnoe. Vvedeniye v sotsial'nuju psikhologiju* [The Social animal. Introduction to Social Psychology], Prime-EVROZNAK, St. Petersburg, Russia.
- Basov, M.Ya. (2020), *Lichnost i professiya. Volya kak predmet funktsional'noi psikhologii* [Personality and profession. Will as a subject of functional psychology], Piter, St. Petersburg, Russia.
- Bezruchko, P.S. (2021), *Praktiki regul'yarnogo menegzmenta: Upravlenie ispolneniem. Upravlenie komandoi* [Regular management practices: Performance management. Team management], Alpina Publisher, Moscow, Russia.
- Berger, P. and Luckmann, Th. (1995), *Sotsial'noe konstruirovaniye real'nosti* [The Social construction of reality], Medium, Moscow, Russia.
- Dontsov, A.I., Dubovskaya, E.M. and Zhukov, Yu.M. (2002), "Group – collective – team. Group development models", in Andreeva, G.M. and Dontsov, A.I. (eds.), *Sotsial'naya psikhologiya v sovremennom mire* [Social psychology in the modern world], Aspekt Press, Moscow, Russia, pp. 96–115.
- Deming, W.E. (2022), *Vykhod iz krizisa. Novaya paradigma upravleniya ljud'mi, sistemami i protsessami* [Out of the crisis. A new paradigm for managing people, systems and processes], Alpina Publisher, Moscow, Russia.
- Dubovskaya, E.M. (2014), "Transitive society as a factor of personality socialization", *Psychological Studies*, vol. 7, no. 36, pp. 7–14.
- Galperin, P.Ya. (2008), *Psikhologiya kak objektivnaya nauka: izbrannyye psikhologicheskie trudy* [Psychology as an objective science: selected psychological works], Podolskii, A.I. (ed.), Izd-vo Moskovskogo psikhologo-sotsial'nogo instituta, MODEK, Moscow, Voronezh, Russia.
- Guseltseva, M.S. (2025), "Changing ideas about socialization in connection with the transformations of modernity", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 1, pp. 10–35.
- Lebedev-Lyubimov, A.N. (2003), *Psikhologiya reklamy* [Psychology of advertising], Piter, St. Petersburg, Russia.
- Martsinkovskaya, T.D. (2015), "Modern psychology – challenges of transitivity", *Psychological Studies*, vol. 8, no. 42, pp. 1–10.
- Martsinkovskaya, T.D. (2018), "The New aesthetics of transitivity", *Psychological Studies*, vol. 11, no. 61, pp. 12–20.
- Martsinkovskaya, T.D. and Khoroshilov, D.A. (2023), "The psychology of social cognition: development in a changing society", *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, vol. 13, no. 1, pp. 12–23.
- Mastroianni, A.M. and Gilbert, D.T. (2023), "The illusion of moral decline", *Nature*, no. 618, pp. 782–789.

- McKinley, W. (2007), "Managing Knowledge in Organization Studies Through Instrumentation", *Organization*, vol. 14, no. 1, pp. 123–146.
- Mead, M. (1988), *Kul'tura i mir detstva* [Culture and the world of childhood], Nauka, Moscow, Russia.
- Melibruda, E. (1986), *Ya – Ty – My* [Me – You – Us], Progress, Moscow, Russia.
- Myers, D. (2011), *Sotsial'naya psikhologiya* [Social Psychology], Piter, St. Petersburg, Russia.
- Senge, P. (2018), *Pyataya distsiplina* [The fifth discipline. The Art and Practice of the Learning Organization], MIF, Moscow, Russia.
- Spivakovsky, V.E. (2012), "Reflection of professional position as a factor of successful work activity", *Development of Personality*, no. 2, pp. 152–166.
- Yurchenko, N.I. (2023), "Review of James Cascio's article 'In the face of the Age of Chaos'", *New Psychological Research*, no. 4, pp. 131–140.

Информация об авторах

Андрей С. Моисеев, кандидат психологических наук, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 6;

Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва, Россия; 125167, Россия, Москва, Ленинградский пр., д. 49/2; asmoiseev@fa.ru

Валентин Е. Спиваковский, кандидат психологических наук, Московский институт психоанализа, Москва, Россия; 121170, Россия, Москва, Кутузовский пр., д. 34, стр. 14; valentinspivakovski@gmail.com

Information about the authors

Andrey S. Moiseev, Cand. of Sci. (Psychology), Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6/6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047;

Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia; bld. 49/2, Leningradsky Avenue, Moscow, Russia, 125167; asmoiseev@fa.ru

Valentin E. Spivakovsky, Cand. of Sci. (Psychology), Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia; bld. 14/34, Kutuzovsky Avenue, Moscow, Russia, 121170; valentinspivakovski@gmail.com

Эмпирические исследования

УДК 159.9

DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-50-71

Опухолеассоциированные психологические и социодемографические факторы дистресса у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохирургию

Юлия Ю. Пенцак

*Научно-исследовательский институт скорой помощи
имени Н.В. Склифосовского,*

*Московский государственный психолого-педагогический университет,
Москва, Россия, pentsakyy@sklif.mos.ru*

Алла Б. Холмогорова

*Научно-исследовательский институт скорой помощи
имени Н.В. Склифосовского,*

*Московский государственный психолого-педагогический университет
Москва, Россия, kholmogorovaab@yandex.ru*

Ольга Л. Евдокимова

*Научно-исследовательский институт скорой помощи
имени Н.В. Склифосовского*

Москва, Россия, evdokimovaol@sklif.mos.ru

Андрей А. Гринь

*Научно-исследовательский институт скорой помощи
имени Н.В. Склифосовского*

Москва, Россия, greenaa@sklif.mos.ru

Аннотация. В статье представлено исследование влияния психологических и социодемографических факторов на уровень дистресса, связанного с заболеванием, у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохирургию. Делается предположение, что дистресс у пациентов с церебральной менингиомой определяется комплексом взаимосвязанных психологических и социодемографических факторов, включающих возраст, симптомы посттравматического стресса, уровень тревожности, симптомы депрессии, руминативное мышление и наличие стрессогенных событий в анамнезе, при этом часть эффектов опосредована медиаторными механизмами. В исследовании приняли участие 91 пациент с бессимптомной церебральной менингиомой диаметром ≤ 2 см, направленных на стереотаксическую радиохирургию. Выявлены медиаторные

© Пенцак Ю.Ю., Холмогорова А.Б., Евдокимова О.Л., Гринь А.А., 2026

эффекты: влияние руминаций на дистресс опосредовано симптомами ПТСР (89,4%), склонность к соматосенсорной амплификации опосредована личностной тревожностью (90,85%), влияние возраста опосредовано ситуативной тревожностью (54,4%). Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что дистресс, связанный с заболеванием, у пациентов с церебральной менингиомой определяется комплексом психологических и социодемографических факторов, которые опосредуют друг друга и связаны в сложную систему. Это обосновывает необходимость дифференцированного индивидуального психологического сопровождения данной категории пациентов с учетом выявленных факторов риска.

Ключевые слова: церебральная менингиома, стереотаксическая радиохирurgia, дистресс, посттравматический стресс, психологические факторы, психологическая помощь

Для цитирования: Пенцак Ю.Ю., Холмогорова А.Б., Евдокимова О.Л., Гринь А.А. Опухлеассоциированные психологические и социодемографические факторы дистресса у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохирurgia // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 50–71. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-50-71

Tumor-associated psychological and sociodemographic distress factors in patients with cerebral meningioma undergoing stereotactic radiosurgery

Yuliya Yu. Pentsak

*Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine,
Moscow State University of Psychology and Education
Moscow, Russia, pentsakyy@sklif.mos.ru*

Alla B. Kholmogorova

*Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine,
Moscow State University of Psychology and Education
Moscow, Russia, kholmogorovaab@yandex.ru*

Olga L. Evdokimova

*Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine,
Moscow, Russia, evdokimovaol@sklif.mos.ru*

Andrey A. Grin

*Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine
Moscow, Russia, greenaa@sklif.mos.ru*

Abstract. The article presents a study on the influence of psychological and socio-demographic factors on the level of illness-related distress in patients

with cerebral meningioma undergoing stereotactic radiosurgery. It is hypothesized that distress in patients with cerebral meningioma is determined by a complex of interrelated psychological and socio-demographic factors, including age, post-traumatic stress symptoms, anxiety level, depressive symptoms, ruminative thinking, and a history of stressful events, with some of the effects mediated by mediator mechanisms. The study involved 91 patients with asymptomatic cerebral meningioma (diameter ≤ 2 cm) referred for stereotactic radiosurgery. Mediator effects were identified: the influence of rumination on distress is mediated by PTSD symptoms (89,4%), the tendency towards somatosensory amplification is mediated by trait anxiety (90,85%), and the influence of age is mediated by state anxiety (54,4%). The obtained results allow us to conclude that illness-related distress in patients with cerebral meningioma is determined by a complex of psychological and socio-demographic factors that mediate each other and are interconnected in a complex system. This justifies the need for differentiated individual psychological support for this category of patients, taking into account the identified risk factors.

Keywords: cerebral meningioma, stereotactic radiosurgery, distress, post-traumatic stress, psychological factors, psychological help

For citation: Pentsak, Yu.Yu., Kholmogorova, A.B., Evdokimova, O.L. and Grin, A.A. (2026), "Tumor-associated psychological and sociodemographic distress factors in patients with cerebral meningioma undergoing stereotactic radiosurgery", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 2, pp. 50–71, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-50-71

Введение: постановка проблемы

Церебральная менингиома (ЦМ) является наиболее распространенной опухолью центральной нервной системы, составляющей около 30% всех первичных внутричерепных новообразований [Wiemels et al. 2010]. Постановка данного диагноза может стать психотравмирующим фактором для пациентов, вызывая различные эмоциональные реакции от тревоги до выраженной депрессии [Тарабрина и др. 2010].

Исследования показывают, что пациенты с доброкачественными опухолями головного мозга испытывают значительный психологический дистресс, сопоставимый с пациентами со злокачественными новообразованиями [Fehrenbach et al. 2021; Goebel et al. 2011]. Особое внимание уделяется роли когнитивных факторов в формировании дистресса. Руминативное мышление рассматривается как важный предиктор эмоциональной дезадаптации [Nolen-Hoeksema et al. 2008]. Соматосенсорная амплификация –

склонность к фиксации внимания на соматических ощущениях, постоянный мониторинг не только четко локализованных в теле, но и диффузных телесных ощущений – также может влиять на субъективное переживание заболевания, усиливая дистресс [Нелюбина и др. 2024; Barsky et al. 1988].

В предыдущих исследованиях было показано, что у пациентов с ЦМ отмечаются симптомы эмоциональной дезадаптации (ЭД) разной степени выраженности [Kalasauskas et al. 2021; Pettersson-Segerlind et al. 2022; Menlibayeva et al. 2024; Пенцак и др. 2025a]. Важным фактором, потенциально влияющим на уровень ЭД, являются предшествующие стрессогенные события (СГС) в жизни человека [Тарабрина, Хожуев 2015; Пенцак и др. 2025b].

Стереотаксическая радиохирurgia (СРХ) является минимально инвазивным методом лечения ЦМ небольшого размера (до 3 см в диаметре) и представляет собой альтернативу традиционному нейрохирургическому вмешательству [Sheehan et al. 2013]. Однако сама процедура и ожидание результатов лечения могут усугублять ЭД пациентов [Williams et al. 2019].

Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью более глубокого понимания факторов, влияющих на дистресс, связанный с постановкой диагноза ЦМ и ее лечением, что позволит разработать эффективные программы психологического сопровождения данной категории пациентов.

Цель исследования – оценить влияние психологических и социодемографических факторов на уровень дистресса, связанного с заболеванием, у пациентов с ЦМ, проходящих СРХ.

Гипотеза исследования – дистресс у пациентов с ЦМ определяется комплексом взаимосвязанных психологических и социодемографических факторов, включающих возраст, симптомы посттравматического стресса (ПТС), уровень тревожности, симптомы депрессии, руминативное мышление и наличие стрессогенных событий в анамнезе, при этом часть эффектов опосредована медиаторными механизмами.

Материалы и методы

Работа основана на анализе результатов психологической диагностики пациентов с ЦМ перед проведением СРХ в Центре радиохирургии ГБУЗ «НИИ СП им. Н.В. Склифосовского ДЗМ».

Критерии включения:

- диагноз церебральной менингиомы, подтвержденный МРТ с контрастным усилением;

- бессимптомное течение заболевания;
- диаметр опухоли ≤ 2 см;
- показания к проведению СРХ;
- функциональный статус по шкале Карновского 80–100 баллов;
- отсутствие когнитивного снижения (MMSE ≥ 28 баллов);
- срок постановки диагноза не менее трех месяцев;
- подписанное информированное согласие.

Критерии исключения:

- наличие сопутствующих первичных и вторичных опухолей ЦНС;
- доминирующие неопухолевые заболевания ЦНС;
- выраженные когнитивные нарушения;
- острые психические расстройства;
- отказ от участия в исследовании.

Всеми пациентами было подписано информированное согласие. Исследовались все пациенты без специализированных назначений консультации психолога, что обеспечивает репрезентативность выборки.

По результатам сбора анамнеза, магнитно-резонансной томографии головного мозга с контрастным усилением, оценки неврологического и соматического статусов в исследование был включен 91 пациент. Обобщенная характеристика выборки по социодемографическим показателям представлена в табл. 1.

Как видно из таблицы, выборка имеет нормальное распределение по основным социо-демографическим признакам, за исключением пола, что согласуется с данными статистики заболеваний – менингиомы чаще встречаются у женщин, чем у мужчин [Wiemels et al. 2010].

Для оценки уровня ЭД использовали следующий комплекс методик:

1. Модифицированная методика «Градусник дистресса» Дж. Холланда – субъективная оценка уровня стресса, связанного с менингиомой.

2. Posttraumatic Stress Disorder Checklist (PCL-5) в русскоязычной адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами – для оценки выраженности симптомов посттравматического стресса (ПТС).

3. Шкала депрессии А. Бека в русскоязычной адаптации Н.В. Тарабриной – оценка выраженности симптомов депрессии, которые являются одним из ключевых компонентов эмоциональной дезадаптации.

4. Шкала тревожности Спилбергера–Ханина – оценка уровня личностной (ЛТ) тревожности и ситуативной тревожности (СТ). СТ измерялась накануне прохождения СРХ и сразу после процедуры.

Таблица 1

Характеристика выборки
по социодемографическим показателям

Характеристика		Кол-во (чел.)	Процент (%)	p-value*	
Возраст (по ВОЗ)	Средний возраст (мин.-макс.)	58 (27–85)		0,735	Одно- выборочный Колмогорова– Смирнова
	Молодой и средний	44	48	0,835	
	Пожилой	47	52		
Пол	Женщины	83	91	<0,001*	Одно- выборочный биноми- нальный
	Мужчины	8	9		
Занятость	Работает	47	52	0,791	
	Безработный	44	48		
Образование	Высшее	49	54	0,529	
	Среднее специальное	42	46		
Семейное положение	Одинок	40	44	0,596	
	В браке	51	56		
Объем выборки		91	100		

Примечание: * – различия значимы на уровне $p < 0,05$.

Для диагностики факторов эмоциональной дезадаптации:

1. Опросник руминативного мышления (RRS) в русскоязычной адаптации О.Д. Пуговкиной, А.Б. Холмогоровой, А.Д. Сырковщиной, М.А. Истомина – оценка склонности к застреванию на повторяющихся неприятных мыслях и воспоминаниях.

2. Опросник соматосенсорной амплификации (SAS) в русскоязычной адаптации А.А. Золотарёвой 2024 г. – оценка склонности расценивать соматические и висцеральные ощущения как интенсивные, вредные, фиксироваться на них.

Клиническая беседа проходила в формате полуструктурированного интервью согласно разработанной нами анкете, куда были включены социодемографические данные, включая стрессогенные события (СГС) жизни, вопросы, связанные с отношением к ситуации заболевания и субъективной оценки ограничений, накладываемых заболеванием.

Использованы следующие методы математической статистики: описательная статистика для представления количественных характеристик исследуемых показателей в выборке; проверка на нормальность распределения критерий Колмогорова–Смирнова для определения типа распределения данных и выбора соответствующих статистических критериев; иерархическая линейная регрессия с пошаговым (Stepwise) и принудительным (Enter) включением – выявить информативный набор статистически значимых социодемографических факторов для построения оптимальной модели с минимальной мультиколлинеарностью для и комплексной оценки вклада всех психологических факторов в уровень дистресса с целью оценки их совместного влияния; анализ медиация для выявления опосредованного влияния переменных.

Компьютерная обработка результатов проводилась в программах Excel и IBM SPSS Statistics 23. Достоверными считали данные при $p < 0,05$.

Результаты

Для выявления предикторов дистресса, связанного с заболеванием, была проведена иерархическая линейная регрессия, результаты которой представлены в табл. 2. Модель объясняет 42,7% дисперсии дистресса ($R^2 = 0,427$, $F(9,8) = 8,29$, $p < 0,001$).

Главными предикторы дистресса являются тяжесть симптомов ПТС ($p = 0,024$), ситуативная тревожность накануне операции ($p = 0,002$) и уровень депрессии ($p = 0,035$).

Среди социодемографических факторов (категориальные переменные) значимым оказалось наличие СГС в жизни пациентов ($p = 0,017$), однако их влияние перекрывается действием других факторов в конечной модели ($p = 0,813$). Полученные результаты говорят о важности учета предшествующего психотравмирующего опыта, но их вклад уменьшается при учете психологических переменных.

Таблица 2

Иерархическая линейная регрессия
с пошаговым и принудительным включением переменных
(N = 91)

Предиктор	β (станд.)	p-value	Интерпретация
Наличие СГС	0,253	0,017	Увеличивает дистресс (модель 1)
Ситуативная тревожность накануне СРХ	0,495	0,002	Наибольший вклад: увеличение на 0,107 балла дистресса при росте тревожности на 1
Симптомы ПТС	0,309	0,024	Каждый балл ПТСР повышает дистресс на 0,05
Симптомы депрессии	0,285	0,035	Положительная связь
Возраст	-0,121	0,177	Слабая тенденция к снижению дистресса с возрастом
Личностная тревожность	0,089	0,491	Незначимый эффект
Соматосенсорная амплификация (ССА)	0,081	0,404	Незначимый эффект
Руминаций	0,057	0,680	Не влияет
Наличие СГС	0,024	0,813	В Модели 2 эффект перекрывается другими факторами и становится незначимым

Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонняя).

Незначимыми факторами дистресса оказались руминативное мышление, личностная тревожность и соматосенсорная амплификация (ССА), которые не влияют на дистресс ($p > 0,05$). Однако несмотря на то, что регрессионный анализ не выявил их значимости как предикторов, корреляционный анализ показал значимые связи дистресса с руминациями ($r = 0,368$, $p = 0,01$), личностной тревожностью (ЛТ) ($r = 0,398$, $p = 0,01$), соматосенсорной амплификацией ($r = 0,208$, $p = 0,05$), возрастом ($r = -0,296$, $p = 0,004$) (табл. 3).

Таблица 3

Влияние психологических факторов на дистресс
(корреляционный анализ)

		Дистресс	ССА	Руминации	ЛТ
Дистресс	Р – Спирмена	1	,208*	,368**	,398**
	Знч. (2-сторон)		,048	,000	,000
ССА	Р – Спирмена	,208*	1	,390**	,487**
	Знч. (2-сторон)	,048		,000	,000
Руминации	Р – Спирмена	,368**	,390**	1	,669**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000		,000
ЛТ	Р – Спирмена	,398**	,487**	,669**	1
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	
Возраст	Р – Спирмена	–,296**	–,138	–,103	–,092
	Знч. (2-сторон)	,004	,193	,333	,383

Примечания: * – корреляция значима на уровне 0,05 (двусторонняя);

** – корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторон.).

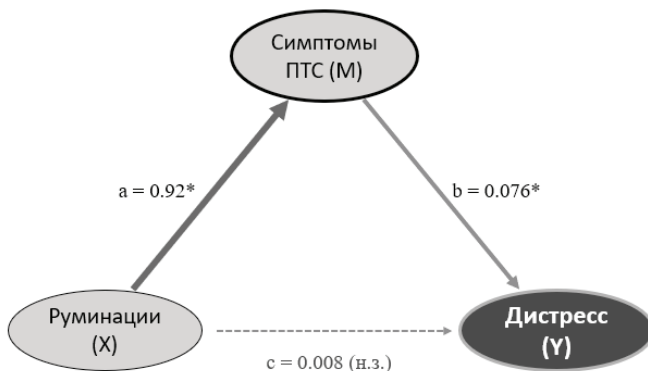
Вероятно, влияние данных психологических факторов опосредуется другими факторами или значимо только на определенных уровнях других факторов или проявляется в сочетании с определенными условиями. Это подчеркивает комплексную природу дистресса, где отдельные психологические факторы взаимодействуют в своей предсказательной силе. Такой результат типичен для психологических исследований и указывает на необходимость более сложного моделирования взаимодействий между переменными.

Это стало основанием для проверки влияния данных предикторов через другие переменные. Для выявления опосредованных (медиаторных) эффектов был проведен анализ медиаций.

1. Исследование влияния руминаций на дистресс через симптомы ПТС

Анализ медиаций выявил полное опосредование (89,4% эффекта) влияния руминаций на дистресс через симптомы ПТС ($K\bar{\epsilon} = 0,070$, $p < 0,001$). Прямой эффект руминаций оказался незначимым ($\beta = 0,008$, $p = 0,762$), что подтверждает ключевую роль

симптомов ПТС в данном механизме. Медиационная модель влияния руминативного мышления на дистресс через симптомы ПТС представлена на рис. 1.



Косвенный эффект ($a \times b$) = 0,07* [95% ДИ: 0.029, 0.110]

* при $p < 0,001$; н.з. – не значимо

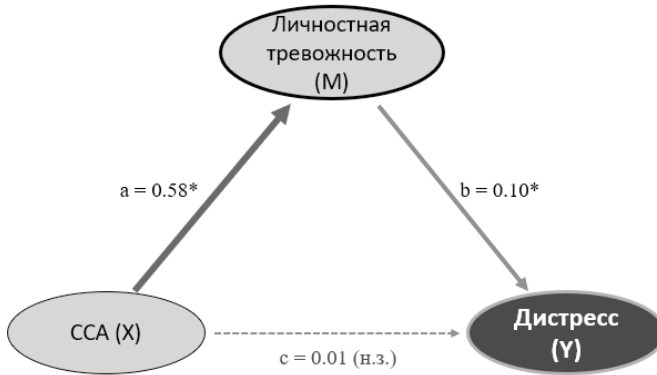
89,4% общего эффекта опосредовано через «симптомы ПТС»

Рис. 1. Медиационная модель
«Влияние руминативного мышления на дистресс
через симптомы ПТС»

Полученные результаты подтверждают, что руминативное мышление способствует росту дистресса преимущественно за счет усиления симптомов посттравматического стресса.

2. Исследование влияния соматосенсорной амплификации (ССА) на дистресс через личностную тревожность (ЛТ)

Также анализ медиаций выявил полное опосредование (90,85% эффекта) влияния соматосенсорной амплификации на дистресс через личностную тревожность ($КЭ = 0,056$, $p < 0,001$). Прямой эффект ССА оказался незначимым ($\beta = 0,006$, $p = 0,863$), что подтверждает роль ЛТ в данном механизме. Медиационная модель влияния ССА на дистресс через ЛТ представлена на рис. 2.



Косвенный эффект ($a \times b$) = 0,056* [95% ДИ: 0,019, 0,093]

* при $p < 0,001$; н.з. – не значимо

90,85% общего эффекта опосредовано через личностную тревожность

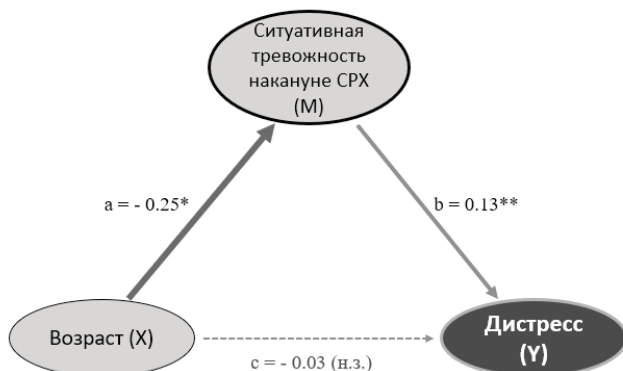
*Рис. 2. Медиационная модель
«Влияние соматосенсорной амплификации на дистресс
через личностную тревожность»*

Полученные результаты подтверждают, что соматосенсорная амплификация способствует росту дистресса преимущественно за счет увеличения личностной тревожности.

3. Влияние возраста на дистресс через ситуативную тревожность (СТ)

Анализ медиаций выявил значимое частично опосредованное влияние возраста на дистресс через ситуативную тревожность накануне СРХ (54,4% эффекта). Пожилые пациенты демонстрируют более низкий уровень тревожности перед радиохирургией ($\beta = -0,25$, $p = 0,007$), что способствует снижению дистресса ($\beta = 0,13$, $p < 0,001$). Медиационная модель влияния возраста на дистресс через ситуативную тревожность накануне СРХ представлена на рис. 3.

Неопосредованный компонент (45,6%) требует дальнейшего изучения, включая анализ физиологических и социальных факторов. Результаты подчеркивают необходимость дифференцированного подхода к подготовке пациентов разных возрастных групп.



Косвенный эффект ($a \times b$) = -0.032^* [95% ДИ: $-0.056, -0.007$]

* при $p < 0,01$; ** при $p < 0,001$; н.з. – не значимо

54,4% общего эффекта опосредовано через ситуативную тревожность накануне СРХ

Рис. 3. Медиационная модель
«Влияние возраста на дистресс
через ситуативную тревожность накануне СРХ»

Обсуждение результатов

Полученные результаты подтверждают сложную структуру факторов, определяющих дистресс и его выраженность у пациентов с церебральной менингиомой. Наши данные согласуются с исследованием R. Maurer с соавторами, показавшим возникновение коморбидных психических расстройств в течение года после диагностики опухоли у 16% пациентов с нелечеными менингиомами [Maurer et al. 2020].

Выявленная роль симптомов ПТС ($\beta = 0,309, p = 0,024$) в формировании дистресса у исследованных пациентов с доброкачественной опухолью оболочек головного мозга сопоставима с данными исследований онкологических пациентов. Систематический обзор M. Smith с соавторами показал, что симптомы ПТСР встречаются у 3–35% пациентов с различными типами опухолей в зависимости от стадии заболевания [Smith et al. 1999]. В исследовании Фехренбаха с коллегами показано, несмотря на то что пациенты со злокачественными опухолями головного мозга демонстрируют более высокий уровень выраженности симптомов ПТСР по сравнению с пациентами с доброкачественными опухо-

лями, статистически значимые различия между группами отсутствуют [Fehrenbach et al. 2021].

Особенно важным представляется вывод о том, что руминативное мышление влияет на дистресс исключительно через усиление симптомов ПТС (89,4% опосредованного эффекта). Это подтверждает данные о том, что навязчивое обдумывание травматического события поддерживает и усиливает посттравматические симптомы [Ehlers, Clark 2000]. Руминации в данном случае – это и есть один из трех ключевых симптомов ПТСР – навязчивый возврат к неприятным травмирующим воспоминаниям. Общая склонность к руминативному мышлению может повышать риск ПТСР, но данное положение можно проверить только в лонгитюдном исследовании.

Ситуативная тревожность накануне СРХ показала наибольший вклад в дистресс ($\beta = 0,495$, $p = 0,002$), что соответствует данным Т. Williams с соавторами, которые в выборке из 184 пациентов с менингиомами обнаружили значительное снижение тревожности после успешного хирургического лечения [Williams et al. 2019]. Исследование Wagner с соавторами также подтверждает высокий уровень предоперационной тревожности у пациентов с доброкачественными опухолями мозга [Wagner et al. 2019].

Интересным является обнаруженный медиаторный эффект личностной тревожности в связи между соматосенсорной амплификацией и дистрессом (90,85% эффекта). Это согласуется с концепцией А.Г. Barsky о том, что соматосенсорная амплификация повышает общую тревожность, которая, в свою очередь, усиливает субъективные переживания [Barsky, Silbersweig 2023].

Выявленный *эффект возраста* ($\beta = -0,121$) частично опосредован через снижение ситуативной тревожности (54,4% эффекта). Это соответствует данным А. Mainio с соавторами, показавшим, что пожилые пациенты с опухолями мозга демонстрируют лучшую психологическую адаптацию к заболеванию [Mainio et al. 2005], а молодые нейроонкологические пациенты чаще сообщают о страхе прогрессирования [Goebel, Mehdorn 2019]. Российские исследования также подтверждают возрастные различия в реагировании на медицинские процедуры [Холмогорова и др. 2021].

Значимость *депрессивных симптомов* как предиктора дистресса ($\beta = 0,285$, $p = 0,035$) подтверждается в исследовании G. Pelletier, где показана значительная роль симптомов депрессии в снижении качества жизни пациентов с опухолями мозга [Pelletier et al. 2002]. Д. Калясаускас с соавторами обнаружили, что выраженность симптомов депрессии остается стабильно высокой как у оперированных, так и у консервативно наблюдаемых пациентов с менингиомами [Kalasauskas et al. 2021].

Наличие *стрессогенных событий* в анамнезе показало значимый вклад в дистресс ($\beta = 0,253$, $p = 0,017$), что согласуется с моделью диатез-стресса в онкопсихологии. Исследование М. Cordova продемонстрировало, что предшествующие травматические события увеличивают риск развития ПТСР у онкологических пациентов [Cordova et al. 2017]. Российские данные также показывают важность предшествующего травматического опыта в формировании посттравматических реакций [Тарабрина, Хожуев 2015]. Однако полученные нами результаты указывают на то, что влияние СГС перекрывается действием других факторов ($p = 0,813$). Полученные результаты говорят не только о важности учета предшествующего психотравмирующего опыта, но и об учете психологических особенностей пациентов.

Особенно важным представляется выявление *медиаторных механизмов*, объясняющих, каким образом различные факторы влияют на дистресс. Полное опосредование влияния руминаций через симптомы ПТС (89,4%) подтверждает когнитивную модель посттравматического стресса [Ehlers, Clark 2000]. Руминации являются одной из составляющих симптомов посттравматического стрессового расстройства и проявляются навязчивыми воспоминаниями и повторяющимися кошмарами, связанными с травматичным событием [Beck et al. 2023].

Медиаторная роль личностной тревожности в связи между соматосенсорной амплификацией и дистрессом (90,85%) соответствует когнитивной модели тревожных расстройств, согласно которой усиленное внимание к телесным ощущениям активирует «тревожные схемы» [Beck, Clark 1997]. Современные исследования показывают взаимовлияние эмоционального дистресса и соматосенсорной амплификации у онкологических пациентов [Matsuda et al. 2024] и указывают на опосредствующее влияние соматосенсорной амплификации на связь между страхом рецидива опухоли и симптомами тревожно-депрессивного состояния [Bitan et al. 2025].

Наши результаты хорошо согласуются с международными исследованиями качества жизни у пациентов с менингиомами. Е. Kasper с соавторами в своем исследовании показали, что 28,6% пациентов с хирургическим лечением и 50% пациентов под наблюдением испытывают симптомы тревоги от легкой до тяжелой степени [Kasper et al. 2022]. Распространенность депрессивных симптомов в их исследовании составила 7,14 и 6,25% соответственно, что близко к нашим данным.

Таким образом, использование анализа медиаций позволило выявить скрытые механизмы влияния психологических факто-

ров на дистресс, что подтверждает актуальность комплексного изучения факторов психологического благополучия в клинике радиохирургии.

На основе полученных результатов можно сформулировать следующие *практические рекомендации*:

1. Скрининг факторов риска: обязательное выявление стрессогенных событий в анамнезе и оценка склонности к руминативному мышлению при первичной консультации.

2. Дифференцированный подход: учет возрастных особенностей при планировании психологического сопровождения – молодые пациенты требуют более интенсивной работы с предоперационной тревожностью.

3. Выявленные симптомы посттравматического стресса как центрального звена в патогенезе дистресса и опосредующие его паттерны руминативного мышления и соматосенсорной амплификации позволяют определить приоритетные направления работы при последующем психологическом сопровождении пациентов.

Ограничения. Исследование имеет ряд ограничений, к которым следует отнести отсутствие данных о долгосрочной динамике психоэмоционального состояния пациентов после прохождения СРХ, что не позволяет оценить устойчивость выявленных закономерностей. Кроме того, эпидемиологические особенности заболевания (преобладание женщин) ограничивает возможности анализа гендерных различий.

Заключение

Наше исследование показало, что дистресс у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохирургию, определяется комплексом взаимосвязанных психологических и социодемографических факторов. Ключевыми предикторами являются симптомы ПТСР, ситуативная тревожность, депрессивные симптомы, а также наличие стрессогенных событий в анамнезе.

Особое значение имеют выявленные медиаторные механизмы: влияние руминативного мышления опосредовано симптомами посттравматического стресса, соматосенсорной амплификации – личностной тревожностью, а возраста – ситуативной тревожностью. Использование с помощью анализа медиаций позволяет выявить скрытые механизмы влияния психологических факторов на дистресс и подтверждает актуальность комплексного изучения факторов психологического благополучия у больных с ЦМ, направленными на СРХ. Эти данные обосновывают необходи-

мость дифференцированного подхода в сопровождении данной категории пациентов.

Результаты исследования могут быть использованы для разработки протоколов психологического скрининга и целенаправленных интервенций у пациентов с ЦМ, что будет способствовать улучшению качества жизни и снижению эмоциональной дезадаптации в данной популяции пациентов.

Выводы

1. Дистресс у пациентов с церебральной менингиомой определяется комплексом психологических факторов, включающих симптомы ПТСР ($\beta = 0,309$, $p = 0,024$), ситуативную тревожность накануне операции ($\beta = 0,495$, $p = 0,002$), депрессивные симптомы ($\beta = 0,285$, $p = 0,035$) и наличие стрессогенных событий в анамнезе ($\beta = 0,253$, $p = 0,017$). Модель предикторов дистресса объясняет 42,7% дисперсии ($R^2 = 0,427$).

2. Руминативное мышление влияет на дистресс исключительно через усиление симптомов ПТС (89,4% опосредованного эффекта, $p < 0,001$), что указывает на ключевую роль посттравматических реакций в механизмах эмоциональной дезадаптации.

3. Соматосенсорная амплификация повышает дистресс через увеличение личностной тревожности (90,85% опосредованного эффекта, $p < 0,001$), подтверждая значимость тревожного компонента в восприятии заболевания.

4. Возраст пациентов оказывает защитный эффект на дистресс частично через снижение ситуативной тревожности (54,4% опосредованного эффекта, $p < 0,001$), что обосновывает необходимость дифференцированного подхода к подготовке пациентов разных возрастных групп.

5. Выявленные медиаторные механизмы определяют конкретные мишени психологического вмешательства и обосновывают необходимость комплексного подхода к психологическому сопровождению пациентов с ЦМ.

Литература

Нелюбина и др. 2024 – *Нелюбина А.С., Когония Л.М., Батрак А.И.* Толерантность к ситуации неопределенности и совладание с болезнью у одиноких и семейных пациентов, страдающих онкологическим заболеванием // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2024. № 1. С. 124–137.

- Пенцак и др. 2025a – *Пенцак Ю.Ю., Холмогорова А.Б., Евдокимова О.Л., Гринь А.А.* Уровень эмоциональной дезадаптации у пациентов с церебральными менингиомами на этапе подготовки к стереотаксической радиохирургии // Журнал им. Н.В. Склифосовского «Неотложная медицинская помощь». 2025. № 14 (3). С. 578–585.
- Пенцак и др. 2025b – *Пенцак Ю.Ю., Холмогорова А.Б., Евдокимова О.Л., Гринь А.А.* Влияние предшествующего психотравмирующего опыта на эмоциональную дезадаптацию у пациентов с церебральной менингиомой, проходящих стереотаксическую радиохирургию // Клиническая и специальная психология. 2025. № 14 (4). С. 19–38.
- Тарабрина и др. 2010 – *Тарабрина Н.В., Ворона О.А., Курчакова М.С., Падун М.А., Шаталова Н.Е.* Онкопсихология. Посттравматический стресс у больных раком молочной железы. М.: Институт психологии РАН, 2010. 175 с.
- Тарабрина, Хажуев 2015 – *Тарабрина Н.В., Хажуев И.С.* Посттравматический стресс и защитно-совладающее поведение у населения, проживающего в условиях длительной чрезвычайной ситуации // Экспериментальная психология. 2015. № 8 (3). С. 215–226.
- Холмогорова и др. 2021 – *Холмогорова А.Б., Рахманина А.А., Суроегина А.Ю., Микита О.Ю., Петриков С.С., Рой А.П.* Психическое здоровье и профессиональное выгорание врачей-ординаторов во время пандемии COVID-19: ситуационные и психологические факторы // Консультативная психология и психотерапия. 2021. № 29 (2). С. 9–47.
- Barsky et al. 1988 – *Barsky A.J., Goodson J.D., Lane R.S., Cleary P.D.* The amplification of somatic symptoms // Psychosomatic medicine. 1988. № 50 (5). P. 510–519.
- Barsky, Silbersweig 2023 – *Barsky A.J., Silbersweig D.A.* The Amplification of Symptoms in the Medically Ill // Journal of general internal medicine. 2023. № 38 (1). P. 195–202.
- Beck, Clark 1997 – *Beck A.T., Clark D.A.* An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes // Behaviour research and therapy. 1997. № 35 (1). P. 49–58.
- Beck et al. 2023 – *Beck S., Whitaker K., Croyley M.* Is rumination associated with psychological distress after a cancer diagnosis? A systematic review // Journal of psychosocial oncology. 2023. № 41 (5). P. 584–609.
- Bitan et al. 2025 – *Bitan S., Daches S., Hasson-Ohayon I.* Somatosensory amplification and psychological distress in cancer survivors: the mediating role of fear of cancer recurrence // Health psychology and behavioral medicine. 2025. № 13 (1). Art. 2525184. URL: <https://doi.org/10.1080/21642850.2025.2525184> (дата обращения 25 ноября 2025).
- Cordova et al. 2017 – *Cordova M.J., Riba M.B., Spiegel D.* Post-traumatic stress disorder and cancer // The lancet. Psychiatry. 2017. № 4 (4). P. 330–338.
- Ehlers, Clark 2000 – *Ehlers A., Clark D.M.* A cognitive model of posttraumatic stress disorder // Behaviour research and therapy. 2000. № 38 (4). P. 319–345.
- Fehrenbach et al. 2021 – *Fehrenbach M.K., Brock H., Mehnert-Theuerkauf A., Meixensberger J.* Psychological Distress in Intracranial Neoplasia: A Comparison of Patients

- With Benign and Malignant Brain Tumours // *Frontiers in Psychology*. 2021. № 12. Art. 664235. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.664235> (дата обращения 23 ноября 2025).
- Goebel, Mehdorn 2019 – *Goebel S., Mehdorn H.M.* Fear of disease progression in adult ambulatory patients with brain cancer: prevalence and clinical correlates // *Supportive Care in Cancer*. 2019. Vol. 27. P. 3521–3529.
- Goebel et al. 2011 – *Goebel S., Stark A.M., Kaup L., von Harscher M., Mehdorn H.M.* Distress in patients with newly diagnosed brain tumours // *Psycho-oncology*. 2011. Vol. 20 (6). P. 623–630.
- Kalasauskas et al. 2021 – *Kalasauskas D., Keric N., Abu Ajaj S., von Cube L., Ringel F., Renovanz M.* Distress and quality of life do not change over time in patients with operated and conservatively managed intracranial meningioma // *Acta neurochirurgica*. 2021. № 163 (12). P. 3417–3424.
- Kasper et al. 2022 – *Kasper G., Hart S., Samuel N., Fox C., Das S.* Anxiety and depression in patients with intracranial meningioma: a mixed methods analysis // *BMC psychology*. 2022. Vol. 10. № 93. URL: <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00797-6> (дата обращения 15 октября 2025).
- Mainio et al. 2005 – *Mainio A., Hakko H., Niemelä A., Koivukangas J., Räsänen P.* Depression and functional outcome in patients with brain tumors: a population-based 1-year follow-up study // *Journal of neurosurgery*. 2005. № 103 (5). P. 841–847.
- Matsuda et al. 2024 – *Matsuda Y., Hasuo H., Narita K., Matsuoka H., Morita R., Kiuuchi D., Ikari T., Hori T., Okazaki K., Sakai K., Aiki S., Okabayashi H., Oyamada S., Ariyoshi K., Tokoro A., Fukunaga M.* Relationship between dyspnoea and related factors in patients with cancer: a cross-sectional study // *BMJ supportive & palliative care*. 2024. № 13 (e3). P. 1126–1132. URL: <https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2021-003484> (дата обращения 15 октября 2025).
- Maurer et al. 2020 – *Maurer R., Daggubati L., Ba D.M., Liu G., Leslie D., Goyal N., Zacharia B.E.* Mental health disorders in patients with untreated meningiomas: an observational cohort study using the nationwide MarketScan database // *Neuro-oncology practice*. 2020. № 7 (5). P. 507–513.
- Menlibayeva et al. 2024 – *Menlibayeva K., Nurimanov C., Nuradilov S., Akshulakov S.* Study of the stress in adults diagnosed with meningioma: Insights from a tertiary neurosurgical hospital // *Cancer reports*. 2024. № 7 (7). URL: <https://doi.org/10.1002/cnr2.2105> (дата обращения 12 ноября 2025).
- Nolen-Hoeksema et al. 2008 – *Nolen-Hoeksema S., Wisco B.E., Lyubomirsky S.* Rethinking Rumination // *Perspectives on psychological science: a journal of the Association for Psychological Science*. 2008. № 3 (5). P. 400–424.
- Pelletier et al. 2002 – *Pelletier G., Verhoef M.J., Khatri N., Hagen N.* Quality of life in brain tumor patients: the relative contributions of depression, fatigue, emotional distress, and existential issues // *Journal of neuro-oncology*. 2002. № 57 (1). P. 41–49.
- Pettersson-Segerlind et al. 2022 – *Pettersson-Segerlind J., Fletcher-Sandersjö A., von Vogelsang A.C., Persson O., Linder L.K.B., Förander P., Mathiesen T., Edström E., Elmi-Terander A.* Long-Term Follow-Up, Treatment Strategies, Functional Out-

- come, and Health-Related Quality of Life after Surgery for WHO Grade 2 and 3 Intracranial Meningiomas // *Cancers*. 2022. Vol. 14 (20). 21 p. URL: <https://doi.org/10.3390/cancers14205038> (дата обращения 3 декабря 2025).
- Sheehan et al. 2013 – *Sheehan J.P., Starke R.M., Mathieu D., Young B., Sneed P.K., Chiang V.L., Lee J.Y., Kano H., Park K.J., Niranjana A., Kondziolka D., Barnett G.H., Rush S., Golfinos J.G., Lunsford L.D.* Gamma Knife radiosurgery for the management of nonfunctioning pituitary adenomas: a multicenter study // *Journal of Neurosurgery*. 2013. Vol. 119 (2). P. 446–456.
- Smith et al. 1999 – *Smith M.Y., Redd W.H., Peyser C., Vogl D.* Post-traumatic stress disorder in cancer: a review // *Psycho-oncology*. 1999. № 8 (6). P. 521–537.
- Wagner et al. 2019 – *Wagner A., Shibana Y., Lange N., Joerger A.K., Hoffmann U., Meyer B., Shibana E.* The relevant psychological burden of having a benign brain tumor: a prospective study of patients undergoing surgical treatment of cranial meningiomas // *Journal of neurosurgery*. 2019. № 131 (6). P. 1840–1847.
- Wiemels et al. 2010 – *Wiemels J., Wrensch M., Claus E.B.* Epidemiology and etiology of meningioma // *Journal of neuro-oncology*. 2010. № 99 (3). P. 307–314.
- Williams et al. 2019 – *Williams T., Brechin D., Muncer S., Mukerji N., Evans S., Anderson N.* Meningioma and mood: exploring the potential for meningioma to affect psychological distress before and after surgical removal // *British journal of neuro-surgery*. 2019. № 33 (4). P. 383–387.

References

- Barsky, A.J., Goodson, J.D., Lane, R.S. and Cleary, P.D. (1988), “The amplification of somatic symptoms”, *Psychosomatic Medicine*, no. 50 (5), pp. 510–519.
- Barsky, A.J. and Silbersweig, D.A. (2023), “The Amplification of Symptoms in the Medically Ill”, *Journal of General Internal Medicine*, no. 38 (1), pp. 195–202.
- Beck, A.T. and Clark, D.A. (1997), “An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes”, *Behaviour Research and Therapy*, no. 35 (1), pp. 49–58.
- Beck, S., Whitaker, K. and Cropley, M. (2023), “Is rumination associated with psychological distress after a cancer diagnosis? A systematic review”, *Journal of Psychosocial Oncology*, no. 41 (5), pp. 584–609.
- Bitan, S., Daches, S. and Hasson-Ohayon, I. (2025), “Somatosensory amplification and psychological distress in cancer survivors: the mediating role of fear of cancer recurrence”, *Health Psychology and Behavioral Medicine*, no. 13 (1), art. 2525184, available at: <https://doi.org/10.1080/21642850.2025.2525184> (Accessed 25 November 2025).
- Cordova, M.J., Riba, M.B. and Spiegel, D. (2017), “Post-traumatic stress disorder and cancer. The lancet”, *Psychiatry*, no. 4 (4), pp. 330–338.
- Ehlers, A. and Clark, D.M. (2000), “A cognitive model of posttraumatic stress disorder”, *Behaviour Research and Therapy*, no. 38 (4), pp. 319–345.
- Fehrenbach, M.K., Brock, H., Mehnert-Theuerkauf, A. and Meixensberger, J. (2021), “Psychological Distress in Intracranial Neoplasia: A Comparison of Patients With

- Benign and Malignant Brain Tumours”, *Frontiers in Psychology*, no. 12, art. 664235, available at: <https://doi.10.3389/fpsyg.2021.664235> (Accessed 23 November 2025).
- Goebel, S. and Mehdorn, H.M. (2019), “Fear of disease progression in adult ambulatory patients with brain cancer: prevalence and clinical correlates”, *Supportive Care in Cancer*, no. 27, pp. 3521–3529.
- Goebel, S., Stark, A.M., Kaup, L., von Harscher, M. and Mehdorn, H.M. (2011), “Distress in patients with newly diagnosed brain tumours”, *Psycho-oncology*, no. 20 (6), pp. 623–630.
- Kalasauskas, D., Keric, N., Abu Ajaj, S., von Cube, L., Ringel, F. and Renovanz, M. (2021), “Distress and quality of life do not change over time in patients with operated and conservatively managed intracranial meningioma”, *Acta neurochirurgica*, no. 163 (12), pp. 3417–3424.
- Kasper, G., Hart, S., Samuel, N., Fox, C. and Das, S. (2022), “Anxiety and depression in patients with intracranial meningioma: a mixed methods analysis”, *BMC psychology*, vol. 10, no. 93, available at: <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00797-6> (Accessed 15 October 2025).
- Kholmogorova, A.B., Rachmanina, A.A., Suroegin, A.Yu., Mikita, O.Yu., Petrikov, S.S. and Roy, A.P. (2021), “Mental health and professional burnout of resident doctors during the COVID-19 pandemic: situational and psychological factors”, *Consultative Psychology and Psychotherapy*, no. 29 (2), pp. 9–47.
- Mainio, A., Hakko, H., Niemelä, A., Koivukangas, J. and Räsänen, P. (2005), “Depression and functional outcome in patients with brain tumors: a population-based 1-year follow-up study”, *Journal of Neurosurgery*, no. 103 (5), pp. 841–847.
- Matsuda, Y., Hasuo, H., Narita, K., Matsuoka, H., Morita, R., Kiuchi, D., Ikari, T., Hori, T., Okazaki, K., Sakai, K., Aiki, S., Okabayashi, H., Oyamada, S., Ariyoshi, K., Tokoro A. and Fukunaga, M. (2024), “Relationship between dyspnoea and related factors in patients with cancer: a cross-sectional study”, *BMJ Supportive & Palliative Care*, no. 13 (e3), pp. 1126–1132, available at: <https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2021-003484> (Accessed 15 October 2025).
- Maurer, R., Daggubati, L., Ba, D.M., Liu, G., Leslie, D., Goyal, N. and Zacharia, B.E. (2020), “Mental health disorders in patients with untreated meningiomas: an observational cohort study using the nationwide MarketScan database”, *Neuro-Oncology Practice*, no. 7 (5), pp. 507–513.
- Menlibayeva, K., Nurimanov, C., Nuradilov, S. and Akshulakov, S. (2024), “Study of the stress in adults diagnosed with meningioma: Insights from a tertiary neurosurgical hospital”, *Cancer Reports*, no. 7 (7), available at: <https://doi.org/10.1002/cnr2.2105> (Accessed 12 November 2025).
- Neliubina, A.S., Kogoniya, L.M., Batrak, A.I. (2024), “Tolerance to uncertainty and coping in single and family patients suffering from cancer”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 1, pp. 124–137.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E. and Lyubomirsky, S. (2008), “Rethinking Rumination”, *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, no. 3 (5), pp. 400–424.

- Pelletier, G., Verhoef, M.J., Khatri, N. and Hagen, N. (2002), "Quality of life in brain tumor patients: the relative contributions of depression, fatigue, emotional distress, and existential issues", *Journal of Neuro-Oncology*, no. 57 (1), pp. 41–49.
- Pentsak, Yu.Yu., Kholmogorova, A.B., Evdokimova, O.L. and Grin, A.A. (2025), "The Level of Emotional Dysadaptation in Patients with Cerebral Meningiomas at the Stage of Preparation for Stereotactic Radiosurgery", *Russian Sklifosovsky Journal "Emergency Medical Care"*, no. 14 (3), pp. 578–585.
- Pentsak, Yu.Yu., Kholmogorova, A.B., Evdokimova, O.L. and Grin, A.A. (2025), "The effect of previous traumatic experiences on emotional maladaptation in patients with cerebral meningioma undergoing stereotactic radiosurgery", *Clinical Psychology and Special Education*, no. 14 (4), pp. 19–38.
- Pettersson-Segerlind, J., Fletcher-Sandersjö, A., von Vogelsang, A.C., Persson, O., Linder, L.K.B., Förander, P., Mathiesen, T., Edström, E. and Elmi-Terander A. (2022), "Long-Term Follow-Up, Treatment Strategies, Functional Outcome, and Health-Related Quality of Life after Surgery for WHO Grade 2 and 3 Intracranial Meningiomas", *Cancers*, vol. 14 (20), art. 5038, 21 p., available at: <https://doi.org/10.3390/cancers14205038> (Accessed 3 December 2025).
- Sheehan, J.P., Starke, R.M., Mathieu, D., Young, B., Sneed, P.K., Chiang, V.L., Lee, J.Y., Kano, H., Park, K.J., Niranjana, A., Kondziolka, D., Barnett, G.H., Rush, S., Golfinos, J.G. and Lunsford, L.D. (2013), "Gamma Knife radiosurgery for the management of nonfunctioning pituitary adenomas: a multicenter study", *Journal of Neurosurgery*, vol. 119 (2), pp. 446–456.
- Smith, M.Y., Redd, W.H., Peyser, C. and Vogl, D. (1999), "Post-traumatic stress disorder in cancer: a review", *Psycho-Oncology*, no. 8 (6), pp. 521–537.
- Tarabrina, N.V., Vorona, O.A., Kurchakova, M.S., Padun, M.A. and Shatalova, N.E. (2010), *Onkopsihologiya. Posttravmaticheskii stress u bol'nykh rakom molochnoi zhelezy* [Oncopsychology. Post-traumatic stress in breast cancer patients], Institut of psikhologii RAN, Moscow, Russia.
- Tarabrina, N.V. and Khazhiev, I.S. (2015), "Post-traumatic stress and protective-coping behavior among the population living in conditions of prolonged emergency", *Experimental Psychology*, no. 8 (3), pp. 215–226.
- Wagner, A., Shiban, Y., Lange, N., Joerger, A.K., Hoffmann, U., Meyer, B. and Shiban, E. (2019), "The relevant psychological burden of having a benign brain tumor: a prospective study of patients undergoing surgical treatment of cranial meningiomas", *Journal of Neurosurgery*, no. 131 (6), pp. 1840–1847.
- Wiemels, J., Wrensch, M. and Claus, E.B. (2010), "Epidemiology and etiology of meningioma", *Journal of Neuro-Oncology*, no. 99 (3), pp. 307–314.
- Williams, T., Brechin, D., Muncer, S., Mukerji, N., Evans, S. and Anderson, N. (2019), "Meningioma and mood: exploring the potential for meningioma to affect psychological distress before and after surgical removal", *British Journal of Neurosurgery*, no. 33 (4), pp. 383–387.

Информация об авторе

Юлия Ю. Пенцак, Научно-исследовательский институт скорой помощи имени Н.В. Склифосовского, Москва, Россия; 129090, Россия, Москва, Б. Сухаревская пл., д. 3;

Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Россия; 127051, Россия, Москва, ул. Сретенка, д. 29, pentsakyy@sklif.mos.ru

Алла Б. Холмогорова, доктор психологических наук, профессор, Научно-исследовательский институт скорой помощи имени Н.В. Склифосовского, Москва, Россия; 129090, Россия, Москва, Б. Сухаревская пл., д. 3;

Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Россия; 127051, Россия, Москва, ул. Сретенка, д. 29, kholmogorova@yandex.ru

Ольга Л. Евдокимова, кандидат медицинских наук, Научно-исследовательский институт скорой помощи имени Н.В. Склифосовского, Москва, Россия; 129090, Россия, Москва, Б. Сухаревская пл., д. 3; liveryevna@yandex.ru

Андрей А. Гринь, доктор медицинских наук, профессор, Научно-исследовательский институт скорой помощи имени Н.В. Склифосовского, Москва, Россия; 129090, Россия, Москва, Б. Сухаревская пл., д. 3; grinaa@sklif.mos.ru

Information about the author

Yuliya Yu. Pentsak, Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine, Moscow, Russia; bld. 3, B. Sukharevskaya Square, Moscow, Russia, 129090;

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia; bld. 29, Sretenka Street, Moscow, Russia, 127051; pentsakyy@mgppu.ru

Alla B. Kholmogorova, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine, Moscow, Russia; bld. 3, B. Sukharevskaya Square, Moscow, Russia, 129090;

Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia; bld. 29, Sretenka Street, Moscow, Russia, 127051; kholmogorova@yandex.ru

Olga L. Evdokimova, Cand. of Sci. (Medicine), Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine, Moscow, Russia; bld. 3, B. Sukharevskaya Square, Moscow, Russia, 129090; liveryevna@yandex.ru

Andrey A. Grin, Dr. of Sci. (Medicine), professor, Sklifosovsky Institute for Emergency Medicine, Moscow, Russia; bld. 3, B. Sukharevskaya Square, Moscow, Russia, 129090; grinaa@sklif.mos.ru

Отношение к болезни у пациентов с последствиями инсультов и мозговых травм на разных этапах реабилитации

Анастасия Е. Вишнева

*Центр патологии речи и нейрореабилитации
Москва, Россия, nvishneva@mail.ru*

Аннотация. Работа посвящена изучению отношения к болезни и стратегий совладания у молодых пациентов (20–45 лет) с последствиями инсультов и черепно-мозговых травм на разных этапах реабилитации (от 2 месяцев до 8 лет). Для каждого реабилитационного периода выявлен адаптивный тип отношения к болезни, связанный с внутренним локусом контроля и осмысленностью жизни. На раннем этапе (до 0,5 года) это эргопатический тип. Поздний (0,5–1 год) – наиболее кризисный, со снижением адаптивных стратегий, с преобладанием тревожно-ипохондрических реакций и внешним локусом контроля. В резидуальном периоде (после 1 года) адаптивно гармоничное отношение, сочетающееся с активным совладанием. В отдаленном периоде (после 3 лет) адаптивной становится анозогнозия как осознанная стратегия для поддержания качества жизни вопреки ограничениям. Деадаптивный профиль характеризуется преобладанием тревожно-ипохондрических реакций, внешнего локуса контроля, низкой осмысленности жизни и непродуктивных стратегий совладания. Результаты подчеркивают необходимость поэтапной и дифференцированной психологической помощи, направленной на формирование адекватной самооценки, принятия ограничений, ответственной позиции и гибких разнообразных стратегий совладания.

Ключевые слова: этапы нейрореабилитации, психологическая реабилитация, отношение к болезни, стратегии совладания, осмысленность жизни

Для цитирования: Вишнева А.Е. Отношение к болезни у пациентов с последствиями инсультов и мозговых травм на разных этапах реабилитации // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 72–94. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-72-94

Attitudes towards illness in patients with consequences of strokes and brain injuries at different stages of rehabilitation

Anastasiya E. Vishneva

*Center for Speech Pathology and Neurorehabilitation
Moscow, Russia, nvishneva@mail.ru*

Abstract. The work is devoted to the study of the attitude to the disease and coping strategies in young patients (20–45 years old) with the consequences of strokes and traumatic brain injuries at different stages of rehabilitation (from 2 months to 8 years). For each rehabilitation period, an adaptive type of attitude to the disease was identified, which is associated with an internal locus of control and meaningfulness of life. At the early stage (up to 0,5 years), this is an ergonomic type. Late (0,5–1 year) is the most crisis, with a decrease in adaptive strategies, with a predominance of anxious-hypochondriac reactions and an external locus of control. In the residual period (after 1 year), an adaptive harmonious attitude is combined with active coping. In the remote period (after 3 years), anosognosia becomes adaptive as a conscious strategy to maintain the quality of life despite the limitations. A maladaptive profile is characterized by a predominance of anxious-hypochondriacal reactions, an external locus of control, low life meaning, and unproductive coping strategies.

Keywords: stages of neurorehabilitation, psychological rehabilitation, attitude toward illness, coping strategies, meaningfulness of life

For citation: Vishneva, A.E. (2026), “Transformation of attitudes towards Illness in patients with the aftereffects of strokes and brain injuries during rehabilitation”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 2, pp. 72–94, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-72-94

Ведение: постановка проблемы

Нейрореабилитация неврологических пациентов – это сложный комплекс восстановительных медицинских, медико-социальных и психолого-педагогических воздействий, содержание и интенсивность которых изменяется на разных этапах реабилитации [Шкловский 2015; Ермакова 2018]. В реабилитации пациентов с локальными патологиями головного мозга важное значение играет поэтапность, комплексность, адекватность, индивидуализация и непрерывность реабилитационных программ [Постнов и др. 2023]. Реабилитация осуществляется специалистами разного профиля, включенными в мультидисциплинарную реабилитаци-

онную бригаду. Однако ни одна самая комплексная программа реабилитации не даст должного эффекта без собственной правильной мотивации пациента. Поэтому в современной реабилитации особое внимание уделяется активности, мотивированности, формированию правильного запроса на реабилитацию от самого пациента¹ [Варако 2014].

На основании биологических возможностей организма (нейропластичности) выделяют разные этапы реабилитации [Гусев 2004; Кадыков и др. 2021]. Ранний реабилитационный период – до 6 месяцев после инсульта/травмы, характеризуется с одной стороны, наиболее интенсивным, спонтанным восстановлением нарушенных функций, с другой – выраженными психологическими переживаниями внезапно возникшей критической ситуации болезни, потерей целостности «Я» и самоидентичности [Ермакова 2018]. Это может сопровождаться депрессивными реакциями, раздражительностью, вербальной агрессией и отказом от сотрудничества со специалистами-реабилитологами. Следующий за ним поздний реабилитационный период (от 6 до 12 месяцев) характеризуется замедлением спонтанного восстановления, однако восстановительные возможности при подключении правильных реабилитационных программ и мотивированности самого пациента сохраняются на достаточно высоком уровне. На данном этапе возможны обострения межличностных отношений в семье и на работе, потеря привычного круга общения в связи с утратой/ограничением коммуникативных возможностей [Ермакова 2018]. Многим пациентам трудоспособного возраста приходится увольняться или менять работу по причине речевой или двигательной несостоятельности, получать инвалидность, что тяжело переживается пациентами. Резидуальный период (после 12 месяцев) характеризуется еще большим замедлением спонтанного восстановления, однако реабилитационные мероприятия в реабилитационных центрах продолжают, и эффективность их при правильной мотивации самого пациента достаточно высока [Селищев 2012; Дамулин, Екушева 2016]. В то же время по мере удаления от острой фазы заболевания происходит ослабление всех жизненно важных функций организма, снижается резистентность к соматическим заболеваниям и эмоциональным стрессам. На данном этапе основным фрустрирующим фактором у молодых пациентов является невозможность продолжения профессиональной деятельности в связи со стойкостью когнитивных и двигательных

¹ Цветкова Л.С. Нейропсихологическая реабилитация больных: Учеб. пособие. М.; Воронеж: Издат. дом Рос. акад. Образования; Моск. психол.-социал. ин-т, 2004. 420 с.

дефектов. Осознание этого воспринимается как крах жизненных планов и может приводить к невротическим, астено-депрессивным реакциям. Если на первых этапах реабилитации у пациентов есть иллюзия быстрого выздоровления (нивелирования последствий заболевания, возвращения на «доболлезненный уровень»), то после нескольких лет от начала заболевания формируется новая система ценностей, складывается определенный стиль отношения к болезни [Николаева 1987]. Некоторые авторы выделяют поздний резидуальный (отдаленный) реабилитационный период (более 2–3-х лет от начала заболевания). Акцент нейрореабилитации в отдаленном периоде смещается с активного восстановления на поддержание функционирования, улучшение качества жизни и самочувствия пациентов [Гусев 2004], профилактику обеднения двигательных возможностей и когнитивного снижения. Психологическое состояние пациентов характеризуется психологической стабильностью и выработанным определенным отношением к болезни. Отдаленный период реабилитации наименее изучен, особенно с точки зрения психологической реабилитации.

Инсульт или черепно-мозговая травма – это стрессовое событие, имеющее пролонгированный и трудно контролируемый характер течения, сопровождающееся рядом когнитивных, двигательных, коммуникативных ограничений [Вишнева 2025]. Эффективность адаптации к заболеванию зависит не столько от объективных факторов (тяжести, угрозы жизни), сколько от личностных особенностей заболевшего человека, от гибкости и разнообразия способов совладания [Григорьева, Тхостов 2009]. Личность и заболевание взаимно преломляются, происходит психологическая переработка случившегося, придание особого смысла, использование разных стратегий совладания на разных этапах заболевания [Анциферова 1994]. По содержанию и динамике отношения к болезни на разных этапах реабилитации можно судить о постепенном изменении жизненной позиции пациента, о «присвоении» им определенной роли – от анозогностической до ипохондрической и меланхолической, и прогнозировать появление аномальных изменений личности в целом [Николаева 1987]. Задачами психологической реабилитации являются изучение личностных особенностей, коррекция отношения к болезни и поведения для наиболее полноценного восстановления физического, психологического и социального благополучия человека [Постнов и др. 2023].

Цель исследования. Изучение отношения к болезни и выявление наиболее адаптивных стратегий совладания на разных этапах реабилитации. Формулирование основных задач психологической коррекции на разных этапах реабилитации.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 86 пациентов в возрасте от 20 до 45 лет (средний возраст – 32,6, 49 мужчин и 37 женщин, 47 пациентов с последствиями инсультов, 39 пациентов с последствиями черепно-мозговых травм), проходящих курс реабилитации в ЦПРИН. Пациенты имели стаж заболевания от двух месяцев до 8 лет. Все пациенты были разделены на группы в зависимости от стажа заболевания (см. табл. 1). В исследовании приняли участие пациенты со средними и легкими речевыми нарушениями (височными и моторными афазиями, дизартриями), речевой дефект не мешал пониманию и выполнению методик. Из исследования исключались пациенты с нарушениями произвольной регуляции и контроля.

Таблица 1

Распределение пациентов
по группам с разным стажем заболевания

Период реабилитации	Ранний	Поздний	Резидуальный	Поздний резидуальный
	До полугода	От полугода до года	От года до трех лет	Более трех лет
Количество пациентов	22	13	26	25

После проведения нейропсихологического обследования и сбора анамнеза проводилось исследование отношения к болезни, выявление преобладающих защитных механизмов, стратегий совладания, осмысленности жизни (локуса контроля, целей, процесса и результативности жизни). Пациентам предлагались следующие методики:

- Психологическая диагностика отношения к болезни (ТОБОЛ) в адаптации Л.И. Вассермана с соавт. [Вассерман и др. 2005b];
- Психологическая диагностика Индекса жизненного стиля (ИЖС) в адаптации Л.И. Вассермана с соавт. [Вассерман и др. 2005а];
- Тест смысловых ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева [Леонтьев 2000];
- Опросник способов совладания со стрессом (COPE) Карвера, адаптирован к русскоязычной выборке Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осиным [Рассказова и др. 2013].

Обработка результатов проводилась при помощи статистической программы IBM SPSS Statistics 22 с использованием однофакторного анализа (ANOVA), корреляционного анализа и χ^2 -квadrата Пирсона.

Результаты и их обсуждение

Отношение к болезни у пациентов, перенесших инсульты и черепно-мозговые травмы, не зависит от изначальной тяжести заболевания и от наличия и выраженности двигательных и речевых дефектов. На разных этапах реабилитации изменяется частота адаптивных и дезадаптивных форм отношения к болезни. В раннем реабилитационном периоде преобладают адаптивные формы отношения к болезни: гармоничный, эргопатический, анозогностический (до 81,8% пациентов) и редко встречается дезадаптивное отношение к болезни (см. рис. 1). Во втором реабилитационном периоде возрастает количество пациентов с дезадаптивными формами отношения к болезни: тревожный, ипохондрический, неврастенический, меланхолический (до 61,5% пациентов). К отдаленному этапу реабилитации (после 3-х лет от начала заболевания) частота пациентов с адаптивными формами отношения к болезни вновь начинает преобладать (адаптивные – 64,0%, дезадаптивные – 36,0%). Полученные данные указывают на тенденцию количественных различий отношения к болезни на разных этапах реабилитации. Преобладание адаптивных форм отношения к болезни на раннем этапе может быть связано с недостатком осознания тяжести неврологических дефектов. К году от начала заболевания приходит осознание стойкости дефекта, возрастает тревога, снижаются показатели анозогнозии. В резидуальных периодах происходит адаптация и увеличивается частота адаптивных форм отношения к болезни.

Рассмотрим качественные показатели отношения к болезни на разных этапах реабилитации. Ранний восстановительный период – это период начала реабилитационных мероприятий, пациенты первично попадают в реабилитационные центры и знакомятся с реабилитационными техниками. Данный период характеризуется наиболее интенсивным спонтанным восстановлением нарушенных двигательных и когнитивных функций. В то же время он является для пациентов психологически достаточно сложным и фрустрирующим – период утраты «целостности «Я» [Ермакова 2018]. Внезапно возникшее заболевание и его последствия ограничивают работоспособность и меняют все жизненные планы человека. Многие пациенты еще не осознают тяжесть и стойкость речевых и двигательных дефектов, питают иллюзии быстрого восстановления и возвращения к прежней профессиональной деятельности.

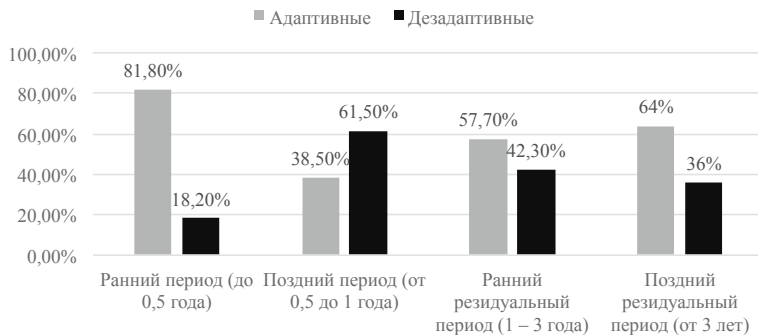


Рис. 1. Частота адаптивных и дезадаптивных форм отношения к болезни на разных этапах реабилитации

Среди адаптивных форм отношения к болезни на раннем этапе преобладает эргопатический тип ($\text{mean} - 25,64$), сочетающийся с высокими показателями осмысленности жизни, с внутренним локусом контроля, удовлетворенностью процессом и результатами жизни (положительные корреляции со шкалами методики СЖО (см. табл. 2). Данные пациенты совладали с тревогой при помощи защитного механизма интеллектуализации и были не склонны к замещению – выплескиванию негативных эмоций на близких. Гармоничное (взвешенное, адекватное) отношение к болезни на раннем этапе также встречалось достаточно часто ($\text{mean} - 22,50$), однако не сочеталось с осмысленностью жизни и с внутренним локусом контроля. Данные пациенты разумно и адекватно относились к своему лечению и были не склонны к неврастению, меланхолии, апатии и дисфории. На раннем этапе реабилитации высок процент пациентов с анозогнозией ($\text{mean} - 21,45$), что закономерно, поскольку многие пациенты недооценивают тяжесть и стойкость речевых и двигательных дефектов. Анозогнозическое отношение демонстрировали пациенты с умеренными показателями осмысленности жизни, не склонные к защитному механизму регрессии. На раннем этапе реабилитации у пациентов с гармоничным, эргопатическим и анозогнозическим отношением к болезни не было сформировано определенных стратегии совладания с ситуацией болезни (нет корреляций со шкалами методики COPE). Это указывает на неопределенность и кризисность данного периода, требующего от пациентов мобилизации всех их психических и эмоциональных ресурсов.

Таблица 2

Связь отношения к болезни
с осмысленностью жизни и стратегиями совладания
на раннем этапе реабилитации

Методики	Шкалы методик	Адаптивные формы отношения к болезни N = 18 (81,8%) пациентов			Деадаптивные формы отношения к болезни N = 4 (18,2%) пациентов
		Эргопатический (mean – 25,64)	Гармоничный (mean – 22,50)	Анозогнозический (mean – 21,45)	
ТОБОЛ	Эргопатический		0,26	0,36	–0,43*
	Гармоничный	0,26		–0,13	–0,69**
	Анозогнозический	0,36	–0,13		–0,12
	Деадаптивные формы отношения к болезни	–0,43*	–0,69**	–0,12	
СЖО	Осмысленность жизни	0,66**	0,07	0,18	–0,29
	Цели в жизни	0,56**	0,23	0,27	–0,45*
	Процесс жизни	0,48*	–0,25	0,35	–0,23
	Результативность жизни	0,64**	0,07	0,12	–0,20
	Локус контроля – Я	0,53*	0,18	0,25	–0,47*
	Локус контроля – жизнь	0,42	0,00	0,18	–0,49*
ИЖС	Регрессия	–0,23	–0,16	–0,49*	0,21
	Интеллектуализация	0,44*	0,38	0,18	–0,21
	Замещение	–0,46*	–0,20	–0,29	0,19
	Проекция	–0,10	–0,09	0,04	0,55**
COPE	Выражение эмоций	–0,03	–0,22	–0,15	0,54**
	Поведенческий уход	–0,03	–0,03	0,04	0,46*

Примечание: * – ($p \leq 0,05$), ** – ($p \leq 0,01$).

Деадаптивные формы отношения к болезни на данном этапе встречались достаточно редко (у 18,2% пациентов) и проявлялись в повышенной тревоге, ипохондрических реакциях, в неврастении (раздражительной слабости). Деадаптивное отношение к болезни демонстрировали пациенты с низкими показателями осмысленности жизни, с внешним локусом контроля, не имеющие четких целей в будущем. У данных пациентов преобладали неадаптивные стратегии совладания: выражение эмоций, поведенческий уход от решения проблем со здоровьем. В самоотчетах они демонстрировали неопределенность в будущем («будущее кажется мне туманным, неопределенным»), пессимизм, некоторый фатализм, веру в предопределенность судьбы, обиду и зависть здоровым людям («здоровые люди думают только о себе»).

Таким образом, на раннем этапе преобладают адаптивные формы отношения к болезни, что указывает на неприятие роли «больного» и минимальное нарушение социальной адаптации пациентов на данном этапе. Преобладание анозогнозических реакций указывает на не критичность пациентов к своему состоянию, что проявляется в минимизации значения заболевания. На данном этапе еще нет сформированных стилей совладания, характерных для адаптивного отношения к болезни.

Задачи психологической реабилитации на раннем этапе реабилитации:

- восстановление целостности «Я»: осознание собственных эмоций и страхов, принятие нового образа тела и образа-Я, осознание ситуации болезни и формирование адекватной самооценки и самоотношения [Григорьева, Тхостов 2009];
- информационная поддержка: подробное и адекватное информирование больного и его родственников о специфике и прогнозе заболевания для смягчения анозогнозических реакций и предотвращения завышенных ожиданий от реабилитации и дальнейших разочарований;
- помощь в планировании и выработке правильной мотивации: формулирование вместе с пациентом краткосрочных и долгосрочных целей реабилитации, разделение глобальных целей на обозримые этапы для пошагового их достижения. Это помогает пациенту сформировать активную позицию в реабилитации, правильную приверженность лечению, принять ответственность за свое выздоровление [Ермакова 2018].

В позднем (втором) реабилитационном периоде (от 0,5 до 1 года от начала заболевания) происходит переосмысление пациентами собственного состояния и осознание стойкости неврологических и когнитивных дефицитов, приспособление к дефекту [Вишнева

2013]. Важными аспектами второго этапа реабилитации являются изменения межличностных отношений в семье, в ближайшем окружении и на работе, в связи с утратой прежних социальных ролей. На данном этапе перед молодыми пациентами возникает вопрос получения инвалидности или выхода на работу после длительного нахождения на больничном. Кроме того, у многих пациентов возникает страх повторных инсультов и ухудшения соматического состояния. В нашем исследовании на данном этапе почти половина пациентов еще не имели инвалидности (46,15% пациентов) и решали вопрос своей дальнейшей трудоспособности.

Во втором реабилитационном периоде адаптивное отношение к болезни выявлялось только 38,5% пациентов. У данных пациентов были умеренные показатели осмысленности жизни (отсутствие положительных корреляций со шкалами методики СЖО, см. табл. 3). Пациенты с гармоничным отношением ($mean = 19,08$) были не склонны к тревоге, ипохондрии, неврастении, но демонстрировали отсутствие жизненных целей, отказывались от долгосрочного планирования (отрицательные корреляции со шкалой «Цели в жизни»). Показатели осмысленности жизни данных пациентов характеризовались преобладанием внешнего локуса контроля и низкой осознанностью. Состояние общей растерянности при гармоничном отношении к болезни подтверждается отсутствием активного совладания, отказом от планирования и подавления конкурирующей деятельности в стратегиях совладания. Среди адаптивных форм преобладает эргопатический тип ($mean = 24,23$) – сверхценностное стремление к работе. Это пациенты, не склонные к апатии и относящиеся с юмором к преодолению болезни. В данном периоде значимо ниже показатели анозогнозии ($mean = 9,54$, $p \leq 0,05$) по сравнению с ранним восстановительным периодом, что может указывать на попытки переосмысления, осознания тяжести болезни и смягчение позиции отрицания. Для пациентов, кто на данном этапе сохраняет анозогнозию (отбрасывают мысли о болезни, продолжают верить, что все «само пройдет»), характерно преобладание защитного механизма отрицания и низкие показатели по тревожному, ипохондрическому, неврастеническому, меланхолическому типам отношения к болезни. На данном этапе, как и на раннем этапе реабилитации, у пациентов с адаптивными формами отношения к болезни не сформированы продуктивные стили совладания. Наоборот, при адекватном и трезвом отношении к болезни у пациентов доминирует отказ от планирования, активного совладания и подавления конкурирующей деятельности (низкая приверженность лечению).

Таблица 3

Связь отношения к болезни
с осмысленностью жизни и стратегиями совладания
на позднем (втором) этапе реабилитации

Методики	Шкалы методик	Адаптивные формы отношения к болезни N = 5 (38,5%) пациентов			Деадаптивные формы отношения к болезни N = 8 (61,5%)
		Эргопатический	Гармоничный	Анозогнозический	
ТОБОЛ	Эргопатический		0,38	0,34	-0,14
	Гармоничный	0,38		0,50	-0,66*
	Анозогнозический	0,34	0,50		-0,62*
	Деадаптивные формы отношения к болезни	-0,62*	-0,66*	-0,62*	
СЖО	Осмысленность жизни	0,33	-0,32	0,19	-0,30
	Цели в жизни	0,14	-0,66*	0,00	0,04
	Процесс жизни	0,42	0,02	0,40	-0,47
	Результативность жизни	0,21	-0,11	0,25	-0,61*
	Локус контроля – Я	0,25	-0,35	0,19	-0,01
	Локус контроля – жизнь	0,45	-0,23	0,26	-0,18
ИЖС	Отрицание	0,31	0,53	0,68**	-0,74**
СОРЕ	Активное совладание	0,07	-0,59*	-0,07	-0,17
	Подавление конкурирующей деятельности	0,00	-0,75**	-0,66*	0,60*
	Планирование	-0,16	-0,55*	-0,64*	0,19
	Юмор	0,64*	0,31	-0,07	-0,40
	Религия	-0,10	-0,53	-0,45	0,68**
	Выражение эмоций	-0,14	-0,48	-0,72**	0,75**
	Поведенческий уход	-0,09	-0,20	-0,52	0,69**
	Прием алкоголя	-0,40	-0,10	-0,55	0,65*

Примечание: * – ($p \leq 0,05$), ** – ($p \leq 0,01$).

Увеличивается количество пациентов с дезадаптивным отношением к болезни (до 61,5% пациентов) по сравнению с ранним этапом. Преобладают тревожный, неврастенический, ипохондрический, сенситивный и дисфорический типы, характеризующиеся выраженной тревогой за свое здоровье, фиксированностью на симптомах болезни, ранимостью, озабоченностью мнением окружающих, преобладанием гневливого настроения. Большинство пациентов с дезадаптивными формами отношения к болезни были не склонны к анозогнозии, к защитному механизму отрицания и демонстрировали низкие показатели по шкале «результативность жизни» в методике СЖО (см. табл. 3). В самоотчетах пациенты с дезадаптивными формами отношения к болезни рассматривали болезнь как препятствие, испытание, многие высказывали недовольство прошлым, считали, что препятствием к реализации их жизненных планов стала болезнь. У данных пациентов, как правило, преобладали неадаптивные стратегии совладания: выражение эмоций, поведенческий уход, погружение в религию, прием алкоголя, откладывание совладания (положительные корреляции со шкалами методики СОРЕ). Данные пациенты отказывались от позитивного переосмысления ситуации болезни, принятия и личностного роста.

Полученные данные подтверждают предположение о психологической сложности и кризисном характере второго этапа реабилитации (от 6 до 12 месяцев от начала болезни). Увеличивается доля пациентов с дезадаптивными типами личностного реагирования на болезнь (гипернозогнозия, ипохондрические и тревожно-депрессивные реакции), значительно снижается процент пациентов с анозогнозией, что свидетельствует об остром переживании собственного дефекта. Осознание стойкости и необратимости неврологических дефектов приводит к чувствам беспомощности и потере контроля над собственной жизнью (экстернальный локус контроля, отказ от планирования будущего). Все это указывает на важность систематической психологической поддержки пациентов на данном этапе.

Задачи психологической реабилитации на втором этапе реабилитации:

- формирование адекватной самооценки – принятие ограничений, обращая внимание на сохраненные ресурсы и компенсаторные возможности пациента;
- коррекция межличностных отношений – осознание и принятие новой социальной роли, преодоление стеснения, самоизоляции и самостигматизации;
- стимулирование социальной активности, поощрение коммуникации с использованием доступных (в том числе альтернативных) средств;

- совместная с пациентом разработка достижимых реабилитационных целей, конструирование новой, реалистичной жизненной перспективы и сценария;
- расширение репертуара адаптивных стратегий совладания со стрессогенными факторами актуальной ситуации [Варако 2014].

Резидуальный (третий) реабилитационный период (после 12 месяцев от начала заболевания) характеризуется замедлением спонтанной положительной динамики восстановления когнитивных и двигательных функций. На данном этапе продолжается приспособление пациента к собственному дефекту, формируется представление о динамике реабилитации, приходит понимание, что не удастся быстро вернуться к прежней профессиональной деятельности [Вишнева 2013], формируется определенное отношение к болезни и стили совладания. При наличии активной позиции со стороны пациента эффективность комплексной реабилитации сохраняется, несмотря на длительное время от начала заболевания [Селищев 2012].

Адаптивное отношение к болезни на данном этапе демонстрируют 57,7% пациентов, среди которых преобладает гармоничный стиль, коррелирующий с эргопатическим отношением – стремлением сохранить или найти новую профессиональную деятельность. Это пациенты, не склонные к тревоге, ипохондрии, неврастении и меланхолии. Данную адаптивную позицию демонстрировали пациенты с высокими показателями осмысленности жизни, с внутренним локусом контроля, с четкими планами в будущем и эмоционально насыщенной жизнью в настоящем. У данных пациентов преобладали адаптивные стратегии совладания: активное совладание, подавление конкурирующей деятельности (см. табл. 4). Часть пациентов на данном этапе сохраняют анозогностическое отношение к болезни ($mean = 9,95$). Анозогнозия на данном этапе характерна для пациентов с низкими показателями тревожности и ипохондрии и с умеренными показателями осмысленности жизни. Данные пациенты были не склонны к активному совладанию с болезнью и к приверженности лечению, однако относились с юмором к своему заболеванию.

Таблица 4

Связь отношения к болезни
с осмысленностью жизни и стратегиями совладания
в резидуальном (третьем) этапе реабилитации

Методики	Шкалы методик	Адаптивные формы отношения к болезни N = 15 (57,7%) пациентов			Деадаптивные формы отношения к болезни N = 11 (42,3%) пациентов
		Эргопатический	Гармоничный	Анозогнозический	
ТОБОЛ	Эргопатический		0,58**	0,02	-0,12
	Гармоничный	0,58**		0,26	-0,41*
	Анозогнозический	0,02	0,26		-0,55**
	Деадаптивные формы отношения к болезни	-0,12	-0,41*	-0,55**	
СЖО	Осмысленность жизни	0,32	0,60**	0,21	-0,49**
	Цели в жизни	0,24	0,50**	0,21	-0,29
	Процесс жизни	0,21	0,54**	0,27	-0,52**
	Результативность жизни	0,19	0,51**	0,26	-0,53**
	Локус контроля – Я	0,58**	0,65**	0,03	-0,44*
	Локус контроля – жизнь	0,26	0,48*	0,15	-0,40*
ИЖС	Отрицание	0,16	0,45*	0,11	-0,24
	Регрессия	-0,42*	-0,22	0,21	0,63**
	Замещение	-0,26	-0,26	0,01	0,52**
	Интеллектуализация	0,03	-0,04	-0,00	0,43*
СОРЕ	Активное совладание	0,29	0,42*	-0,00	-0,14
	Подавление конкурирующей деятельности	0,11	0,40*	0,09	0,27
	Юмор	0,08	0,22	0,64**	-0,31
	Мысленный уход	0,09	-0,03	0,08	0,54**
	Поведенческий уход	-0,11	-0,25	-0,27	0,56**
	Выражение эмоций	-0,07	0,05	-0,18	0,39*
	Отрицание	-0,26	-0,03	0,06	0,47*
	Прием алкоголя	-0,21	0,02	0,10	0,41*

Примечание: * – ($p \leq 0,05$), ** – ($p \leq 0,01$).

Менее половины пациентов (42,3% пациентов) на данном этапе имели дезадаптивные формы отношения к болезни, среди которых доминировали тревожный, ипохондрический, неврастенический и сензитивный типы. Дезадаптивное отношение к болезни было характерно для пациентов с низкими показателями осмысленности жизни, с внешним локусом контроля, неудовлетворенных жизнью в настоящем и не имеющих планов в будущем. У данных пациентов преобладали защитные механизмы (замещение, интеллектуализация, регрессия), то есть они подавляли агрессивные эмоции и выплескивали их на близких, были склонны к инфантильному, импульсивному поведению. Среди стратегий совладания у данных пациентов доминировали неадаптивные формы: мысленный и поведенческий уход от решения проблем со здоровьем, выражение эмоций, отрицание, использование алкоголя.

Таким образом, в резидуальном периоде выделяется несколько клинико-психологических групп пациентов. Первую группу составляют пациенты с адаптивным отношением к болезни (гармоничным и эргопатическим), характеризующиеся интернальным локусом контроля и активной позицией в реабилитации. Вторая группа представлена пациентами с анозогностическими реакциями, для которых нехарактерна выраженная тревога и ипохондрическая фиксация. Однако у них отмечается умеренная степень осмысленности жизни (неопределенные цели в будущем, неудовлетворенность прошлым) и неопределенный локус контроля. В реабилитации они достаточно пассивны, не склонны к активному совладанию и сотрудничеству. Третью группу составляют пациенты с гипернозогностической позицией, что проявляется в повышенной тревоге, ипохондрических реакциях и в преобладании дезадаптивных стратегий совладания.

Задачи психологической реабилитации на третьем этапе реабилитации:

- психологическая работа на данном этапе включает поддержание адекватной самооценки, акцент на формулировании достижимых целей, помощь в конструировании новых ценностных ориентиров и смыслов жизни в условиях стойких функциональных ограничений;
- при работе с анозогностической группой приоритетным являются: формирование осознания заболевания, принятие болезненных ограничений, развитие личной ответственности за выздоровление, выработка активных форм совладания и приверженности лечению;
- для пациентов с гармоничным отношением к болезни важно обращение внимания не только на активные формы совла-

дания, но и на стратегии поиска смысла в сложившейся ситуации и личностного роста. Стоит работать над осознанием сохранных возможностей, над формированием целей в будущем, избегая сравнения себя с собой до болезни.

Поздний, отсроченный резидуальный период (после трех лет от начала заболевания) является наименее изученным как с медицинской, так и с психологической точки зрения. На поздних этапах реабилитации динамика положительных изменений в реабилитации незначительная. Во многих случаях акцент нейрореабилитации смещается с активного восстановления на поддержание качества здоровья и самочувствия пациентов. Однако спустя длительное время после начала заболевания пациенты продолжают реабилитацию, стремясь вернуть себе прежний, «доболлезненный» уровень когнитивного и двигательного функционирования.

На позднем резидуальном этапе адаптивное отношение к болезни отмечается у 64% пациентов. При этом среди адаптивных форм преобладает анозогнозия (mean = 17,40 баллов), что выше показателей во втором и третьем периодах. Анозогнозическое отношение к болезни в отдаленном периоде имеет совершенно иную природу по сравнению с первыми этапами реабилитации. Если вначале – это острая реакция отрицания болезни, то после трех лет она становится осознанной стратегией игнорирования сохраняющихся ограничений, необходимой для полноценного функционирования. Анозогнозическое отношение к болезни на данном этапе демонстрируют пациенты с высокими показателями осмысленности жизни, с внутренним локусом контроля, воспринимающие жизнь насыщенной и подконтрольной (положительные корреляции со шкалами методики СЖО, см. табл. 5). Данные пациенты не склонны к излишней тревоге, неврастению, меланхолии, апатии и эгоцентризму (отрицательные корреляции со шкалами методики ТОБОЛ). В стратегиях совладания они не склонны к непродуктивному выражению эмоций и к обращению к религии, умеренны в активном совладании. На этом этапе гармоничный тип отношения к болезни тесно связан с эргопатическим, что указывает на ценностное отношение к поддержанию работоспособности у пациентов с трезвым и взвешенным отношением к болезни. Данные пациенты были удовлетворенные настоящим процессом жизни, но имели умеренные показателями осмысленности жизни и неопределенный локус контроля. У них преобладала стратегия активного преодоления болезни, в то время как остальные стратегии имели умеренную выраженность.

Таблица 5

Связь отношения к болезни
с осмысленностью жизни и стратегиями совладания
в позднем резидуальном (четвертом)
этапе реабилитации

Методики	Шкалы методик	Адаптивные формы отношения к болезни N = 16 (64,0%) пациентов			Деадаптивные формы отношения к болезни N = 9 (36,0%) пациентов
		Эргопатический	Гармоничный	Анозогнозический	
ТОБОЛ	Эргопатический		0,59**	0,17	-0,25
	Гармоничный	0,59**		0,15	-0,02
	Анозогнозический	0,17	0,15		-0,52**
	Деадаптивные формы отношения к болезни	-0,25	-0,02	-0,52**	
СЖО	Осмысленность жизни	0,22	0,36	0,52**	-0,34
	Цели в жизни	0,18	0,14	0,53**	-0,14
	Процесс жизни	0,30	0,41*	0,50*	-0,48*
	Результативность жизни	0,06	0,23	0,40*	-0,26
	Локус контроля – Я	0,33	0,29	0,55**	-0,30
	Локус контроля – жизнь	0,23	0,24	0,59**	-0,31
ИЖС	Регрессия	-0,37	-0,27	-0,21	0,61**
	Реактивное образование	-0,32	-0,18	-0,38	0,50**
	Замещение	0,22	-0,21	-0,03	0,62**
	Проекция	-0,08	-0,24	0,00	0,43*
СОРЕ	Активное совладание	0,55**	0,49*	0,04	-0,56**
	Выражение эмоций	-0,18	0,10	-0,41*	0,52**
	Поведенческий уход	-0,25	-0,34	-0,33	0,61**
	Принятие	0,17	-0,00	-0,24	-0,52**
	Планирование	0,28	-0,00	-0,16	-0,42*
	Обращение к религии	-0,15	-0,29	-0,49*	0,36
	Прием алкоголя	-0,02	0,00	-0,19	0,44*

Примечание: * – ($p \leq 0,05$), ** – ($p \leq 0,01$).

В позднем реабилитационном периоде количество пациентов с дезадаптивным отношением к болезни несколько снижается (36,0% пациентов). Среди дезадаптивных форм преобладают неврастенический, ипохондрический, сензитивный и эгоцентрический типы отношения к болезни. У данных пациентов преобладали защитные механизмы регрессии, замещения, реактивного образования и проекции, т. е. они были склонны подавлять негативные эмоции, приписывать их другим или выплескивать на близких. Они были склонны в стрессовых ситуациях прибегать к примитивным формам поведения. У данных пациентов преобладали неэффективные стратегии совладания – поведенческий уход, неконтролируемое выражение негативных эмоций, прием алкоголя, и отмечались низкие значения активного совладания, планирования и принятия ситуации.

Таким образом, в отдаленном реабилитационном периоде выявляются следующие профили пациентов. Анозогностический – характеризуется высокой осмысленностью жизни, внутренним локусом контроля и низким уровнем тревоги. Эти пациенты эмоционально устойчивы, используют умеренные продуктивные стратегии совладания. Гармонично-эргопатический тип – сочетают трезвое отношение к болезни со стремлением работать. Они активно преодолевают последствия болезни, но имеют умеренную осмысленность жизни. Дезадаптивный тип – демонстрируют эмоциональную нестабильность (повышенную тревожность, чувствительность, эгоцентризм), незрелые защитные механизмы, непродуктивные стратегии совладания (уход от проблем, эмоциональная нестабильность, избегающее поведение при низкой активности решения проблем). Успешная адаптация в отдаленном периоде связана не столько с физическим восстановлением, сколько с психологической перестройкой, ключевым фактором которой является выработка осознанной жизненной позиции. Игнорирование ограничений (анозогнозия) становится не отрицанием, а ресурсом для полноценной жизни, основанным на внутренней силе и смысле. Дезадаптация же связана с эмоциональной неустойчивостью и использованием незрелых, пассивных способов психологической защиты.

Пациенты с анозогнозией имеют высокие показатели осмысленности жизни и внутренний локус контроля, что указывает на внутреннее благополучие и активную жизненную позицию. У пациентов с гармоничным и эргопатическим отношением к болезни преобладало активное совладание, но не выявлялось внутреннего локуса контроля. Стоит отметить, что по прошествии длительного времени от начала заболевания у пациентов с адаптивными

формами отношения к болезни преобладали стратегии борьбы и преодоления ситуации и не отмечалось стремления принять, найти положительные стороны и смысл в сложившейся ситуации. Эта позиция задерживает человека в прошлом, не дает ему развиваться и строить адекватные планы в будущем.

Задачи психологической реабилитации отсроченного периода:

1. Формирование адаптивного отношения к стойким нарушениям: принятие двигательных и когнитивных ограничений как новой жизненной реальности, формирование адекватной самооценки.

2. Оптимизация стратегий совладания: нахождение баланса между активным совладанием и принятием ситуации, расширение диапазона совладающего поведения, обучение гибкости варьирования стратегий совладания. Поддержание активного совладания в тех аспектах жизни, которые поддаются изменениям, и принятие, нахождение смысла в неподконтрольных ситуациях [Анцыферова 1994].

3. Содействие социально-трудовой реадаптации. Для пациентов трудоспособного возраста актуальным является преодоление профессиональной неуверенности, социально-коммуникативных страхов неудачи, развитие навыков самопрезентации с использованием компенсаторных механизмов.

Заключение

Таким образом, проведенное исследование описывает особенности отношения к болезни и преобладающие стратегии совладания на разных этапах реабилитации. Выявляются наиболее адаптивные стратегии для каждого этапа, сочетающиеся с осмысленностью жизни и внутренним локусом контроля. Полученные данные выявляют мишени для психологической помощи пациентам.

Тем не менее данное исследование обладает определенными ограничениями. Использовался метод поперечных срезов, результаты которого отражают различия между группами, но не позволяют проследить динамику личностных изменений одних и тех же пациентов. Небольшой объем подгрупп, особенно во втором реабилитационном периоде, ограничивает статистическую значимость и требует осторожности в интерпретациях. Выявленные в исследовании закономерности нуждаются в дальнейшей эмпирической проверке и теоретическом осмыслении.

Выводы

Было выявлено, что основным стрессор не сам инсульт или травма, но длительность реабилитации и стойкость неврологических дефектов. На каждом этапе реабилитации выявляется наиболее адаптивный стиль отношения к болезни, коррелирующий с осмысленностью жизни и внутренним локусом контроля. На раннем этапе наиболее адаптивен эргопатический тип, в резидуальном – гармоничный, в отдаленном – анозогнозический тип отношения к болезни.

Наиболее неоднозначный и кризисный период в реабилитации – от полугода до года от начала заболевания. В данном периоде высока частота тревожных, ипохондрических, неврастенических, сенситивных и дисфорических реакций, у пациентов почти отсутствует анозогнозия. Даже у пациентов с гармоничным отношением к болезни наблюдается отказ от активного совладания и планирования будущего, сдвиг к внешнему локусу контроля.

Активное совладание было характерно для пациентов с гармоничным и эргопатическим отношением к болезни в резидуальных периодах, в то время как на ранних этапах реабилитации пациенты его избегали. Анозогнозия имеет разную психологическую природу: на раннем этапе – это защитное отрицание, на позднем – осмысленная стратегия игнорирования остаточных симптомов для поддержания качества жизни.

Был выявлен дезадаптивный профиль отношения к болезни, который характеризуется тревожным, ипохондрическим, неврастеническим, меланхолическим типами отношения к болезни, низкой осмысленностью жизни и внешним локусом контроля, использованием примитивных защитных механизмов (проекции, регрессии), преобладанием непродуктивных стратегий совладания – поведенческим, мысленным уходом, выражением эмоций.

Задачи психологической реабилитации меняются на разных этапах реабилитации. На раннем этапе это осознание болезни, самопринятие, формирование нового «образа-Я», информирование о прогнозе, построение достижимых целей реабилитации, формирование активной позиции в реабилитации. В позднем периоде это преодоление меланхолических, тревожных реакций и самостигматизации, поощрение к коммуникации, поиск новой социальной роли. В резидуальном периоде – перестройка прежней системы ценностей, нахождение новых целей и смысла жизни, расширение диапазона совладания. В отдаленном периоде важно продолжение работы, направленной на принятие стойких ограничений, переосмысление ситуации, формирование новой концепции и смысла жизни, нахождение баланса между активным совладанием и принятием ситуации.

Литература

- Анцыферова 1994 – *Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Варако 2014 – *Варако Н.А.* История нейропсихологической реабилитации // Журнал им. Н.В. Склифосовского «Неотложная медицинская помощь». 2014. № 3. С. 44–49.
- Вассерман и др. 2005а – *Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б., Петрова Н.Н., Беспалко И.Г., Березин М.А., Савельева М.И., Таукенова Л.М., Штрахова А.В., Аристова Т.А., Осадчий И.М.* Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб.: Санкт-Петербургский научно-исслед. психоневрол. ин-т им. В.М. Бехтерева, 2005. 54 с.
- Вассерман и др. 2005b – *Вассерман Л.И., Иовлев Б.В., Карпова Э.Б., Вукс А.А.* Психологическая диагностика отношения к болезни. СПб.: Санкт-Петербургский научно-исслед. психоневрол. ин-т им. В.М. Бехтерева, 2005. 32 с.
- Вишнева 2013 – *Вишнева А.Е.* Динамика стратегий совладания у больных с последствиями инсультов и черепно-мозговых травм // Национальный психологический журнал. 2013. № 1 (9). С. 103–109.
- Вишнева 2025 – *Вишнева А.Е.* Самооценка и стратегии совладания как параметры психологического реабилитационного потенциала у пациентов с разными речевыми нарушениями // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2025. № 2. С. 129–150.
- Григорьева, Тхостов 2009 – *Григорьева В.Н., Тхостов А.Ш.* Психологическая помощь в неврологии. Н. Новгород: Изд-во Нижегородской гос. мед. академии, 2009. 444 с.
- Гусев 2004 – *Гусев В.В.* Возможности реабилитации больных в отдаленном периоде ишемического инсульта: Дис. ... канд. мед. наук. Екатеринбург, 2004. 138 с.
- Дамулин, Екушева 2016 – *Дамулин И.В., Екушева Е.В.* Анализ сенсомоторных нарушений в позднем восстановительном и резидуальном периоде после ишемического инсульта // Российский медицинский журнал. 2016. № 22 (4). С. 184–189.
- Ермакова 2018 – *Ермакова Н.Г.* Психологическая реабилитация больных с последствиями инсульта в условиях восстановительного лечения // Медицинская психология в России. 2018. Т. 10. № 2. 9 с.
- Кадыков и др. 2021 – *Кадыков А.С., Черникова Л.А., Шахпаронова Н.В.* Реабилитация неврологических больных. 4-е изд. М.: МОДпресс-информ, 2021. 560 с.
- Леонтьев 2000 – *Леонтьев Д.А.* Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
- Николаева 1987 – *Николаева В.В.* Влияние хронической болезни на психику: Психологическое исследование. М.: МГУ, 1987. 168 с.

- Селищев 2012 – *Селищев Г.С.* Возможности нейрореабилитации в резидуальном периоде инсульта // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2012. № 8. Вып. 2. С. 46–48.
- Постнов и др. 2023 – *Постнов В.В., Никифоров И.А., Костюк Г.П., Бурьгина Л.А., Белова М.Ю., Истомина В.В., Ливанов А.С.* Психокоррекция и психотерапия в медицинской реабилитации. М.: Постер-М, 2023. 72 с.
- Рассказова и др. 2013 – *Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осин Е.Н.* Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики СОРЕ // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 82–118.
- Шкловский 2015 – *Шкловский В.М.* Нейрореабилитация больных с последствиями инсульта и черепно-мозговой травмы // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2015. № 115 (3–2). С. 75–81.

References

- Antsyferova, L.I. (1994), “Personality in difficult life conditions: Reconsideration, transformation of situations and psychological defense”, *Psychological Journal*, vol. 15, no. 1, pp. 3–18.
- Damulin, I.V. and Ekusheva, E.V. (2016), “The analysis of sensorimotor disorders in the late recovery and residual period after ischemic stroke”, *Medical Journal of the Russian Federation*, vol. 22, no. 4, pp. 184–189.
- Ermakova, N.G. (2018), “Psychological rehabilitation of patients with stroke consequences in the conditions of restorative treatment”, *Medical Psychology in Russia*, vol. 10, no. 2, pp. 1–9.
- Grigor'eva, V.N. and Tkhostov, A.Sh. (2009), *Psikhologicheskaya pomoshch' v nevrologii* [Psychological assistance in neurology], Izdatel'stvo Nizhegorodskoi gosudarstvennoi meditsinskoi akademii, Nizhnii Novgorod, Russia.
- Gusev, V.V. (2004), Possibilities of rehabilitation of patients in the remote period of ischemic stroke, Abstract of Ph.D. dissertation, Ekaterinburg, Russia.
- Kadykov, A.S., Chernikova, L.A. and Shakhparonova, N.V. (2021), *Reabilitatsiya nevrologicheskikh bol'nykh* [Rehabilitation of neurological patients], 4th ed., MODpress-inform, Moscow, Russia.
- Leont'ev, D.A. (2000), *Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO)* [Test of life-meaning orientations], 2nd ed., Smysl, Moscow, Russia.
- Nikolaeva, V.V. (1987), *Vliyanie khronicheskoy bolezni na psikhiku: Psikhologicheskoe issledovanie* [The influence of chronic illness on the psyche: A psychological study], MGU, Moscow, Russia.
- Postnov, V.V., Nikiforov, I.A., Kostyuk, G.P., Burygina, L.A., Belova, M.Yu, Istomina, V.V. and Livanov, A.S. (2023), *Psikhokorreksiya i psikhoterapiya v meditsinskoi reabilitatsii* [Psychocorrection and psychotherapy in medical rehabilitation], Poster-M, Moscow, Russia.

- Rasskazova, E.I., Gordeeva, T.O. and Osin, E.N. (2013), "Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and application possibilities of the COPE technique", *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, vol. 10, no. 1, pp. 82–118.
- Selishchev, G.S. (2012), "Possibilities for neurorehabilitation in the residual period of stroke", *S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry*, no. 8, iss. 2, pp. 46–48.
- Shklovskii, V.M. (2015), "Neurorehabilitation of patients after stroke and brain injury", *S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry*, vol. 115, no. 3–2, pp. 75–81.
- Varako, N.A. (2014), "History of neuropsychological rehabilitation", *Russian Sklifovsky Journal "Emergency Medical Care"*, no. 3, pp. 44–49
- Vasserman, L.I., Eryshev, O.F., Klubova, E.B., Petrova, N.N., Bepalko, I.G., Berebin, M.A., Savel'eva, M.I., Taukenova, L.M., Shtrakhova, A.V., Aristova, T.A. and Osadchii, I.M. (2005a), *Psikhologicheskaya diagnostika indeksa zhiznennogo stilya [Psychological diagnostics of life style index]*, Sankt-Peterburgskii nauchno-issl. psikhonevrol. in-t im. V.M. Bekhtereva, St. Petersburg, Russia.
- Vasserman, L.I., Iovlev, B.V., Karpova, E.B. and Vuks, A.Ya. (2005b), *Psikhologicheskaya diagnostika otnosheniya k bolezni [Psychological diagnostics of attitude to illness]*, Sankt-Peterburgskii nauchno-issl. psikhonevrol. in-t im. V.M. Bekhtereva, St. Petersburg, Russia.
- Vishneva, A.E. (2013), "Dynamics of coping strategies in patients after stroke and traumatic brain injury", *National Psychological Journal*, no. 1 (9), pp. 103–109.
- Vishneva, A.E. (2025), "Self-esteem and coping strategies as parameters of psychological rehabilitation potential in patients with different speech disorders", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 2, pp. 129–150.

Информация об авторе

Анастасия Е. Вишнева, Центр патологии речи и нейрореабилитации, Москва, Россия; 109240, Россия, Москва, ул. Николоямская, д. 20, стр. 1; nvishneva@mail.ru

Information about the author

Anastasiya E. Vishneva, Center for Speech Pathology and Neurorehabilitation, Moscow, Russia; bld. 20/1, Nikoloyamskaya Street, Moscow, Russia, 109240; nvishneva@mail.ru

Методический инструментарий

УДК 159.9

DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-95-120

Психотерапевтические изменения: анализ применения методики «Режиссерская постановка симптома» в психотерапевтической сессии Часть 1

Наталия П. Бусыгина

*Московский государственный психолого-педагогический университет
Москва, Россия, boussyguina@yandex.ru*

Ксения Т. Сергазина

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, ksergazina@gmail.com*

Аннотация. Выдающийся российский психолог Ф.Е. Василюк, создатель подхода «понимающей психотерапии», предложил немало психотерапевтических техник и приемов. Психологические механизмы их работы лишь отчасти объясняются теоретическими представлениями, которые развивал сам Василюк (концепция переживания, представления о «регистрах сознания», «психосемиотическом тетраэдре» и др.). Много из того, что и как именно работает в понимающей психотерапии, остается непроясненным. В статье представлено исследование изменений клиента в процессе применения разработанной Василюком психотерапевтической методики «Режиссерская постановка симптома». В качестве материала для анализа используются аудиозапись сессии Василюка с клиенткой и ее дневниковые записи, которые она делала в разное время после сессии и в которых она осмысляет то, что с нею тогда произошло (по ее словам, «инсайт»). Анализ проходил в два этапа: формулировка случая (анализ предъявляемой проблемы и произошедших с клиенткой изменений); микроанализ сессии с использованием метода анализа разговоров (прояснение особенностей взаимодействия психотерапевта и клиента, которые могли привести к изменениям клиента). В первой части исследования представлена формулировка случая, а также результаты микроанализа фрагмента сессии, предваряющего применение методики. Показано, что использование «Режиссерской постановки симптома» в понимающей

© Бусыгина Н.П., Сергазина К.Т., 2026

психотерапии способствует процессу переосмысления клиентом своего проблемного опыта, наблюдаемые изменения касаются не только смыслов конкретной ситуации, но и устойчивых смысловых конфигураций личности. Работающей на психотерапевтические изменения техникой в понимающей психотерапии является прием осуществляемых терапевтом смысловых набросков с гибкой коррекцией их масштаба и жанра в зависимости от реакций клиента.

Ключевые слова: психотерапевтические изменения, исследование процесса психотерапевтических изменений, микроанализ взаимодействия психотерапевта и клиента, метод анализа разговоров, понимающая психотерапия, Ф.Е. Василюк

Для цитирования: Бусыгина Н.П., Сергазина К.Т. Психотерапевтические изменения: анализ применения методики «Режиссерская постановка симптома» в психотерапевтической сессии. Часть 1 // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 95–120. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-95-120

Psychotherapeutic change: analyzing the applying of the method “Director’s staging of a symptom” in a psychotherapy session Part 1

Natalia P. Busygina

*Moscow State University of Psychology and Education
Moscow, Russia, boussyguina@yandex.ru*

Ksenia T. Sergazina

*Russian State University for the Humanities
Moscow, Russia, ksergazina@gmail.com*

Abstract. F. Vasilyuk, a prominent Russian psychologist and author of “co-experiencing psychotherapy”, created a lot of psychotherapeutic techniques and methods. The psychological mechanisms of their work are partly explained by theoretical concepts developed by Vasilyuk (the theory of experiencing (“perezhivanie”), the concepts of “registers of consciousness”, the “psychosemiotic tetrahedron”, etc.). But much of what and how exactly works in co-experiencing psychotherapy remains unexplained. The article presents a study of client change and of how it occurs as a psychotherapist applies the method “Director’s staging of a symptom” developed by Vasilyuk. The data for the analysis are an audio recording of Vasilyuk’s session with the client and the client’s diaries, in which she reflects on what she was experiencing within

the session (in her words, “insight”). The analysis includes two phases: case formulation (interpretation of the problem presented by the client and the client’s change); a microanalysis of the session (conversation analysis of the psychotherapist–client interaction). The first part of the study presents the case formulation and the results of a microanalysis of moments in the session before the psychotherapist begins to apply the method. It is argued that the method “Director’s staging of a symptom” facilitates the client’s sense-making process at both levels – of situational senses and of stable sense configuration of personality. The key technique of co-experiencing psychotherapy, which promotes client change, is the psychotherapist’s transforming of client’s narratives through “making sketches” of various aesthetic genres and forms that are corrected depending on client’s responses.

Keywords: psychotherapeutic change, psychotherapy change process research, microanalysis of client and psychotherapist in-session interaction, conversation analysis, co-experiencing psychotherapy, F. Vasilyuk

For citation: Busygina, N.P. and Sergazina, K.T. (2026), “Psychotherapeutic change: analyzing the applying of the method ‘Director’s staging of a symptom’ in a psychotherapy session”. Part 1, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 2, pp. 95–120, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-95-120

Введение

Статью «Режиссерская постановка симптома» Ф.Е. Василюк (1992) начинает с пожелания создать в психологических журналах что-то вроде рубрики «маленьких хитростей», где можно было бы публиковать «россыпи интересных технических находок, которых множество у каждого практикующего психотерапевта» [Василюк 1992, с. 105]. Собственно, сама эта статья Василюка посвящена одной такой находке, которая, по выражению автора, «чуть больше, чем прием, и заметно меньше, чем метод», и потому обозначена им как «психотерапевтическая методика» [Василюк 1992, с. 105].

В статье Василюк описывает эпизод работы с пациентом, во время которого методика появилась на свет, и этапы ее реализации. Основная же часть статьи представляет собой развернутый научный комментарий, где, как поясняет автор, обсуждаются психологические механизмы и законы, «срабатывающие» в процессе применения методики. Василюк подробно останавливается на том, что происходит на каждом из этапов методики, в основном ориентируясь на предложенную им модель «регистра сознания» [Василюк 1988].

Для нас, авторов настоящей работы и, как мы надеемся, внимательных читателей текстов Василюка, его статья о «режиссерской постановке симптома» всегда была загадкой. Понимание методики как будто ускользало от нас – несмотря на то, что ей посвящен достаточно большой (для журнальной публикации) объем текста и, казалось бы, выписаны все детали ее применения вместе с объясняющими ее работу психологическими механизмами. Что-то чрезвычайно важно для схватывания сути методики как будто осталось за пределами текста, возможно, подразумевалось, но не было сказано. Далеко не сразу мы поняли, что в представленном материале работы психотерапевта нам не хватает второго звена – пациента: ничего не известно о том, что происходило с ним во время описанной процедуры. Василюк пишет, что это был молодой человек, выглядевший моложе своих тогдашних 27 лет, который обратился к психотерапевту (Василюку) с жалобами на общую неудовлетворенность жизнью и который по отношению к самому себе многократно употреблял слово «несостоятельность». Собственно, с прояснения психотерапевтом субъективного смысла этого слова («несостоятельность») и начинается описанная в статье психотерапевтическая работа. Психотерапевт замечает, что обычное вербальное прояснение рискует превратиться в диагностическую процедуру, способствующую погружению пациента в непродуктивное пассивное состояние, когда тот занят лишь воспоминаниями того, что уже и так знает. Психотерапевт пробует работать по-другому: а что, если, введя пациента в состояние легкого транса (благодаря техникам эриксоновского гипноза), предложить ему вообразить себя режиссером и поставить пьесу о «несостоятельном человеке», играть которого будет... психотерапевт?.. Но что было дальше с пациентом? Открылось ли ему что-то в самом себе по мере того, как он примеривал на себя роль режиссера собственного симптома? В статье есть лишь краткое указание на то, что в дальнейшем к проблеме несостоятельности этот пациент в коммуникации с психотерапевтом не возвращался. Василюк пишет, что ему показалось, будто тогда, именно во время применения «режиссерской постановки симптома», произошел прорыв в осмыслении пациентом своего чувства неудовлетворенности жизнью. Но смысл этого возможного прорыва для нас, читателей, остается нераскрытым. Мы не только не слышим голоса пациента, но и не знаем, как понимает смысл происшедшего с пациентом изменения сам терапевт. Все это, пишет Василюк, выходит за пределы узкой задачи, поставленной в статье – описать одну «маленькую методическую хитрость»...

Некоторое время назад в нашем распоряжении оказался уникальный материал – аудиозапись сессии Федора Ефимовича с

клиенткой в рамках проводимой им мастерской по понимающей психотерапии. На сессии использовалась «режиссерская постановка симптома». Клиентка Карина¹ не только дала согласие на использование аудиозаписи в исследовательских целях, но и поделилась с нами дневниковыми записями, где она фиксировала свои переживания, связанные с проведенной на сессии работой. Первая запись была сделана сразу после сессии, другая – через неделю и еще одна – спустя примерно полтора года. Полученный материал дал нам возможность подойти к исследованию как того, что происходило с клиенткой в процессе психотерапевтической работы с применением «режиссерской постановки симптома», так и того, какие эффекты (психотерапевтические изменения) она вызвала. Иными словами, благодаря полученному от Карины материалу мы смогли приступить к прояснению, как работает предложенная Василюком методика, с опорой на наблюдение за динамикой состояния клиентки в процессе сессии и с учетом ее собственного свидетельства о непосредственных и отдаленных эффектах психотерапии².

Методология

Наш анализ включал в себя два этапа. На первом мы попытались дать общую интерпретацию (формулировку) случая Карины, сфокусировавшись на предъявляемой ею проблеме и отследив динамику ее обращения с проблемным опытом. Свидетельство Карины о пережитых ею изменениях и о том, что именно оказалось для нее наиболее важным в процессе сессии, было для нас на этом этапе ключевым. В целом мы занимали эпистемологическую позицию доверия голосу клиентки. Однако нельзя сказать, что мы лишь пассивно следовали за ним, принимая все ее слова о собственном опыте как истину в последней инстанции. Мы пытались практико-

¹ Имя изменено в целях сохранения анонимности.

² Исследование, которое мы здесь представляем, относится к исследованиям отдельного случая. Заметим, что исследования подобного жанра дают возможность не только провести детализированный анализ случая, но и сделать некоторые обобщения в границах определенных условий [Бусыгина 2009; Мельникова, Хорошилов 2020; Хорошилов, Машков 2022]. Мы попытались и описать случай во всей его уникальности, и на его материале подойти к объяснению психологических механизмов, благодаря которым психотерапевтическая методика может приводить к изменениям клиента. Теоретические соображения о механизмах работы методики мы будем обсуждать во второй части исследования.

вать так называемое критическое доверие. Очень хорошо эту позицию работы с данными самоотчетов клиентов выразил Р. Эллиотт [Elliott 2010]. Безусловно, пишет Эллиотт, исследователям необходимо спрашивать клиентов об их опыте психотерапии, ведь кто, в конечном счете, может лучше рассказать о переживаемых ими изменениях, как не сами клиенты. Однако, продолжает Эллиотт, было бы ошибкой некритически полагаться на ретроспективные данные самоотчетов клиентов и делать выводы лишь на их основе. В самоотчетах клиентов могут быть искажения, и необходим более глубокий интерпретативный анализ свидетельств людей о самих себе – например,

...путем концентрации внимания на значимых для них вопросах и тщательного выслушивания характерных для них форм самообмана, что дает возможность исследователю различать правду и голословное утверждение [Elliott 2010, p. 127].

Дневниковые свидетельства Карины мы сопоставляли с данными самой сессии, которые позволяли наблюдать изменения в образах и эмоциях клиентки по мере психотерапевтической работы на сессии.

Второй этап исследования включал в себя микроанализ сессии, нацеленный на изучение коммуникации между психотерапевтом и клиенткой, благодаря которой могли произойти отслеженные нами на первом этапе исследования изменения клиентки.

Мы использовали метод анализа разговоров (*conversation analysis*)³ – предложенный Х. Саксом и развиваемый его учениками (Г. Джефферсон, Э. Щеглоффом и др.) эмпирический метод систематического описания и исследования естественно протекающего разговора в процессе взаимодействия двух и более людей [Whalen, Raymond 2000]. Цель этого метода – раскрыть негласные правила, техники, процедуры, принципы, которые используются людьми для воспроизводства и поддержания упорядоченности разговоров, как повседневных, так и в рамках различных институциональных контекстов (на уроке в школе, в зале суда, на приеме у врача и др.). Применение метода основывается на идее, что разговор имеет свою логику, не сводимую к коммуникативным интенциям говорящих. Как подчеркивает Х.-Г. Гада-

³ Есть и другие переводы *conversation analysis*: конвексационный анализ [Улановский 2016], метод анализа беседы [Буххольц и др. 2017a; Буххольц и др. 2017b]. Обоснование, почему мы предпочитаем переводить *conversation analysis* как метод анализа разговоров, см. [Бусыгина 2019].

мер, всегда есть некоторый элемент «ведения» в том, как за одним словом следует другое, какие повороты, какое развитие и заключение получает разговор, «однако в этом «ведении» собеседники являются в гораздо большей мере ведомыми, чем ведущими. Что «выяснится» в беседе, этого никто не знает заранее. Достижение взаимопонимания или неудача на пути к нему подобны событию, случающемуся с нами» [Гадамер 1988, с. 446].

Метод анализа разговоров хорошо зарекомендовал себя в исследованиях психотерапевтического процесса – взаимодействия между психотерапевтом и клиентом [Conversation Analysis 2008; Peräkylä 2019]. Применительно к психотерапии метод позволяет решать две задачи: во-первых, описать «двигатель взаимодействия», как он работает в контексте института психотерапии, отследить последовательность коммуникативных действий и движение разговора психотерапевта и клиента; и во-вторых, исследовать, как происходят когнитивные и эмоциональные изменения клиента в процессе и посредством взаимодействия его с терапевтом, в ходе осуществляемых ими обоими коммуникативных действий.

В нашем исследовании мы опирались на модель трансформации опыта в результате последовательности коммуникативных действий – схему анализа разговора, разработанную А. Перякюля [Peräkylä 2019] специально для исследований взаимодействия психотерапевта и клиента (см. рис. 1). Согласно модели, элементарные секвенции, на которые можно разделить диалог психотерапевта и клиента, включают в себя предшествующее действие (в большинстве случаев это реплика клиента), целевое действие (в большинстве случаев – коммуникативный ход психотерапевта на реплику клиента), ответ (обычно – ответ клиента на реплику терапевта), третью позицию (как правило, еще один ход терапевта, уже принимающий во внимание то, что сказал клиент в ответ на целевое действие терапевта). Анализ предполагает отслеживание движения разговора путем анализа секвенций, но одновременно исследователь концентрируется на том, что происходит с референтами (темами), эмоциями и отношениями собеседников друг с другом по мере развертывания коммуникативных секвенций. Кроме того, Перякюля предлагает удерживать внимание на психотерапевтическом проекте – реконструировать более целостный замысел, осуществляемый психотерапевтом посредством собственных коммуникативных ходов.

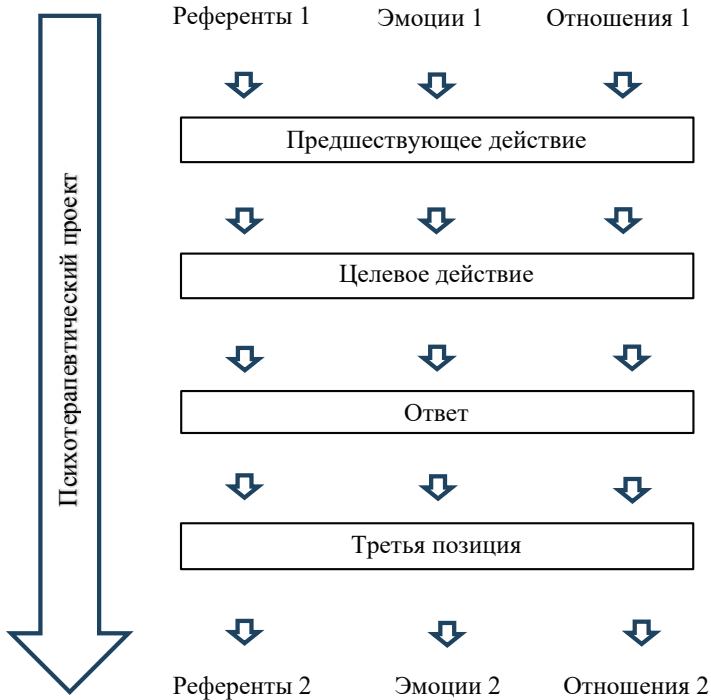


Рис. 1. Трансформация опыта
в результате коммуникативных действий терапевта и клиента
[Peräkylä 2019, p. 267]

Подчеркнем, что метод анализа разговоров не базируется ни на какой психотерапевтической теории, его использование не предполагает отсылки к концептам психотерапевтических подходов, в рамках которых осуществляется исследуемая психотерапия, он нацелен на эмпирический анализ коммуникации без интерпретации процесса, как он видится изнутри того или иного психотерапевтического подхода. Иными словами, исследователь занимает позицию «аутсайдера», не ангажированного представлениями, характерными для психотерапевтического подхода.

В нашем анализе происходящего на сессии мы, безусловно, опирались на описание «режиссерской постановки симптома», данное в статье Василюка [Василюк 1992]. Мы осуществляли анализ секвенций, ориентируясь на этапы процесса, зафиксированные Василюком. Однако весь научный комментарий о происходящем,

столь подробно представленный им в статье, мы на время «заклучали в скобки»: нас интересовал именно уровень коммуникации между психотерапевтом и клиенткой, а также изменения в состоянии клиентки, наблюдаемые в процессе этой коммуникации.

В первой части исследования представлена формулировка случая и микроанализ фрагмента сессии, предвещающего применение «режиссерской постановки симптома». В транскриптах сессии, которые будут приведены ниже, мы используем некоторые элементы системы транскрибирования, принятой в методе анализа разговоров (см. табл. 1) [Буххольц и др. 2017а; Буххольц и др. 2017б].

Таблица 1

Знаки, используемые в транскриптах сессии

цифра в круглых скобках (n)	пауза продолжительностью n секунд
точка в круглых скобках (.)	пауза продолжительностью около 0,25 сек.
две точки в круглых скобках (..)	пауза продолжительностью около 0,50 сек.
дефис в круглых скобках (-)	пауза продолжительностью около 0,75 сек.
:: или :::	продление звучания слога
[одновременное начало речи собеседников
=	начало высказывания одного собеседника сразу после высказывания другого
.xxxx	вдох
xxxx.	выдох
((звук))	обозначение звуков
ЗАГЛАВНЫЕ БУКВЫ	произнесение с повышенной громкостью
подчеркивание	интонационное выделение

Формулировка случая: анализ проблемы

Карина, примерно 35 лет, с высшим гуманитарным образованием, достаточно успешная в своей профессиональной деятельности, замужем, мать троих детей, начинает сессию с описания проблемы – повторяющегося симптома: регулярно с нею происходит что-то похожее на срывы – состояния, странные и неожиданные для нее самой, возникающие как будто на пустом месте. Приведем полностью реплику клиентки, в которой она описывает свои переживания:

К.: сложность такая примерно раз в месяц я наблюдаю у себя (2) назовем это срывы некоторое состояние (2) очень ну не знаю агрессивное наверно когда я кричу привязываюсь к мужу бью посуду немеренное количество (2) и в общем мне кажется что в обычной жизни мне вроде бы это не свойственно (2) я пыталась думать с чем это связано (3) объяснение в общем не удовлетворяющее меня вполне может быть с месячным жизн женским циклом может быть с полнолунием но это всегда неожиданно я не могу предсказать по времени (.) и всегда в общем некстати потому что потом вылетает следующий де:нь и для всех тяжело и для супруга сложно и мне самой как-то это (.) неприятно а главное (–) мне кажется что я не могу этот порыв остановить все-таки вовлекаюсь в (–) что это? истерика? не вполне понятно (.) но мне бы хотелось бы как-то наверно чтобы (–) чтобы это как-то зако:нчилось или чтобы я могла этим управлять (–) этим состоянием как-то управлять держать его в руках так скажем (.) ну потому что это детям бывает страшно (4) темный и неприятный кусок моей жизни

Как можно видеть, переживаемые Кариной состояния не соответствуют ее собственному представлению о себе («темный и неприятный кусок моей жизни», несколько дальше на сессии она скажет: «что-то прям животное»). У срывов всегда есть тяжелые для всех последствия, в ней самой они оставляют неприятный осадок. Ей хочется, чтобы они закончились или чтобы, по крайней мере, она могла ими управлять.

Карина склонна рационально выстраивать свою жизнь, упорядочивать собственную повседневность. Тема контроля так или иначе звучит во всех ее описаниях себя и своей жизни: «я так безопасно стараюсь жить, чтобы все было под контролем, чтобы я понимала, что происходит со мной, с моими близкими», «ситуаций, в которых я этот контроль теряю, я стараюсь избегать, там, не знаю, не напиваюсь, например, или там, боюсь, стараюсь записывать, помнить, что-то фиксировать». Она позиционирует себя как человека рационального, умеющего контролировать свои эмоции. Ее речь так же упорядочена, как и описываемая ею жизнь – как будто говорит та самая разумная часть ее самой, в которой она единственно узнает себя и с которой готова идентифицироваться. Ее срывы, как ей представляется, – что-то животное в ней, чужое ей самой, то, что нарушает выстроенную структуру жизни и что необходимо «держать в руках».

Из дальнейшего разговора с психотерапевтом мы узнаем, что, по-видимому, срывы эти адресованы ее мужу, дети в них или вообще не участвуют, или оказываются вовлечены в качестве «невин-

ных жертв». Интересно, что однажды один из ее детей остановил развитие срыва, сказав, что ему в такие моменты родительских ссор становится страшно. «Меня это остановило, – говорит Карина. – Ну так рационально совершенно». Как будто ребенок выступил в качестве компенсаторного продолжения того рационального начала, которое Карина столь ценит в себе и которое в моменты срывов отказывает ей. Карине очень хотелось бы, чтобы ее муж вел себя в эти моменты как-то иначе – не так, как это обычно происходит: «как-нибудь меня рационально останавливал», – говорит Карина. Она пыталась ему об этом сказать и даже писала письма – так ее рациональное Я с помощью доступных ему средств (рациональной речи и письма с инструкциями, делегируя функцию контроля другому) старалось упорядочить то, что регулярно вырывалось из-под контроля. Однако, как говорит Карина, муж в моменты ее срывов всегда «заходил еще больше»: «и я вслед за ним – и получается такая цепная реакция». Неприятное для всех развитие ситуации в конечном счете заставляло ее немного «забыть» о собственном аффекте, «дать назад»: всякий раз она сама приступала к рациональному разрешению ситуации и пыталась успокоить и мужа, и себя.

Можно предположить, что в срывах Карины действительно присутствует коммуникативное послание мужу, на которое, видимо, он не реагирует или реагирует не так, как ей хотелось бы. По-видимому, она не очень удовлетворена качеством отношений с ним (эта тема действительно станет одной из основных в ее дневниках), ей хотелось бы, может быть, большей близости, признания ее эмоциональной, женской части (недаром в ее собственных попытках объяснений своих состояний уже в самом начале сессии, в ее первой реплике появляется представление о женском цикле и полнолунии). Можно выдвинуть и более общую гипотезу. Возможно, срывы (уже в первой реплике звучит и их другое обозначение – порыв, и этот смысл полностью проявит себя в сессии позже, в образе, который создаст Карина во время режиссерской постановки своего симптома) – симптоматическое проявление эмоциональной части Я – части подчиненной, вытесненной, репрессированной, обходной путь выражения желания, и в таком случае предьявляемая и другим, и самой себе рациональность Карины – что-то вроде защитного панциря.

Благодаря некоторым проясняющим интервенциям психотерапевта в определенный момент сессии появляется важный смысловой сдвиг в описании Кариной своих состояний. Оказывается, то, что ответственно в ней самой за срывы, их внутренний источник, не может быть полностью отчужден. Карина готова признать, что в этих срывах есть какие-то бонусы для нее. Стихия,

которая охватывает ее (метафору природной стихии – бури, землетрясения, цунами – предлагает терапевт, и Карина подхватывает ее), опасна, потому что «весь привычный ритм нарушает», и в то же время «как будто и что-то привлекательное в ней тоже есть», что-то в этом состоянии может нравиться, и Карина неосознанно стремится это повторить. По-видимому, Карину привлекает сама энергия, скрытая в этих состояниях. То, какой выход находит энергия, не нравится рациональному Я Карины, однако она не готова полностью расстаться с этой стихией в себе, она мечтает о том, чтобы ее приручить, направить в творческое, конструктивное русло, реализовав тем самым фантазм целостности.

*Формулировка случая:
психотерапевтическое изменение*

Значимый смысловой сдвиг в представлении своих переживаний появляется у клиентки в момент, когда, завершив предварительный диалог по прояснению проблемы, терапевт приступает собственно к «режиссерской постановке симптома». Первый этап методики – поиск словесного обозначения, названия проблемного состояния и конструирование его альтернативы – желаемого состояния. Карина находит довольно сильные названия – конец мира и его начало, отсылающие к мифологическим и библейским сюжетам и образам (слово «конец» вначале немного смущает Карину, поскольку ассоциируется с разводом – «не со смертью даже, – говорит Карина, – а именно с разводом»; но после некоторых колебаний она останавливается все же на этом названии). Терапевт поддерживает такой язык и присоединяется к смысловому миру клиентки и используемым ею культурным символам.

На следующих этапах реализации методики терапевт, задействуя техники эриксоновского гипноза, предлагает клиентке вначале в своем воображении отправиться в театр, а затем перевоплотиться в режиссера и создать для актера (в которого, в свою очередь перевоплощается терапевт) образ, выражающий состояние конца мира и его начала. На этих этапах мы наблюдаем интенсивную работу смыслообразования клиентки. Рождающийся у Карины образ своих переживаний в смысловом плане значительно отличается от того их описания, с которого она начинала диалог с терапевтом на предварительном этапе прояснения проблемы. Выражением состояния конца мира, который Карина предлагает воплотить терапевту-актеру, становится человек, пытающийся вырваться из удерживающих его оков. Вместо животного, неконтролируемого,

опасного *срыва* звучит *порыв* к свободе, желание освободиться от пут, вырваться из оков, бунт. Карина говорит, что этот порыв – путь в никуда: там, куда рвется воображаемый ею герой, нет жизни – там только смерть. В интерпретации Карины довольно много драматизма: конец мира и его начало, жизнь или смерть. Для представления о звуке, издаваемом воображаемым персонажем, Карина также использует сильный образ хора, оплакивающего весь мир и судьбу героя. Создаваемая смысловая конфигурация такова, что плохим оказывается любой выбор: невыносимая жизнь или смерть. Порыв к освобождению оборачивается бессмысленным *надрывом* (это слово использует терапевт-актер, примеривающий на себя роль, предлагаемую ему клиенткой–режиссером). Нет спасения. Нет выхода. Тупик, предел, отчаяние.

Однако очень скоро в образе появляется и еще один важный элемент – окно, из которого льется свет. Вначале это окно, которого герой не видит, но главное – что оно есть. В определенный момент диалога с терапевтом Карина неожиданно связывает окно с надеждой. Предоставив клиентке возможность создать насыщенный образ своего состояния (конца мира) и как будто вжившись в него, терапевт-актер, на следующем этапе реализации методики, просит дать ему какие-то указания, позволяющие смягчить тяжелые переживания, вызванные образом. «Как отсюда, из этой роли выйти? – спрашивает терапевт. – Что для этого нужно сделать?» «Надеяться нужно», – говорит Карина. Чуть позже она еще произнесет: «На личной трагедии жизнь не заканчивается». В рефлексивных дневниках Карина трактует именно этот момент как наиболее важный во всей сессии – момент инсайта (который, однако, в самой сессии не был отрефлексирован ни самой Кариной, ни терапевтом). Здесь происходит изменение эмоционального тона, сопровождающего размышления о проблеме: вместо чувства тупика, черноты, отчаяния, невозможности что-либо изменить (ведь изменение – это смерть, нет ничего, кроме того, откуда так хочется вырваться) появляется ощущение выхода, пока, возможно, всего лишь воображаемого или существующего только внутри, в психическом пространстве, в виде надежды. Но окно действительно способно вести в другой мир, окно – это действительно выход; оказывается, где-то там, за окном еще есть жизнь, оказывается, темная сцена – не замкнутое пространство, а часть более широкого мира, где есть прогулки, удовольствия, дети, работа. Нужно подойти к окну и вдохнуть что-то новое – то, что было обозначено Кариной как начало, когда она искала название желаемому состоянию.

В рефлексивных дневниках, через неделю после сессии, Карина обращает внимание на эту, как ей кажется, крайне важную фразу:

И еще в процессе консультации вдруг я проговорила отрешенно: «С личной трагедией жизнь не заканчивается». Это как инсайт. О том, что все эти срывы – отголоски тех встреч с Л.⁴, когда было прекрасно: и периодичность та же, и как будто тут все наоборот, полюса поменялись местами: сначала – весна и полет (Л.), потом – реальность моей жизни (М.), судьбинность, принятие и прочее-прочее-прочее, из цепей которой я хочу вырваться, прекрасно понимая, что впереди только смерть в одиночестве и окаменение сердцем. Или – даже более вероятно – смерть реальная.

Как мы можем предположить из материала сессии, проблема, возможно, меняет масштаб, становится чуть меньше – точнее, меняется ее смысловое наполнение за счет изменения контекста: она становится маленькой частью большого мира – ведь к тому, что происходит на «сцене», не сводится вся жизнь. Однако, по-видимому, сама проблема остается, она по-прежнему – «темный, неприятный кусок жизни». В процессе сессии, благодаря работе с образом, удалось продвинуться в понимании, что именно происходит в этой темноте, был сделан шаг на пути к «ассимиляции проблемного опыта» (как определяет А. Перякюля метацель психотерапии), но, похоже, пока эта ассимиляция достигается Кариной путем примирения с тем, что есть, иными словами, жизнь все еще связывается ею с судьбой, с которой, как известно, ничего не поделаешь. И вместе с тем «окно» надежды уже неизменно присутствует на сцене, и свет, льющийся из него, способен преображать.

В рефлексивных дневниках через полтора года после сессии Карина пишет:

Самая глубокая точка, до которой мы добрались, была про какое-то глубинное, глобальное одиночество, про жизнь, которую отделяет от смерти всего один шаг – и его нельзя ступить, потому что сзади тебя ремнями держат домочадцы. Про самоубийство, по большому счету, хотя этого слова не звучало, было понятно, что терапевт это почувствовал, назвал «окаменелостью». А я поняла причину этого одиночества и даже произнесла вслух – и это было что-то вроде инсайта, показывающего, что, собственно, стоит за этими скандалами: «На расставании жизнь не заканчивается» (или что-то вроде того). Это о том, подумала я, что совсем не обязательно губить свою жизнь (и себя) только потому, что ты живешь не с тем человеком, с которым хотела бы прожить жизнь.

⁴ Здесь и далее все инициалы изменены.

Обратим внимание, что во время сессии Карина использует более сильные слова: «личная трагедия». По прошествии времени «личная трагедия» заменяется «расставанием».

«Стало легче принять эту безысходность и одиночество как экзистенциальный фон и не пытаться вырваться из той жизни, которая есть, потому что никакой другой как бы и не может быть. Как будто место надрыва заняло смирение. И эти полтора года были как будто и более мирные, с меньшим количеством скандалов, –

пишет Карина. И далее она приводит замечание, позволяющее предположить, что происходящие изменения более значительны, что она уже нащупывает другие, отличные от смирения, модусы понимания себя и построения своей жизни. Она пишет:

Кроме того, стало возможно думать о каких-то новых отношениях, выстроенных на других основаниях, – не на смирении и безысходности, а на радости и свободе.

Микроанализ взаимодействия психотерапевта и клиента: особенности коммуникативных секвенций на предварительном этапе

Как мы отмечали выше, наиболее существенные смысловые сдвиги в понимании клиенткой своего проблемного опыта (и это подтверждает сама Карина в ее дневниках) происходят в процессе «режиссерской постановки симптома», когда клиентка ищет наименование своему состоянию и далее создает символизирующий его образ. Однако можно предположить, что подобные сдвиги во многом оказываются подготовлены той работой смыслообразования, которая происходит на предварительном этапе, еще до того, как терапевт переходит к реализации этапов методики. Микроанализ взаимодействия терапевта и клиентки в начале сессии позволяет выявить ряд особенностей их коммуникации, инициирующих и поддерживающих смысловую работу клиентки.

На протяжении всего предварительного этапа секвенции (последовательность коммуникативных ходов собеседников) имеют схожую структуру. После реплики клиентки (предшествующее действие), в которой Карина представляет описание своих переживаний, следует очень пространный реплика терапевта (целевое действие), которая, как правило, носит характер формулирования. Обращает на себя внимание тот факт, что терапевт практически не

задает вопросов, а если вопросы все же звучат, то обычно внутри длинных формулировок и нацелены на прояснение некоторой детали

Т: Примерно раз в месяц... буря влетает в ваш дом, все жмутся по углам, вы пышите гневом... потом, когда все это заканчивается, все собирают... остатки сервиза, мебели, членовредительства нет?

К.: Ну бывает.

Т.: Значит остатки рук, ног, все собирается, склеивается...

Реплики терапевта зачастую больше по объему реплик клиентки. Терапевт произносит их в медленном темпе, с паузами. Возможно, погружение клиентки в состояние легкого транса начинается задолго до начала применения «режиссерской постановки симптома». Отметим, что в статье, посвященной методике, Василюк много внимания уделяет трансным техникам и тому, как с их помощью придать условную реальность множественным «мирам» (мир психотерапевтического сеанса, мир прогулки к театру, мир режиссера в театре и т. д.), каждому из которых соответствует свой «регистр сознания» (совокупность уровней рефлексии, осознания, непосредственного переживания, бессознательного). Переход к трансовому состоянию у Василюка строго маркирован, он происходит после этапа именованного состояния и желаемой альтернативы

Давайте теперь попробуем сделать следующий шаг... Я вас попрошу сейчас войти в такое состояние чуть более расслабленное... Подышите, пожалуйста, и т. д.

И точно так же маркирован выход из этого состояния в конце реализации методики

Теперь пусть ваше сознание совершит мысленный переход... Теперь, когда вы снова оказались в этом кресле, снова соединились с собой, я напому, что ваше сознание совершило это путешествие... Я считаю. Когда я скажу «один», ваше сознание должно быть ясное, как утреннее солнце, и т. д.

Комментируя происшедшее на сессии, Карина говорит, что вся процедура с наведением транса ее немного раздражала и она не чувствовала ее необходимости. В самом деле, в конце процедуры Карина прерывает терапевта: «Оно (*сознание – авт.*) уже ясное, можно не считать». Однако она же подчеркивает, что легкий транс

присутствовал еще до того, как введение в него было специально обозначено, и именно поэтому, возможно, акцентирование транс-овых техник на определенном этапе реализации «режиссерской постановки симптома» несколько избыточно – по крайней мере, в случае именно этой клиентки.

Итак, целевые действия терапевта в коммуникации с клиентом на предварительном, проясняющем проблему этапе имеют характер формулировок с применением приемов наведения легкого транса (медленный темп, паузы, определенный ритм дыхания и др.). В смысловом плане они, как правило, представляют собой перефразирование реплик клиентки и преувеличение. Первые поддерживают процесс самоисследования клиентки, вторые нацелены на изменение ее позиции по отношению к озвучиваемой ею проблеме. Терапевт часто прибегает к иронии, которая должна менять масштаб проблемы, снижать градус ее значимости. Однако клиентка часто не присоединяется к ироническим действиям терапевта, в ее ответах присутствует сопротивление. В третьей позиции, в ответ на действия клиентки, терапевт может продолжить свою ироническую линию, и в этом случае следующая секвенция выглядит так, как будто клиентка возвращается к своему описанию проблемы или даже усиливает его, как бы настаивая на собственной ее версии. Но чаще терапевт, откликаясь на ответ клиентки, корректирует свои формулировки и снижает градус преувеличений.

Выше мы приводили реплику Карины (предшествующее действие), в которой она в первый раз предъясняет проблему, подытоживая: «Темный и неприятный кусок моей жизни». Рассмотрим остальные элементы данной секвенции.

Т. (*целевое действие*): (4) примерно раз в месяц (2) тут нет наверное четкой датировки

К.: [да примерно раз в месяц

Т.: [какая-то буря влетает в ваш (-) дом (-) все (-) жмутся по углам (-) вы (-) пынете гневом (-) все вокруг (-) потом когда все это заканчивается все собирают (4) когда цунами пройдет остатки сервиза ме:бели членовредительства нет?

К: =xxxx ну (2) бывает

Т.: =значит остатки рук ног все это собирается склеивается (-) становится на места (-) потом (-) но (-) такое ощущение такой очень большой абсолютной даже неконтролируемости (-) непроизвольности (-) неуправляемости и непредвиденности это действительно как какое-то землетрясение (-) вы думали над этим вы думали ну что может быть причиной какие-то физиоло-

гические ритмы как-то вас это (4) не узнаете вы что-то (-) вы (4) думали может я не до конца узнаю но я могу управлять (-) но ощущение что даже непонятно как подступи:ться даже не знаешь когда оно грядет (-) смотреть на календарь? может, когда полнолуние? тоже (-) вроде нет такого совпадения (4) в общем тут это какая-то чуждая (-) чуждая поведе:нию именно срыв как будто вы туда срываетесь (4) похоже (-) это даже не совсем и вы говорите мне вообще-то это не свойственно но тут я себя застаю в этой роли (2) такого цунами (-) и последнее (4) что так я услышал (4) что вы говорите это неприятно крайне и морально и предосудительно говорите вы я бы довольствовалась малым если бы хоть как-то (.) хоть чуть больше (.) могла бы этим управлять то есть (4) лучше бы это совсем ушло

К.: [ну да

Т.: [но если бы хоть немножко это (2) меньше посуды например побить (-) есть какие-то единицы изменения (.) которыми можно было бы (4) зафиксировать что вы довольны хотя бы этим какой-то минимальный результат?

К. (*ответ*): = наверное я хотела бы (6) ну останавливать это по собственному желанию (2) вот так вот покричала и хватит а там уже запускается какой-то процесс что как будто невозможно остановиться головой понимаешь что детям пора спать или они спя:т даже что сейчас (.) перебудишь весь дом что лучше было бы перейти к какому-то мирному обсуждению попить чай на кухне обсудить что случилось (4) иногда ведь мне кажется (2) что ничего и не случа:ется как будто не бывает даже (-) видимой причины (-) это не какая-то там идеологическая ссора или непонимание это просто как-то (2) вдруг (2) как будто бы я специально начинаю провоцировать супруга (2) для того чтобы потом покричать побить посуду (-) что-то выплеснуть такое (-) гнев ли это? мне кажется даже и не вполне гнев (-) что-то (-) прям животное

Т. (*третья позиция*): =вы сейчас пытаетесь это понять и похоже что вашему уму не до конца вообще понятно (2) кое-что вы знаете про это (2) но ощущение какой-то иррациональности (2) в этом есть= ммм (2) вот вы говорите что-то такое животное нет мотива в этом специального (-) нет глубокого повода (-) есть какая-то могучая сила как будто не вы этим движете (2) а сила и (4) даже когда она уже в вас начинает подниматься (4) вы сами эту ситуацию создаете невольно так

Приведенная секвенция достаточно типовая для разбираемой нами сессии. Как можно видеть, терапевт в целевом действии использует перефразирование вместе с легкой иронией. Клиентка же

не присоединяется к иронической линии терапевта и в своем ответе реагирует на встроенный в формулирование вопрос, как бы продолжая свою версию, начатую в первой реплике, в серьезном, рациональном тоне. В третьей позиции терапевт снова использует перефразирование, но уже ближе к тону клиентки, не прибегая к ироническим преувеличениям и обращаясь к рефлексивной части ее Я, размышляющей над проблемой.

В дальнейшем в целевых действиях терапевта градус иронии может усиливаться. И тогда клиентка может отвечать не просто ее игнорированием, продолжая вести свою линию, но сама, в свою очередь, усиливает градус серьезности, подчеркивая значимость того, о чем она говорит.

Следующая секвенция хорошо иллюстрирует сказанное.

К. (*предшествующее действие*): ... (2) а дальше идет цепочка а не болезнь ли это психическая (2) может быть это связано с каким-нибудь (2) расстройством личности или еще что-нибудь такое (2) что может прогрессировать а потом может закончиться сумасшедшим домом (2) ну я утрирую сейчас немножко (2) но такой вектор есть

Т. (*целевое действие*): = какие-то по крайней мере (2) подкладка тревожная это может быть (2) раз это настолько неконтролируемое не психическое ли это расстройство не нужно ли в Интернет залезть в Википедию посмотреть какие там симптомы (2) и дальше такая (2) трагическая картина когда вы лежите в психиатрической больнице, а дети ходят (2) носят цветы (2) а присмиривший муж там стоит под окнами что-то в этом духе

К.: = до такого не доходило но интересно наверно если довести до логического предела то

Т.: [если довести там уже слишком миролюбивая картина как раз лучше не доводить а доводить до того как приезжает (2) перевозка (-) вас (2) четыре таких (2) санитаров крупных (2) увозят (2) на глазах у соседей что-нибудь такое

К. (*ответ*): = нет скорее про самоубийство

Т.: [ммм!

К.: [в эту сторону (2) срыв который закончится самоубийством (4) я когда-нибудь не выдержу и прыгну в окно (4).

Т.: [это все да

К.: [это же неконтролируемое

Т.: (*скорректированное целевое действие*) = это все (2) как будто бы (2) такой (2) тенью не то, что вы додумываете какие-то картины и так далее (2) это как пугающая тень вот сейчас вы ее назвали (-) а раньше (-) вот так приближаетесь умом к этому но прямо не на-

зываете (2) тем она и тревожит особенно что там есть что-то совсем страшное совсем катастрофическое совсем безумное такое (4) как бы разыгрывается полностью разыгрывается карта произвольного (2) произвольного точнее поведения (4) что-то такое да?

К. (*ответ*): = ну может быть

Т.: (*третья позиция*) эээ (4) я кажется понял такое ощущение (2) что вокруг этих срывов атмосферу (2) чем они вам не нравятся хотя я так чуть-чуть подшучиваю над этим (2) хотя я все больше ощущаю что там не до шуток внутри этого состояния и вы можете снисходительно отнестись к моему (2) подшучиванию но там (4) у меня, пока мы говорим все больше возникает ощущение сейчас в себя вслушиваюсь (4) ммм (4) какое-то подступающее ощущение действительно (4) ожидания что со мной что-то может случиться и я не успею заметить а оно случится или вот (4) какого-то страха (4) случающегося события срыва случающегося (2) сам он по себе тоже плох (2) но как будто бы он своей повторяемостью тем что он все время где-то живет (2) он все время вызывает ощущение (2) невозможно полностью расслабиться довериться самому себе своему состоянию он может подстергать и выпрыгнуть как какой-то зверь в этом у меня какое-то ощущение страха возникает

В приведенной секвенции клиентка довольно драматично описывает состояние (расстройство, психическая болезнь, сумасшедший дом). Прибегая к дискурсу психопатологии, она акцентирует неконтролируемость своих состояний и как бы отчуждает от себя ту часть, которая связана с эмоциональными срывами: это не я, это болезнь, которая может прогрессировать, которая может меня разрушить. Терапевт в своем целевом действии предлагает ироничную интерпретацию: он как будто подтрунивает над клиенткой и ее драматизациями. В его интерпретации поведение клиентки выглядит истеричным: как будто она добивается внимания (дети приходят с цветами в дурдом, санитары увозят на глазах у всех). В своем ответе клиентка вступает в конфронтацию с терапевтом и еще более усиливает драматизм описываемой ею ситуации (самоубийство). Продолжая целевое действие, терапевт вносит коррективы в тон своих фраз, и далее используемые им перефразирования эмпатически продолжают линию клиентки («сейчас в себя вслушиваюсь... ощущение страха возникает»).

Интерес представляет начало секвенции, следующей за приведенным эпизодом (после высказывания терапевта, заканчивающегося фразой о возникающем у него страхе).

К.: = ну скорее не совсем так мне кажется (2) тут (2) мне очень понравилось про контроль (4) скорее так (4) я так безопасно стараюсь жить чтобы все было под контролем (2) чтобы я понимала что происходит со мной (2) с моими близкими (2) и (2) в общем тех ситуаций в которых я этот контроль теряю я стараюсь избегать (2) там не знаю (2) не напиваюсь например (4) или там боюсь (4) стараюсь записывать помнить что-то фиксировать (4) а здесь (2) как будто бы (2) никакого контроля нет (2) это происходит со мной казалось бы (4) не с другим человеком не с мужем не с детьми и я не могу себя контролировать (4) не могу сказать Карина успокойся (4) сейчас ты не скандалишь (4) я не знаю что нужно сделать (2) чтобы это прекратить нет ну наверное можно (2) там совсем рационально сказать (4) не знаю (2) пробовала ли я так (2) просто при первых подступлениях этого чувства говорить себе что нет мы не скандалим (-) вроде нет (6) ну как будто да (2) вот вы в начале сказали про стихию (4) и как будто мне эта стихия с одной стороны опасна (2) какой-то весь ритм привычный нарушает а с другой стороны как будто и что-то привлекательное в ней тоже есть (.) сейчас когда я стала рассказывать (2) мне кажется что может быть я дука::влю бонусы от этого состояния я может тоже получаю может мне нравится (4) что-то в этом состоянии может нравиться (4) или я стремлюсь его повторить поэтому неосознанно как-то

Как мы отмечали выше, в параграфе, посвященном формулированию случая и анализу проблемы, именно в этот момент сессии у клиентки наблюдается сдвиг в понимании ситуации и своего опыта, и она начинает размышлять о бонусах своего состояния. Микроанализ предшествующего фрагмента взаимодействия с терапевтом позволяет предположить, что изменение в самопонимании клиентки становится ответом на изменение характера коммуникативных ходов терапевта: в третьей позиции предыдущей секвенции терапевт оставляет характерную для нескольких предыдущих его ходов иронию и предлагает эмпатическую реплику, он как будто вчувствуется в состояние клиентки, встает на ее место и озвучивает то, что он чувствует. Возможно, именно открытое признание терапевтом эмоциональной сложности клиентки, ее внутренней неблагополучности становится для нее опорой, отталкиваясь от которой она может более безопасно для себя исследовать разные стороны своего состояния. Не стоит, однако, недооценивать и эпизоды противостояния, в которых клиентка сопротивляется ироническим ответам терапевта. Возможно, говоря вначале о серьезной психической болезни, а потом о самоубийстве, Карина в отношениях с психотерапевтом предпринимает коммуникативное действие,

похожее на то, что происходит в ее взаимодействии с мужем – она «бьет посуду» в своем желании быть услышанной. И признание собеседником ее душевных переживаний в этот момент может быть весьма терапевтичным. Очень важно, что терапевт балансирует между иронической проблематизацией озвучиваемой клиенткой версии опыта и эмпатическим следованием за нею, причем именно эмпатическая позиция в конечном счете становится преобладающей в коммуникативных ходах терапевта.

Можно заметить, что в некоторые моменты сессии в разговоре клиентки с терапевтом как будто появляется общий ритм – как результат со-настройки друг с другом: не только терапевт подстраивается под особенности речи клиентки, но и она начинает произносить свои фразы примерно в том же темпе, с паузами, в каком говорит терапевт. Анализ структуры перефразирований и интерпретаций терапевта (выше мы уже отмечали, что реплики терапевта зачастую длиннее реплик клиентки, и это характерная особенность терапевтического стиля Василюка), показывает, что они представляют собой наброски множества ключевых терминов, смысловых конфигураций, немного отличающиеся друг от друга по жанру, эмоциональному тону, культурным ассоциациям: терапевт как будто создает вариации смыслов сказанного клиенткой, давая возможность ей зацепиться за какие-нибудь из них. Эффект от этих набросков может быть отсроченным, как это произошло в приведенных выше фрагментах: уже в целевом действии в ответ на самую первую реплику клиентки терапевт предлагает, среди прочего, такие метафорические описания состояния, как буря, цунами, землетрясение; эти метафоры в реплике терапевта имеют ироническую окраску (хотя не только ее – эмоциональный тон тоже варьируется даже в пределах одной реплики терапевта), и в ответе клиентки они не получают продолжения (как мы уже отмечали, она не присоединяется к иронии и продолжает описание на своем языке, как будто игнорируя смещения смыслов, предлагаемые терапевтом); однако далее в ее репликах (как раз после существенного изменения тона терапевта – перехода от иронии к эмпатической подстройке) появляется метафора стихии – с отсылкой на то, что ранее это говорил терапевт, и далее эта метафора становится для клиентки одной из ключевых, открывая путь к последующему созданию главного образа. Иными словами, смысловые наброски терапевта работают, подобно коллекции культурных знаков, символов, парадигм: извлеченные в нужный момент, они могут стать для клиентки частью вновь создаваемых ею синтагм – высказываний и образов, по-новому конфигурирующих опыт.

Заключение

Анализ изменений клиентки, опирающийся как на ее собственные свидетельства, так и на наблюдения за характерной для нее динамикой смыслов на протяжении психотерапевтической сессии, позволяет сделать вывод о том, что понимающая психотерапия с использованием методики «Режиссерская постановка симптома» может приводить к существенным переменам в отношении клиента к своему проблемному опыту. Наблюдаемые изменения клиентки касаются не только смыслов конкретной ситуации, но и устойчивых смысловых конфигураций личности. В рассматриваемом нами случае основные изменения в обращении со своим проблемным опытом происходят у клиентки именно в процессе использования психотерапевтом «режиссерской постановки симптома», однако проведенный в первой части исследования микроанализ фрагмента сессии, предваряющего применение методики, дает возможность увидеть, что определенные смысловые преобразования происходят уже на этом этапе. Им способствует прием смысловых набросков [Бусыгина 2019], применяемый психотерапевтом в сочетании с приемами наведения легкого транса и нацеленный на экспериментирование с эмоциональным тоном и масштабом проблемы, а также жанром рассказа о ней. Стоит обратить внимание также на то, что в целевых действиях терапевт нередко прибегает к мягкой конфронтации с клиенткой. Продуктивность этой конфронтации, по-видимому, зависит от того, насколько сензитивен терапевт к реакциям клиента (ответам на целевые действия). Большое значение имеет способность терапевта показать присоединение к эмоциональному тону и/или языку клиента, используя в третьей позиции эмпатические реплики.

Литература

- Бусыгина 2009 – *Бусыгина Н.П.* Научный статус методологии исследования случаев // Консультативная психология и психотерапия. 2009. Т. 17. № 1. С. 5–29.
- Бусыгина 2019 – *Бусыгина Н.П.* Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка и поворот к языку в социальных науках, психологии и психотерапии // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 1. С. 15–24.
- Буххольц и др. 2017а – *Буххольц М., Агарков В.А., Кэхеле Х.* Применение стратегий анализа беседы в исследовании психоаналитического процесса. Ритм энд блюз: 152-я сессия Амалии (часть 1) // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 3. С. 76–97.

- Бухгольц и др. 2017b – *Бухгольц М., Агарков В.А., Кэхеле Х.* Применение стратегий анализа беседы в исследовании психоаналитического процесса. Ритм энд блюз: 152-я сессия Амалии (часть 2) // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 115–146.
- Василюк 1992 – *Василюк Ф.Е.* Режиссерская постановка симптома (психотерапевтическая методика) // Московский психотерапевтический журнал (Консультативная психология и психотерапия). 1992. № 2. С. 105–144.
- Василюк 1988 – *Василюк Ф.Е.* Уровни переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. 1988. № 5. С. 27–38.
- Гадамер 1988 – *Гадамер Х.-Г.* Истина и метод. Основы философии герменевтики. М.: Прогресс, 1988. 704 с.
- Мельникова, Хорошилов 2020 – *Мельникова О.Т., Хорошилов Д.А.* Методологические проблемы качественных исследований в психологии. М.: Акрополь, 2020. 324 с.
- Улановский 2016 – *Улановский А.М.* Феноменология разговора: метод конверсационного анализа // Вопросы психолингвистики. 2016. Т. 27. № 1. С. 218–237.
- Хорошилов, Машков 2022 – *Хорошилов Д.А., Машков Д.С.* Исследование магии в современном обществе сквозь призму биографии (на примере нарративного анализа жизненной истории) // Вестник РГГУ: Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 4. С. 79–90.
- Conversation Analysis 2008 – *Conversation Analysis and Psychotherapy* / Ed. by A. Peräkylä, Ch. Antaki, S. Vehvilainen, I. Leudar. N.Y.: Cambridge University Press, 2008. 222 p.
- Elliott 2010 – *Elliott R.* Psychotherapy Change Process Research: Realizing the Promise // *Psychotherapy Research*. 2010. Vol. 20 (2). P. 123–135.
- Peräkylä 2019 – *Peräkylä A.* Conversation Analysis and Psychotherapy: Identifying Transformative Sequences // *Research on Language and Social Interaction*. 2019. Vol. 52 (3). P. 257–280.
- Whalen, Raymond 2000 – *Whalen J., Raymond G.T.* Conversation Analysis // *The Encyclopedia of Sociology*. 2nd edition / Ed. by E.F. Borgatta, R.J.V. Montgomery. N.Y.: Macmillan Reference USA, 2000. P. 431–441.

References

- Buchholz, M., Agarkov, V.A. and Kächele, H. (2017), “Applying the conversational analysis strategies to psychoanalytic process research. Rhythm and blues: 152nd session with Amalia” (part 1), *Counseling Psychology and Psychotherapy*, vol. 25, no. 3, pp. 76–97.
- Buchholz, M., Agarkov, V.A. and Kächele, H. (2017), “Applying the conversational analysis strategies to psychoanalytic process research. Rhythm and blues: 152nd session with Amalia” (part 2), *Counseling Psychology and Psychotherapy*, vol. 25, no. 4, pp. 115–146.

- Busygina, N.P. (2009), "The issue of the scientific character of case-study methodology", *Counseling Psychology and Psychotherapy*, vol. 17, no. 1, pp. 5–29.
- Busygina, N.P. (2019), "Co-experiencing psychotherapy of F. Vasilyuk and linguistic turn in social sciences, psychology and psychotherapy", *Cultural-Historical Psychology*, vol. 15, no. 1, pp. 15–24.
- Elliott, R. (2010), "Psychotherapy Change Process Research: Realizing the Promise", *Psychotherapy Research*, vol. 20, no. 2, pp. 123–135.
- Gadamer, H.-G. (1988), *Istina i metod* [Truth and Method], Progress, Moscow, Russia.
- Khoroshilov, D.A. and Mashkov, D.S. (2022), "Study of magic in modern society through the prism of biography (on the example of a narrative analysis of the life history)", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Serie*, no. 4, pp. 79–90.
- Melnikova, O.T. and Khoroshilov, D.A. (2020), *Metodologicheskie problemy kachestvennykh issledovaniy v psikhologii* [Methodological issues of qualitative studies in psychology], Akropol', Moscow, Russia.
- Peräkylä, A. (2019), "Conversation Analysis and Psychotherapy: Identifying Transformative Sequences", *Research on Language and Social Interaction*, vol. 52, no. 3, pp. 257–280.
- Peräkylä, A., Antaki, Ch., Vehvilainen, S. and Leudar, I. (eds.) (2008), *Conversation Analysis and Psychotherapy*, Cambridge University Press, N.Y., USA.
- Ulanovsky, A.M. (2016), "Phenomenology of conversation: method of conversation analysis", *Journal of Psycholinguistics*, vol. 27, no. 1, pp. 218–237.
- Vasilyuk, F.E. (1988), "Levels of experiencing and methods of psychological assistance", *Voprosy psikhologii*, no. 5, pp. 27–38.
- Vasilyuk, F.E. (1992), "Director's staging of a symptom", *Moskovskii psikhoteravticheskiy zhurnal* [Counseling Psychology and Psychotherapy], no. 2, pp. 105–144.
- Whalen, J. and Raymond, G.T. (2000), "Conversation Analysis", in Borgatta, E.F. and Montgomery, R.J.V. (eds.), *The Encyclopedia of Sociology*, 2nd edn, Macmillan Reference, N.Y., USA, pp. 431–441.

Информация об авторах

Наталья П. Бусыгина, кандидат психологических наук, Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Россия; 127051, Москва, ул. Сретенка, д. 29; boussyguina@yandex.ru

Ксения Т. Сергазина, кандидат исторических наук, магистр психологии, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 6; ksergazina@gmail.com

Information about the authors

Natalia P. Busygina, Cand. of Sci. (Psychology), Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia; bld. 29, Sretenka Street, Moscow, Russia, 127051; boussyguina@yandex.ru

Ksenia T. Sergazina, Cand. of Sci. (History), Master of Psychology, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6/6, Miuskaya Square, Moscow, Russia, 125047; ksergazina@gmail.com

Работы молодых ученых

УДК 159.9

DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-121-141

Феномен карьеры: трансформация представлений в зарубежной психологии

Дмитрий Д. Антонов

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, ddantonov1997@yandex.ru*

Аннотация. Статья посвящена изучению феномена карьеры и трансформации представлений о ней в зарубежной психологии. Предполагается, что большинство описанных в научной литературе взглядов на карьеру можно сгруппировать на те, что выступают за линейно-поступательное развитие работника, и те, что предлагают рассматривать карьеру человека как карьеру без границ, не скованную организационными рамками. Первый подход можно обозначить как организационно-центрированный, второй как эго-центрированный. Эмпирическую реализацию организационно-центрированный подход получил в работах Д. Сьюпера, изучавшего проблему карьеры в 50–60 гг. XX в. Он предложил ставшее классическим определение карьеры, выделил ее стадии, описал путь профессионала, преимущественно белого, миддлклассового мужчины. Идеи эго-центрированного подхода к карьере воплотились в концепциях безграничной и поливариативной карьеры, сформировавшихся для объяснения карьеры в профессиях, существующих в условиях географической и межорганизационной мобильности, принципиальной изменчивости. Отдельный блок посвящен недостаточно известной российскому исследователю концепции карьерных намерений К.Й. Чана и Ф. Дразгоу. Суть концепции можно обозначить следующим образом: человек не обязан выбирать одно направление, но вправе реализовываться сразу в нескольких.

Ключевые слова: карьера, протейная карьера, безграничная карьера, карьерные намерения

Для цитирования: Антонов Д.Д. Феномен карьеры: трансформация представлений в зарубежной психологии // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 121–141. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-121-141

© Антонов Д.Д., 2026

The phenomenon of career: the transformation of ideas in foreign psychology

Dmitry D. Antonov

Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia

ddantonov1997@yandex.ru

Abstract. The article is devoted to the study of the phenomenon of career and the transformation of ideas about it in foreign psychology. It is assumed that most of the views on career described in the scientific literature can be grouped into those that advocate the linear and progressive development of an employee, and those that propose to consider a person's career as a career without borders, not constrained by organizational frameworks. The first approach can be described as organizational-centered, the second as ego-centered. D. Super worked on implementing the organization-centered approach during 1950s and 1960s. He proposed a classic definition of a career, defined the career stages and described the path of a professional, predominantly white, middle-class man. The idea of an ego-centered approach to a career was conceptualized as boundaryless and versatile to explain careers in professions that have high geographical/interorganizational mobility and fundamental variability. A section of the article concentrates on the concept of EPL (Entrepreneurship-Professionalism-Leadership) by K.Y. Chan and F. Drasgow, little known to Russian researchers. The essence of the concept can be outlined as follows: a person is not obliged to choose one direction, but has the right to develop in several at once.

Keywords: career, protean career, boundaryless career, EPL model

For citation: Antonov, D.D. (2026), "The phenomenon of career: the transformation of ideas in foreign psychology", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 2, pp. 121–141, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-121-141

Введение

Социальная реальность мозаична, ее калейдоскопная природа определяет многообразие взглядов на феномен карьеры. На сегодняшний день не приходится говорить об ее окончательном структурировании, вероятно, оно невозможно, поскольку представления ученых о социальной реальности неизбежно несут в себе отпечаток ее преобразований. Трансформации карьеры с течением времени побуждают исследователей к непрерывной рефлексии этого феномена, и ее результатом являются различные подходы к пониманию карьеры.

Рассмотрим наиболее важные с нашей точки зрения подходы, оформившиеся во второй половине XX – первой трети XXI в. Исторически первым сложился взгляд, который можно обозначить как организационно-центрированный подход. Он получил свое эмпирическое воплощение в исследованиях Д. Сьюпера в 50–60 гг. XX в. С 90-х гг. XX в. вследствие роста транзитивности социальной реальности организационно-центрированный подход оказался неважным для объяснения и описания карьеры ряда профессий, в связи с чем утратил свою доминирующую позицию как объяснительного принципа. Вместе с тем он не покинул арену совсем, сохранив влияние в структурах, основанных на иерархии и единоначалии. Параллельно с организационно-центрированным подходом началось формирование эго-центрированного подхода, позволяющего описывать карьеру работника в изменчивом, неопределенном, неоднозначном мире.

Необходимо отметить, что эго-центрированный подход лишен монолитности, внутри него уживаются различные взгляды на карьеру, наиболее яркую представленность в научной литературе получили идеи поливариативной и безграничной карьеры. Оба взгляда отражают тенденцию смещения фокуса внимания от организации к личности. Особого внимания в этой связи заслуживает подход К.Й. Чана и Ф. Дразгоу, разработанный в рамках идей о безграничной карьере.

Организационно-центрированная карьера: выбор вершины для восхождения всей жизни

После Второй мировой войны Д. Сьюпер (Super) организовал первые серьезные исследования в области карьеры. Он изучал белых миддлклассовых образованных мужчин [Толочек 2022; Матан 2022].

Д. Сьюпер предложил алгоритм развития профессионала, изложенный в форме пяти стадий: *первая стадия (до 14 лет) – рост (Growth)* – стадия пробуждения «Я-концепции»: личность развивается через идентификацию со значимым взрослым, что и приводит к образованию династийных профессий; *вторая стадия (14–25 лет) – исследование (Exploration)* – стадия активного ролевого экспериментирования, в том числе в области карьеры, оценка своих реальных профессиональных возможностей; *третья стадия (25–45 лет) – утверждение (Establishment)*: профессиональный выбор сделан, теперь человек стремится обеспечить устойчивую личную позицию в найденной профессиональной области; *четвертая стадия (45–65 лет) – поддержание (Maintenance)* – стадия

сохранения: человек совершенствуется в профессии, не выходя за ее рамки; *пятая стадия (от 65 лет) – спад* (Disengagement) стадия спада: человек теперь в меньшей степени принимает активное участие в профессиональной жизни, осваивая новые для него роли: наставника и консультанта [Карьерное консультирование 2021].

Работающие люди по-разному справляются с встающими перед ними личностными и профессиональными задачами: количественно-качественная характеристика их успехов и неудач в микро-масштабе может быть описана как «карьерная зрелость» [Карьерное консультирование 2021, с. 14]. Речь идет об изменениях внутри отдельных стадий или при переходе между ними. Изменения могут быть связаны с социо-экономическими потрясениями, организационными перестановками, болезнями и другими стрессогенными факторами, которые воздействуют на человека [Карьерное консультирование 2021]. В масштабе всего жизненного цикла речь будет идти о «карьерной адаптивности» [Карьерное консультирование 2021, с. 14].

Определение карьеры как последовательности профессий, рабочих занятий, мест и позиций в течение жизни человека, сформулированное Д. Сьюпером, стало на долгое время классическим, равно как набор карьер, соотнесенный со стадиями развития Я-концепции. Исследователи ориентировались на него, дополняя заданный «скелет» различными критериями. Так, Ю.В. Уке добавил критерий динамики и получил следующий набор карьер:

1. Обычная карьера. Характеризуется как «профессиональное развитие с прохождением всех основных этапов профессиональной жизни»: выбор профессии, этапы разведки и опробования своих сил в разных сферах, период овладения профессией, упрочения в ней, этап сохранения и повышения квалификации, спад и т. д.

2. Стабильная карьера. Человек также последовательно проходит все пять стадий, но также, как правило, для него характерно раннее обучение, ранний выбор профессии, длительность работы.

3. Нестабильная карьера. Для этапа характерно повторное воспроизведение некоторых стадий. После этапов проб и упрочения следуют новые пробы, которые могут быть как вынужденными (в случае потери работы, работоспособности), так и добровольными (смена интересов) или вызванными сменой профессиональной ориентации без интереса и приложения усилий.

4. Комбинированная карьера или карьера множественных проб. При данном типе, как правило, нет определенности в выборе, короткие периоды стабильной профессиональной жизни и занятости чередуются с этапами вынужденной безработицы или перемены профессии, профессиональной переориентацией [Могилевкин 2007].

К 1970 г. представления Д. Сьюпера о карьере усложнились, он допустил возможность профессионального развития в течение всего онтогенеза, описал «арочную модель» карьеры, но, несмотря на сделанные уступки, все же оказался верен традиции линейного развития карьеры.

Выборка его исследований также существенно ограничивала экстраполяцию результатов: эмпирический материал был получен на мужчинах, представителях среднего класса белой Америки, что не позволяло переносить описанные закономерности на другие социальные группы (женщины, небелые, менее образованные) [Солодников, Солодникова 2011]. Когда женщины активно включились в трудовой процесс, нарушив типичные мужские концепции лидерства и управления, взгляды Д. Сьюпера потребовали пересмотра. Именно «демаскулинизация» карьеры, обусловленная объективным изменением характера трудовой деятельности, стимулировала развитие альтернативных концепций карьеры. «Демаскулинизированная» карьера имеет стадийную структуру, но дополняется специфическими для женщин микро-циклами. Женщинам необходимо соответствовать предписанными обществом взглядами на рамки профессионального развития женщин и при этом совмещать роли супруги, родителя и работника.

- 1) стабильное ведение домашнего хозяйства и вступление в брак вскоре после окончания школы без опыта работы вне дома;
- 2) конвенциональный карьерный паттерн: непродолжительная работа после завершения образования до вступления в брак. В дальнейшем – нет возвращения к работе вне дома;
- 3) стабильная работа вне дома с устойчивым местом работы;
- 4) двойная занятость (double-track) – совмещение работы и домашних обязанностей;
- 5) прерванная карьера: работа–уход–возвращение на ту же или другую работу;
- 6) нестабильная карьера: несколько мест работы с периодами ее отсутствия; без каких-либо возвращений и слабой устойчивостью;
- 7) множественные пробы: последовательная смена не связанных между собой видов работы [Солодников, Солодникова 2011].

Таким образом, карьера воспринималась как некая траектория, имеющая «контрольные» точки, которые рано или поздно проходит человек в процессе профессионализации. Д. Сьюпер прозорливо отмечал трансформации Я-концепции в ходе карьерного развития, однако видел их скорее следствием, а не причиной, субъект

развивался в организации, но не был допущен к управлению своей карьерой.

К концу XX в. социальная реальность приобрела качественно новые характеристики. Ими стали: изменчивость, сложность, неопределенность и неоднозначность, поэтому такой миропорядок с легкой руки представителей точных наук окрестили «миром радикальной неопределенности» – когда прогнозирование событий принципиально затруднено в силу сложного устройства динамической системы [Полева, Аянян 2021]. В психологию было введено междисциплинарное понятие транзитивность, которое плодотворно изучается и сегодня, не утрачивая своей актуальности [Марцинковская 2015; Полева 2022; Золотарева 2023; Орестова, Золотарева 2024]. Вместе с ним внимание исследователей обращается к различным факторам, которые могут помочь человеку существовать в новом изменчивом мире. Иное звучание приобретает проблема саморегуляции и самодетерминации человека, самоактуализации, совладания со стрессом, переживания прекарности [Костромина и др. 2023; Хорошилов 2021; Орестова, Ткаченко 2025; Гребенникова 2023; Дёмин 2021]. В данном контексте можно предположить, что геополитические конфликты, пандемии и другие события, не подвластные контролю человека, провоцируют ощущение незащищенности и могут способствовать сужению временной перспективы, фиксации на прошлом и фаталистическое восприятие настоящего [Антонов, Солодникова 2025].

Кроме задач личностной адаптации, которые пытается решить специалист индивидуально, существует ряд вопросов, что встают во весь рост перед работодателем. Т.Н. Лобанова и др. отмечают ряд тенденций, которые наблюдаются в современной карьере [Лобанова и др. 2022].

1. Диверсификация рабочей силы – необходимо наладить продуктивные отношения между представителями разных регионов, этносов, конфессий, задействованных в высокопроизводительном труде.

2. Проблема организации дистанционной работы, требующей пересмотра графиков, распорядка дня, баланса труда и отдыха.

3. Принципиальная невозможность подготовки «готового» работника – каким бы высоким уровнем профессионализма и эрудиции он не обладал после получения профессионального образования, условия труда постоянно требуют дополнительного обучения и повышения компетентности в различных сферах.

4. Угроза утраты личностного смысла деятельности при высоком уровне автоматизации и бюрократизации рабочего процесса, ведущих к стагнации работника.

5. Проблема обеспечения условий для саморазвития и совершенствования в профессии для людей, побуждаемых внутренней мотивацией.

6. Необходимость построения культуры психологического благополучия, что выражается в следующем тезисе: работник максимально эффективен и продуктивен тогда, когда ощущает свою физическую, финансовую, социальную и профессиональную защищенность. Предполагается некоторый симбиоз – организация создает работнику условия для высокого психологического благополучия, работник «платит» высокопроизводительным трудом.

Организационно-центрированный подход к карьере в силу принципиального иного взгляда на работника не смог справиться с вышеперечисленными проблемами. Потребовался иной, человеко-ориентированный подход, воспринимающий работника как агента развития и управления карьерой. Подобный взгляд на карьеру и человека можно обозначить как эго-центрированный подход к карьере.

*Эго-центрированный подход к карьере:
непростой выбор – восхождение длиной в жизнь
или искушение карьерными возможностями*

Переход от организационно-центрированного к эго-центрированному подходу к карьере стал возможен благодаря ряду социально-экономических преобразований. Некоторые из них – усиление тенденции к глобализации, цифровизации, улучшение уровня жизни и ее продолжительности, смещение акцентов с производства продукта к предоставлению услуг, управлению информацией [Chan et al. 2012]. Изменилось и отношение к межорганизационной и географической мобильности работников. Во-первых, возникла индивидуальная мобильность – человек приобрел возможность свободно перемещаться по миру, менять условия своего обитания. Во-вторых, появился новый тип организации, не имеющий строгой пространственной локализации, получивший название транснациональных корпораций. Наконец, изменилось отношение к межорганизационному обмену опытом: позиция работодателя «и не разрешаю, и не одобряю» сменилась другой позицией, соответствующей времени – «не только разрешаю, но и одобряю».

Подвергалась пересмотру не только корпоративная, но и профессиональная лояльность. Смена профессиональной деятельности с последующим переобучением не только не осуждается, но всячески поощряется. Кристаллизацией этих процессов стала

концепция «обучение длиною в жизнь», подразумевающая, что сотрудник совершенствуется всю жизнь.

Появилась точка зрения, что карьера не только и не сколько выбирается, как ранее выбиралось призвание или профессия, карьера формируется в течение всей жизни по мере накопления разнообразного опыта и создания личностных смыслов. Факт выбора профессиональной траектории важен настолько, насколько складывающиеся вокруг человека объективные и субъективные условия (мотивация, амбиции, способности) позволяют профессионально реализоваться в дальнейшем.

Вместе с изменением взгляда на карьеру изменились и представления о работнике: они приобрели значительную эгоцентричность:

...сотрудники перестали рассматривать свои отношения с работодателем как нечто создаваемое ими на всю жизнь. Они стали все больше ориентироваться на собственные ценности и желания, на потребности своих семей и близких [Хасиева 2021, с. 345].

Работнику оказалось недостаточно быть компетентным специалистом, теперь ему также необходимо сочетать в себе навыки менеджера и предпринимателя [Chan et al. 2012].

Примером реализации эго-центрированного подхода можно считать такие модели построения карьеры, как *поливариативная и безграницная* карьеры.

Поливариативная карьера обусловлена непредсказуемым характером профессионального пути человека, предполагает не только линейное продвижение вверх, но и периоды спада, застоя, смены деятельности. Метафора карьерной лестницы “career path”, установки «одна жизнь – одна карьера» (“one life – one career”) вытесняется образом множественной, изменчивой “protean career” [Могилевкин 2007].

Принципиальное отличие поливариативной карьеры от традиционной проявляется в требованиях, предъявляемых к работнику. Вместо набора профессионально-важных качеств от человека требуются метаумения – так называемые softskills – включающие, например, по А.Э. Цымбалюк, В.О. Виноградовой, навыки, направленные на самого себя, на другого человека и на решение профессиональной задачи [Цымбалюк, Виноградова 2019]. Softskills не зависят от специфики профессиональной деятельности, но обуславливают легкость и эффективность решения профессиональных и личностных задач.

Авторы термина «поливариативная/протейная карьера» Д. Холл (Hall) и Ф. Мирвис (Mirvis) полагают, что в идеальном

планах карьера это не то, что управляется организацией, соответствует ее потребностям и интересам, но то, что человек способен сам контролировать, выбирать. Данный выбор возможен благодаря новому психологическому контракту – системе имплицитных взаимовыгодных отношений вклада-отдачи между работником, работодателем и организацией [Могилевкин 2007].

Безграничная карьера (“boundaryless career”) – альтернатива развитию профессионала в рамках одной организации. В одном общем названии скрывается целый веер трактовок [Arthur 1994]. Безграничной карьерой можно считать такую карьеру, когда:

- 1) разрабатываются проекты, которые могут быть потенциально интересны множеству работодателей (опыт Кремниевой долины);
- 2) профессия не сводится к овладению достаточным набором знаний, умений и навыков, но предполагает непрерывное повышение квалификации, ее подтверждение и учет потребностей рынка труда;
- 3) для профессии характерен выход за рамки «родительской» организации, работа с внеорганизационными сетями, обращение «спящими» связями;
- 4) на смену иерархической отчетности приходят иные формы (стартапы), ставится под сомнение лестничный принцип продвижения по службе;
- 5) сам человек по личным или семейным причинам не заинтересован в классическом карьерном росте;
- 6) карьера и карьерный рост жестко не привязаны к какой-либо организации.

Подразумевается, что работник проявляет высокую организационную мобильность, последовательно получая опыт в различных компаниях и на разных видах работы [Eby et al. 2003]. Люди, развивающиеся в данном виде карьеры, должны обладать развитым «мышлением без границ – boundaryless mindset» и иметь выраженную организационную мобильность “organizational mobility preference” [Briscoe et al. 2006].

Ш.Е. Салливан (Sullivan) и М.Б. Артур (Arthur) предлагают учитывать два вида мобильности [Sullivan, Arthur 2006]. Физическая мобильность предполагает реальные перемещения работника, меняющего работу, работодателя или отрасль. Психологическая мобильность обуславливает внутреннюю готовность и способность к этим перемещениям.

Реализацию принципов безграничной карьеры можно видеть в организациях нового типа. Их «кредо» можно обозначить через акцент на межфирменную мобильность в противовес внутрифир-

менной, автономию филиалов, обмен сотрудниками (и их компетенциями). Технически это компании “starburst” (звездные) и компании, где некоторые процессы переведены на аутсорсинг.

«Звездные» компании практически непрерывно «размножаются» за счет отпочковывания от «материнской» фирмы новых и новых филиалов и отделений, постепенно переходящих на автономный режим функционирования. В таких фирмах у работников расширяется репертуар возможностей для реализации своих специальных навыков. При этом они должны уметь гибко приспосабливаться к новым условиям и иметь высокую готовность к риску. Увеличение числа дочерних организаций, обладающих высокой долей автономии и имеющих шанс стать независимыми, способствует межфирменной мобильности работников. Последняя выводит на первый план задачу обучения и наставничества. В ходе карьерного обучения вырастает ценность человеческого капитала, формируется резерв высоко-квалифицированного персонала, который можно использовать для освоения «фронта» – открытия фирм в других географических локациях [Arthur 1994].

Вторая тенденция в развитии компаний – увеличение доли аутсорсинга. Благодаря передаче отдельных процессов внешним исполнителям или временным работникам фирма дает возможность своим сотрудникам проявить себя в поиске и привлечении новых спонсоров, клиентов, а сама обогащается за счет привносимых извне ноу-хау. Для работников аутсорсинг означает возможность профессиональной реализации, но в то же время и риск: снижение гарантий занятости, необходимость бдительного мониторинга динамики рынка труда, большой предпринимательский риск [De Fillippi, Arthur 1994].

Ценность концепции безграничной карьеры как противовеса организационной, ограниченной карьеры в том, что карьера перестает принадлежать одной организации, но становится инструментом развития и обновления целого ряда организаций, с которыми вступает в отношения человек [Arthur 1994].

Американские исследователи XXI в. прогнозируют, что за 20 лет трудовой жизни молодые работники сменят порядка 10–14 работ, четверть работников будут лояльны работодателю не более одного года и половина – не более пяти лет [Stump 2014; Поварицына 2020].

На данный момент нельзя однозначно оценить достоинства и недостатки «безграничной карьеры». Ряд исследователей утверждает, что частая смена работ положительно коррелирует с увеличением заработка, количеством продвижений, ростом удовлетворенности от работы за счет самого факта добровольной смены работы

[Поварицына 2020]. Другие отмечают обратное. Смена организации не всегда экономически выгоднее, чем смена позиции, а если и есть положительная связь между числом переходов из организации и заработком, то лишь для тех, кто совершает одно-два перемещения за четыре года [Поварицына 2020]. В очевидной выгоде межорганизационной мобильности сомневаются и М. Хамори (Hamori), М. Какарика (Kakarika) [Поварицына 2020]. Изучив карьерные траектории CEO, исследователи пришли к выводу, что частая смена работ требовала большого количества времени для занятия ключевой позиции. В исследовании М. Фербруггена (Verbruggen) установлена отрицательная связь между числом повышений и количеством смены работодателей [Поварицына 2020]. Есть разночтения и в оценке динамики удовлетворенности работой. Так, Н. Дрис (Dries), Ф.В. Акер (Van Acker) и М. Фербругген отмечали, что удовлетворенность работой у приверженцев традиционных карьер может быть выше [Поварицына 2020]. Коллектив авторов во главе с Й. Гуан (Guan) приводит данные о том, что издержки, психологические и физические, связанные со сменой работы, могут быть стрессогенными, конфликтогенными [Поварицына 2020].

Развитие идей эго-центрированного подхода в концепции карьерных намерений

Интересным и перспективным представляется взгляд на развитие карьеры К.Й. Чана (Chan) и Ф. Дразгоу (Drasgow), разработки которых широко используются за рубежом, но недостаточно известны отечественным исследователям [Chan et al. 2012; Ho et al. 2020]. Коллектив исследователей под их руководством решал утилитарную задачу – как облегчить молодым людям построение карьеры. Они предположили, что решением может стать определение их предрасположенностей: какие личностные черты связаны с выбором определенной профессиональной области, а если выражаться точнее, профессиональной функции (позиции) человека.

К.Й. Чан и др. рассуждали следующим образом. Традиционно развитие карьеры человека описывалось дискретной линией (например, линией лидерства, линией профессионализма, линией предпринимательства), где нужно выбрать какую-то одну траекторию и последовательно развиваться в ее рамках: следовательно, нельзя быть одновременно и лидером, и специалистом, и предпринимателем. В противовес этой позиции они предположили существование многомерного пространства, где карьерная траектория откладывается в координатах лидерства, профессионализма и

предпринимательства. Иными словами, можно говорить о некоторых карьерных предрасположенностях, когда человек может больше тяготеть к одной из трех траекторий или быть успешным/неуспешным во всех сферах. На практике такой подход позволяет реализовать программу ранней диагностики кадрового резерва. Если человек предполагает себя развивающимся и как лидер, и как профессионал, то работодатель может испытывать его на этих позициях для выяснения реалистичности ожиданий. В долгосрочной перспективе организация сможет обогащаться кадрами, которые потенциально реально выдвинуть на нужную позицию.

Основой формирования концепции карьерных намерений можно считать идеи Р.М. Кантер о типах карьеры, Э. Шейна (Shein) об аспектах карьеры и теорию интеллектуальной карьеры М. Артура (Arthur) и др. [Chan et al. 2012].

В 1989 г. Р.М. Кантер описала три типа карьеры: бюрократическую, лидерскую и предпринимательскую [Chan et al. 2012]. Представленность данных типов карьеры в обществе, конкуренция между ними, слияние форм, возможность перехода между ними обуславливает его экономический потенциал. Р.М. Кантер одной из первых попыталась создать многомерную концепцию, выходящую за рамки индивидуума и отдельно взятой организации, однако, несмотря на масштаб задумки, сама идея о типах карьеры оказалась тупиковой. Тем не менее именно ее, пусть и скорректированные, типы были взяты за основу К.Й. Чаном и Ф. Дразгоу.

Исследователи полагают, что профессиональные, лидерские и управленческие измерения, выделяемые в их концепции, соотносимы с аспектами карьеры Э. Шейна, описавшего такие концепты, как «*hierarchy, functional/technical, and organizational inclusion versus exclusion aspects*»/иерархия, функциональные/технические аспекты и аспекты организационного включения в сравнении с исключениями». Принимая во внимание результаты применения «якорей» карьеры, К.Й. Чан и Ф. Дразгоу поставили перед собой задачу отделения личностных переменных и мотивационных компонентов и сфокусировались на измерении карьерных намерений в контексте мотивации, эффективности и желания реализовать в трех ключевых сферах: лидерства, предпринимательства и профессионализации [Chan et al. 2012].

М. Артур в рамках теории интеллектуальной карьеры описал способы (по)знания: “*know-why*”, “*know-how*” и “*know-whom*”. Знание «почему» отвечает за ценностно-мотивационный аспект, своего рода «скрытые послания» от фирмы, характеризующие ее корпоративную культуру. Знания «как» – индивидуальные навыки и профессиональные знания о том, как работать. То, что

зафиксировано в должностной инструкции и может быть дополнительно развито благодаря обучению. Знания «кому» отвечают за межфирменное взаимодействие. Согласно сетевому принципу, они могут быть использованы тремя способами: как ресурс, содержащий опыт других фирм, как база данных, полезных контактов и как обновляемая база знаний.

К.Й. Чан и Ф. Дразгоу расширили предложенную схему, соотнеся способы познания с тремя измерениями карьерных намерений. Получилась матрица, содержащая предложения по развитию тех или иных профессиональных идентичностей в зависимости от предпочтения в текущий момент той или иной карьерной траектории.

Преобразовав типы или формы карьеры по Р.М. Кантер в вектора развития карьеры и взяв за объяснительный принцип теорию интеллектуальной карьеры М. Артура, К.Й. Чан и Ф. Дразгоу сформулировали свою системную концепцию карьерных намерений.

Авторы выделяют три карьерных устремления/намерения: предпринимательство (Е), профессионализм (Р) и лидерство (L). Каждое устремление складывается из намерения и эффективности для трех возможных карьерных траекторий. Респондент, таким образом, оценивает следующие аспекты: какая из трех траекторий ему ближе (намерение), какое содержание ему ближе (мотивация) и какие операции ему ближе (эффективность). Авторы также перенесли в концепцию карьерных намерений из ранее разработанной методики для диагностики мотивации лидерства (MTL) три субизмерения, оценивающие индивидуальные различия в мотивации к лидерству. AI – аффективный компонент идентичности (связан с эмоциями), CL – рассуждения о результатах действий (калькулятивный) и SN – социально-нормативный компонент [Chan et al. 2012].

Трехфакторная структура с тремя субизмерениями была получена в эмпирических исследованиях, соотносящих мотивацию лидерства (MTL), BIG 5 и вопросы о карьерных намерениях [Chan et al. 2012]. Эмпирические исследования карьерных намерений проводились на выборке студентов и военнослужащих Сингапура в 2012–2015 годах [Chan et al. 2015]. В 2020 г. появилось турецкое кросскультурное исследование, где исследователи адаптировали шкалу К.Й. Чана и Ф. Дразгоу 2012 г., тем самым продемонстрировав валидность концепции и для анализа неконфуцинских культур [Kirpik 2020].

Концепция К.Й. Чана и Ф. Дразгоу обладает эвристическим потенциалом и позволяет решать ряд теоретических и практических задач [Chan et al. 2012]. Теоретический вклад заключается в следующем:

1. Широкая возможность адаптации концепции под различные задачи. С одной стороны, в центре внимания личность, ее мотивация и намерения, с другой стороны, структура концепции может быть пригодна для диагностики кадрового персонала как на уровне организации, так и на уровне государства как национального резерва. Добавим, что эта логика может быть обусловлена культурной принадлежностью концепции. Концепция карьерных намерений разработана на сингапурской выборке, для культуры, сложившейся под влиянием конфуцианских ценностей, предполагающих в том числе ценность служения государству.

2. Возврат к изучению профессионализма и карьеры. Авторы настаивают на том, что даже в условиях глобализации, цифровизации, автоматизации и бюрократизации процессов, выводящих на первый план способность следовать машинным алгоритмам в производстве и протоколам взаимодействия с клиентами, необходимо уделять внимание личностным характеристикам работников. Концепция Т-образного человека, первоначально описывающего специалиста от информационных систем, как нельзя лучше показывает, что работник будущего не безупречно отлаженный механизм, мыслящий и действующий по сложному алгоритму, но многомерно- усложняющийся носитель информации. Классический Т-образный специалист – специалист, наделенный как глубокими знаниями по своей области, так и обладающий определенной широтой знаний и навыков в смежных областях. По меткому выражению Boh, Evaristo и Ouderkirk такие специалисты – «изобретатели-эрудиты/polymath inventors», мастера в своей профессии (глубокие навыки – вертикаль Т) и широким кругозором в других областях (широкие навыки – горизонталь Т). С точки зрения концепции карьерных намерений профессионализм ассоциируется с «глубокими» навыками, а лидерство и предпринимательство обеспечивают «широкие» навыки. Исследователи полагают, что метафора Т-образного человека снимает вопрос, чему посвятить обучение будущих специалистов – углублению в профессии или развитию универсальных, адаптируемых навыков. Настоящий специалист – гармонично развитый специалист [Ho et al. 2020].

3. Рассмотрение предпринимательства как самостоятельной профессии. Исследователи полагают, что к уже апробированным временем карьерным траекториям, таким как лидерство и профессионализм, необходимо добавить предпринимательство. Они утверждают со ссылкой на ряд авторов, что *de facto* предпринимательство выступает мощной движущей силой науки, хотя *de ure* не получило пока широкого признания как сфера деятельности.

Концепция К.Й. Чана и Ф. Дразго обладает и диагностической ценностью.

1. Она предполагает не только более целостную оценку оснований карьерных выборов, но и позволяет прогнозировать их. Безграничная карьера требует безграничного мышления, то есть понимания сложных связей между различными карьерными траекториями, отказа от фиксации на одном типе карьеры, видения профессионала Т-образным, что соответствует базовым идеям многомерной концепции карьерных намерений.

2. От различий к сходствам. Вывод вытекает из идеи связанности трех карьерных измерений. Поскольку в одном человеке соединяются все три измерения: лидерство, предпринимательство и профессионализм, то нет смысла искать различия между людьми, которые декларируют себя как лидера, профессионала или предпринимателя, и анализировать это внутри отдельных групп лидеров, профессионалов и предпринимателей. Важнее понять не чем различаются специалисты, выполняющие один и тот же функционал, а в чем их сходство, какие навыки, мета-умения являются краеугольными для специалиста данной профессии.

3. Комплексный характер связи лидерства, профессионализма и предпринимательства. Данные собственных эмпирических исследований К.Й. Чана и др. подтверждают результаты, полученные другими авторами. Неправомерно анализировать лидерство, профессионализм и предпринимательство в изоляции друг от друга – три траектории связаны друг с другом, хотя иногда их связи имеют конкурирующий характер. Связанность карьерных измерений позволяет говорить о реальной возможности осуществления параллельных вариантов карьеры, что согласуется с общей идеей безграничной карьеры.

4. Собственный исследовательский инструментарий. Исследователи разработали и апробировали инструмент для диагностики намерений, эффективности и мотивации в трех уже указанных сферах.

Заключение

За последние 70 лет существенным образом изменились взгляды на карьеру. Вначале доминировало представление о том, что карьера – поступательное движение через должности и статусы, достижение высокого профессионализма в своей сфере в обмен на лояльность организации и работодателю. Совокупность данных взглядов можно обозначить как организационно-центрированный подход к карьере. Первым научным исследователем карьеры можно

считать Д. Сьюпера. В 50-е гг. XX в. он изучал внутриорганизационную вертикальную карьеру белых мидлклассовых, образованных мужчин. Однако быстрые социальные изменения, начавшиеся в последней трети XX в., привели к осознанию ограниченности этого типа карьеры. С 90-х гг. XX в. возникла потребность в новом типе специалиста. Выяснилось, что специалист, перемещаясь между организациями, обогащает их, принося с собой новые ноу-хау, информационные сети. Набор сюжетов, описывающих работника, существующего в условиях географической мобильности и необходимости постоянного Т-образного совершенствования, получил наименование эго-центрированного подхода.

Данный подход может среди прочего воплощаться в идеях поливариативной и безграничной карьеры. Их специфика заключается в следующем: поливариативная карьера расширяет горизонт возможностей, открывая дорогу для параллельной реализации человека в различных профессиональных сферах, безграничная карьера добавляет ко всему вышеперечисленному выход за пределы организации, нацелена на формирование soft skills, деятельностно неспецифичных навыков, необходимых для адаптации к требованиям современного рынка труда.

Новой и многообещающей в изучении направления карьеры является концепция карьерных намерений К.Й. Чана и Ф. Дразгоу. Исследователи – последователи теории безграничной карьеры, настаивают на том, что человек может и реально реализует сразу несколько карьерных траекторий. К наиболее типичным траекториям они относят карьеру в сфере предпринимательства, в сфере профессионализма и сфере лидерства. Три траектории образуют многомерное измерение, в рамках которого развивается человек.

Перед отечественными исследователями стоит задача валидации концепции карьерных намерений для российского контекста, поскольку модель ценна для решения задач организационного консультирования, оценки и прогнозирования карьерных намерений будущих специалистов.

Литература

- Антонов, Солодников 2025 – Антонов Д.Д., Солодников И.В. Временная перспектива личности и карьерные намерения в ранней взрослости // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2025. № 1. С. 92–107.
- Гребенникова 2023 – Гребенникова О.В. Самоактуализация молодежи в условиях транзитивности // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2023. № 4. С. 136–149.

- Дёмин 2021 – *Дёмин А.Н.* Психология precarious занятости: становление предметной области, основные проблемы и подходы к их изучению // Организационная психология. 2021. Т. 11. № 2. С. 98–123.
- Золотарева 2023 – *Золотарева С.Е.* Особенности субъективного благополучия женщин в ситуации социальной транзитивности: возрастной аспект // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2023. № 4. С. 71–86.
- Карьерное консультирование 2021 – Карьерное консультирование в современном мире: Теории и практики в России и за рубежом / Минина Е.В., Павленко Е.С., Кирюшина М.А., Якубовская А.А. М.: НИУ ВШЭ, Институт образования, 2021. 102 с.
- Костромина и др. 2023 – *Костромина С.Н., Филатова А.Ф., Москвичёва Н.Л., Зиновьева Е.В., Одицова М.М.* Комплементарная модель самодетерминации личности // Российский психологический журнал. 2023. Т. 20. № 1. С. 82–99.
- Лобанова и др. 2022 – *Лобанова Т.Н., Захарова Л.Н., Леонова И.С.* Психология в управлении персоналом: новый баланс // Организационная психология. 2022. Т. 12. № 1. С. 249–250.
- Марцинковская 2015 – *Марцинковская Т.Д.* Современная психология – вызовы транзитивности // Психологические исследования. 2015. Т. 8 (42). URL: <https://psystudy.ru/num/article/view/533/266> (дата обращения 15 декабря 2025).
- Матан 2022 – *Матан В.В.* Социально-психологические и личностные ресурсы профессиональной карьеры врачей: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2022. 476 с.
- Могилевкин 2007 – *Могилевкин Е.А.* Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг. СПб.: Речь, 2007. 336 с.
- Орестова, Золотарева 2024 – *Орестова В.Р., Золотарева С.Е.* Особенности субъективного благополучия и осмысленности жизни у женщин в ситуации социальной транзитивности // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2024. № 2. С. 40–63.
- Орестова, Ткаченко 2025 – *Орестова В.Р., Ткаченко Д.П.* Обращение к кинематографу как стратегия совладания с ситуацией социальной транзитивности // Вестник РГГУ. «Психология. Педагогика. Образование». 2025. № 2. С. 60–83.
- Поварицына 2020 – *Поварицына Ю.П.* Межфирменная мобильность и успешность профессиональной карьеры работников интеллектуального труда // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2020. Т. 13. Вып. 2. С. 161–173.
- Полева 2022 – *Полева Н.С.* Психология транзитивности: виды пространства и психологический хронотоп // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 4. С. 14–29.
- Полева, Аянян 2021 – *Полева Н.С., Аянян А.Н.* Транзитивность как фактор прекарнизации повседневности // Новые психологические исследования. 2021. Т. 1. № 1. С. 29–53.
- Солодников, Солодникова 2011 – *Солодников В.В., Солодникова И.В.* Профессиональная карьера 40-летних россиян: выбор профессии // Мониторинг общест-

- венного мнения: экономические и социальные перемены. 2011. № 1 (101). С. 129–145.
- Толочек 2022 – *Толочек В.А.* Профессиональная карьера как феномен: открытые вопросы. Часть первая // Организационная психология. 2022. Т. 12. № 4. С. 9–28.
- Хасиева 2021 – *Хасиева Д.Д.* Карьерные ориентации женщин в России: калейдоскопная модель карьеры // Вестник Санкт Петербургского университета. Менеджмент. 2021. Т. 20. № 3. С. 343–370.
- Хорошилов 2021 – *Хорошилов Д.А.* Онтологическая, социальная и психологическая прекарность: пути взаимодействия в транзитивном обществе // Новые психологические исследования. 2021. № 2. С. 64–83.
- Цымбалюк, Виноградова 2019 – *Цымбалюк А.Э., Виноградова В.О.* Психологическое содержание softskills // Ярославский педагогический вестник. 2019. № 6. С. 120–127.
- Arthur 1994 – *Arthur M.B.* The boundaryless career: A new perspective for organizational inquiry // Journal of Organizational Behavior. 1994. Vol. 15. № 4. P. 295–306.
- Briscoe et al. 2006 – *Briscoe J.P., Hall D.T., Frautschy De Muth R.L.* Protean and boundaryless careers: An empirical exploration // Journal of Vocational Behavior. 2006. Vol. 69. № 1. P. 22–27.
- Chan et al. 2012 – *Chan K., Moon-ho R.H., Chernyshenko O., Bedford O., Uy M.A., Gompulya D., Phan W.* Entrepreneurship, professionalism, leadership: A framework and measure for understanding boundaryless careers // Journal of Vocational Behavior. 2012. Vol. 81. № 1. P. 73–88.
- Chan et al. 2015 – *Chan K.Y., Uy M.A., Chernyshenko O.S., Ho M.H.R., Sam Y.L.* Personality and entrepreneurial, professional and leadership motivations // Personality and individual differences. 2015. Vol. 77. P. 161–166.
- De Fillippi, Arthur 1994 – *De Fillippi R.J., Arthur M.B.* The boundaryless career: A competency-based perspective // Journal of Organizational Behavior. 1994. Vol. 15. № 4. P. 307–324.
- Eby et al. 2003 – *Eby L.T., Butts M., Lockwood A.* Predictors of success in the era of the boundaryless career // Journal of Organizational Behavior. 2003. Vol. 24. № 6. P. 659–690.
- Ho et al. 2020 – *Ho M.H.R., Kennedy J.C., Uy M.A., Chan K.Y.* Entrepreneurship – Professionalism – Leadership. Singapore: Springer, 2020. 334 p.
- Kirpik 2020 – *Kirpik G.* Entrepreneurship, professionalism and leadership intention of generation Z: The case of Kahta // SEISENSE Journal of Management. 2020. Vol. 3. № 2. P. 58–72.
- Stumpf 2014 – *Stumpf S.A.* A longitudinal study of career success, embeddedness, and mobility of early career professionals // Journal of Vocational Behavior. 2014. Vol. 85. № 2. P. 180–190.
- Sullivan, Arthur 2006 – *Sullivan S.E., Arthur M.B.* The evolution of the boundaryless career concept: Examining physical and psychological mobility // Journal of Vocational Behavior. 2006. Vol. 69. № 1. P. 19–29.

References

- Antonov, D.D. and Solodnikova, I.V. (2025), "Time-dependent personalities' perspective and career aspiration in the early adulthood", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 1, pp. 92–107.
- Arthur, M.B. (1994), "The boundaryless career: A new perspective for organizational inquiry", *Journal of Organizational Behavior*, vol. 15, no. 4, pp. 295–306.
- Briscoe, J.P., Hall, D.T. and Frautschy De Muth, R.L. (2006), "Protean and boundaryless careers: An empirical exploration", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 69, no. 1, pp. 22–27.
- Chan, K., Moon-ho, R.H., Chernyshenko, O., Bedford, O., Uy, M.A., Gomulya, D. and Phan, W. (2012), "Entrepreneurship, professionalism, leadership: A framework and measure for understanding boundaryless careers", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 81, no. 1, pp. 73–88.
- Chan, K.Y., Uy, M.A., Chernyshenko, O.S., Ho, M.H.R. and Sam, Y.L. (2015), "Personality and entrepreneurial, professional and leadership motivations", *Personality and individual differences*, vol. 77, pp. 161–166.
- De Fillippi, R.J. and Arthur, M.B. (1994), "The boundaryless career: A competency-based perspective", *Journal of Organizational Behavior*, vol. 15, no. 4, pp. 307–324.
- Demin, A.N. (2021), "Precarious employment psychology: formation of subject area, main problems and approaches to their study", *Organizational Psychology*, vol. 11, no. 2, pp. 98–123.
- Eby, L.T., Butts, M. and Lockwood, A. (2003), "Predictors of success in the era of the boundaryless career", *Journal of Organizational Behavior*, vol. 24, no. 6, pp. 659–690.
- Grebennikova, O.V. (2023), "Self-actualization of youth under transitory conditions", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 4, pp. 136–149.
- Ho, M.H.R., Kennedy, J., Uy, M. and Chan, K. (2020), *Entrepreneurship – Professionalism – Leadership*, Springer, Singapore.
- Khasieva, D.D. (2021), "Career orientations of women in Russia: The kaleidoscope career model", *Vestnik of Saint Petersburg University. Management*, vol. 20, no. 3, pp. 343–370.
- Khoroshilov, D.A. (2021), "Ontological, social and psychological precarity: ways of interaction in transitive society", *New Psychological Research*, no. 2, pp. 64–83.
- Kirpik, G. (2020), "Entrepreneurship, professionalism and leadership intention of generation Z: The case of Kahta", *SEISENSE Journal of Management*, vol. 3, no. 2, pp. 58–72.
- Kostromina, S.N., Filatova, A.F., Moskvicheva, N.L., Zinov'eva, E.V. and Odintsova, M.M. (2023), "Complementary model of personality self-determination", *Russian Psychological Journal*, vol. 20, no. 1, pp. 82–99.

- Lobanova, T.N., Zakharova, L.N. and Leonova, I.S. (2022), "Psychology in personnel management: New balance", *Organizational Psychology*, vol. 12, no. 1, pp. 249–250.
- Martsinkovskaya, T.D. (2015), "Modern psychology – challenges of transitivity", *Psychological Studies*, vol. 8 (42), available at: <https://psystudy.ru/num/article/view/533/266> (Accessed 15 December 2025).
- Matan, V.V. (2022), *Social-psychological and personal resources of doctors' professional career*, Ph. D. Thesis, Saint Petersburg State University, St. Petersburg, Russia.
- Minina, E.V., Pavlenko, E.S., Kiryushina, M.A. and Yakubovskaya, A.A. (2021), *Kar'ernoe konsul'tirovanie v sovremennom mire: Teorii i praktiki v Rossii i za rubezhom* [Career counseling in the modern world: Theories and Practices in Russia and abroad], NIU VSHE, Institut obrazovaniya, Moscow, Russia.
- Mogilevkin, E.A. (2007), *Kar'ernyi rost: diagnostika, tekhnologii, trening* [Career growth: diagnostics, technologies, and training], Rech', St. Petersburg, Russia.
- Orestova, V.R. and Zolotareva, S.E. (2024), "Features of subjective well-being and meaningfulness of life in women in a situation of social transitivity", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 2, pp. 40–63.
- Orestova, V.R. and Tkachenko, D.P. (2025), "Resorting to cinema as a strategy of coping with the situation of social transitivity", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 2, pp. 60–83.
- Poleva, N.S. (2022), "Psychology of transitivity: types of space and prostranstva i psychological chronotope", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 4, pp. 14–29.
- Poleva, N.S. and Ayanyan, A.N. (2021), "Transitivity as a factor in the precarization of everyday life", *New Psychological Research*, vol. 1, no. 1, pp. 29–53.
- Povaritsyna, Yu.P. (2020), "Interfirm mobility and career success of knowledge workers", *Vestnik of Saint Petersburg University. Sociology*, vol. 13, no. 2, pp. 161–173.
- Solodnikov, V.V. and Solodnikova, I.V. (2011), "Professional career of 40-year-old Russians: choosing a profession", *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, no. 1 (101), pp. 129–145.
- Stumpf, S.A. (2014), "A longitudinal study of career success, embeddedness, and mobility of early career professionals", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 85, no. 2, pp. 180–190.
- Sullivan, S.E. and Arthur, M.B. (2006), "The evolution of the boundaryless career concept: Examining physical and psychological mobility", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 69, no. 1, pp. 19–29.
- Tolochek, V.A. (2022), "Professional career as a phenomenon: open questions", *Organizational Psychology*, vol. 12, no. 4, pp. 9–28.
- Tsybalyuk, A.E. and Vinogradova, V.O. (2019), "Psychological content of soft skills", *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, no. 6, pp. 120–127.
- Zolotareva, S.E. (2023), "Features of women's subjective well-being in a situation of social transitivity: age aspect", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 4, pp. 71–86.

Информация об авторе

Дмитрий Д. Антонов, аспирант, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 6; ddantonov1997@yandex.ru

Information about the author

Dmitry D. Antonov, postgraduate student, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6/6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; ddantonov1997@yandex.ru

К проблеме
психологической концептуализации феномена
«Страх упустить важное» (Fear of missing out):
обзор современных исследований

Роман А. Еремин

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, ra@eremjn.ru*

Аннотация. Феномен «страх упустить важное» определяется как всепроникающее опасение, что другие в ваше отсутствие могут получать полезный опыт, и характеризуется желанием постоянно быть в курсе того, чем другие заняты. Это социально-психологическое явление стало объектом повышенного внимания исследователей в последние годы благодаря развитию интернет-технологий и социальных сетей. В своих работах авторы рассматривают «страх упустить важное» в различных теоретических подходах. Предложенный в рамках теории социального сравнения подход рассматривает связь субъективного благополучия с использованием социальных сетей. В рамках подхода, основанного на теории самоопределения, переживание «страха упустить важное» рассматривается как результат неэффективной стратегии удовлетворения базовых потребностей – в автономии, компетентности и социальных связях. Теория компенсаторного использования Интернета предлагает схожий механизм возникновения переживания «страха упустить важное» – использование социальных сетей компенсирует нехватку реального социального взаимодействия, что способствует развитию аддикции в использовании интернета и социальных сетей, увеличивая степень переживания «страха упустить важное». Также в статье описываются и другие теоретические подходы к изучению феномена «страх упустить важное». Несмотря на многочисленные исследования, сегодня отсутствует единая точка зрения на природу возникновения явления «страх упустить важное», что ведет к проблеме концептуализации феномена. Решение проблемы психологической концептуализации осложняется и отсутствием русскоязычных работ, посвященных феномену, изучению существующих исследований в киберпсихологии или адаптаций и валидизаций существующих методологических инструментов. Целью настоящей статьи является обзор теоретических подходов к изучению феномена «страх упустить важное» и его связей с другими социально-психологическими явлениями.

Ключевые слова: страх упустить важное, проблемное использование интернета, проблемное использование социальных сетей, теория самоопределения, я-концепция, интернет-зависимость, компенсаторное использование интернета, социальное сравнение

Для цитирования: Еремин Р.А. К проблеме концептуализации феномена «Страх упустить важное» (Fear of missing out) // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2026. № 2. С. 142–160. DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-142-160

On the issue
of psychological conceptualizing the phenomenon
of “Fear of missing out”:
A review of contemporary research

Roman A. Eremin
Russian State University for the Humanities
Moscow, Russia, ra@eremjn.ru

Abstract. The phenomenon of “fear of missing out” (FOMO) is defined as an all-pervasive anxiety that others may be having rewarding experiences in your absence, characterized by a desire to constantly stay informed about what others are doing. This phenomenon has become the subject of researchers’ attention over recent years due to the development of internet technologies and social networks. Various approaches have been proposed to study this phenomenon. For instance, within the framework of social comparison theory, it examines the connection between subjective well-being and the use of social networks. According to the approach based on self-determination theory, the experience of “fear of missing out” is seen as a consequence of ineffective strategies for satisfying basic psychological needs—autonomy, competence, and social connections. The theory of compensatory internet use offers a similar mechanism for the emergence of the phenomenon—using social networks compensates for a lack of real social interaction, leading to dependency on internet and social media use, which amplifies the experience of “fear of missing out”. The article also describes other approaches to studying the phenomenon of “fear of missing out”. Despite numerous studies, there remains no unified understanding of the nature of the emergence of the “fear of missing out”, resulting in challenges for its conceptualization. These difficulties are exacerbated by the almost complete absence of Russian-language works dedicated to this phenomenon, including adaptations or validations of existing methodological

frameworks. The aim of this paper is to provide a theoretical overview of various approaches to studying the phenomenon of “fear of missing out” and its links to other socio-psychological phenomena.

Keywords: fear of missing out, problematic internet use, problematic social networks use, self-determination theory, self-concept theory, addictive behavior, social comparison

For citation: Eremin, R.A. (2026), “On the issue of psychological conceptualizing the phenomenon of “Fear of missing out”: A review of contemporary research”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 2, pp. 142–160, DOI: 10.28995/2073-6398-2026-2-142-160

Введение: постановка проблемы

Впервые термин «страх упустить важное» (СУВ) был использован в 2000 г. Деном Германом, который при исследовании факторов, влияющих на потребительское поведение, обнаружил в качестве главного стимула к покупке не преимущество и качество товара, а персональные условия и возможность приобрести товар раньше остальных. Развитие технологий и социальных медиаплатформ привело к наибольшей распространенности СУВ, предлагая новые возможности для поиска и обмена информацией и являясь отличной средой для возникновения СУВ и других социально-психологических явлений. Э. Пшибыльский в своей фундаментальной работе определяет СУВ как всепроникающее опасение, что другие в ваше отсутствие могут получать полезный опыт, и желание оставаться в курсе того, чем занимаются другие [Przybylski et al. 2013]. Дж. Абель пишет о СУВ как о комплексном чувстве, включающем спектр негативных эмоций при использовании социальных медиаплатформ (СМП) [Abel et al. 2016]. Чж. Чжан определяет СУВ как реакцию на отсутствие опыта, связанного с поддержанием или развитием личного или социального «Я» [Zhang et al. 2020].

В работах последних десятилетий, изучающих феномен, отсутствует единая точка зрения на природу возникновения и структуру СУВ, что приводит нас к проблеме концептуализации феномена. Целью настоящей статьи является обзор теоретических подходов к изучению «страха упустить важное». Мы проанализировали ряд русскоязычных и зарубежных источников, в том числе 50 наиболее цитируемых работ [Godara et al. 2023].

*Обзор теоретических подходов
к изучению «страха уступить важное»
Теория самоопределения*

Э. Пшибыльский первым обратил внимание на двойственность природы социальных медиаплатформ (СМП), которая заключается как в предоставлении новых возможностей для творчества, созидательной активности, автономизации и самоактуализации, так и в навязывании людям разнообразных вариантов для времяпровождения и взаимодействия в большем объеме, чем можно реализовать одновременно или в ограниченных условиях доступности технологий и платформ. Это может вызывать диссонанс, связанный с неопределенностью самого интернет-пространства. В своем основополагающем эмпирическом исследовании факторов конструкции СУВ Пшибыльский опирался на теорию самоопределения [Deci, Ryan 1985], которая предполагает, что психологическое благополучие складывается из удовлетворения основных психологических потребностей: потребности в автономии, компетентности и социальных связях. В рамках этой теории подчеркивается значимость социального контекста в эффективном функционировании индивида, а также в проявлении внутренней и внешней форм мотивации. В работе было обнаружено, что люди, демонстрирующие меньшую удовлетворенность в отношении этих трех основных психологических потребностей, также сообщают о более высоком уровне переживания СУВ, что, в свою очередь, приводит к более высокой поведенческой вовлеченности в использовании СМП [Przybylski et al. 2013]. Кроме найденных связей СУВ с уровнем удовлетворенности жизнью, опосредованных индивидуальными различиями и активностью в СМП, была разработана первая шкала для измерения СУВ. В другой работе в рамках этого подхода И. Бейенс с коллегами пришли к выводу, что СУВ у подростков связан с потребностями в принадлежности и популярности, которые, в свою очередь, также связаны с увеличением вовлеченности в использовании СМП [Beuens et al. 2016].

Подход, основанный на теории самоопределения, связывает неудовлетворенность социальных потребностей и психическое благополучие с активностью в социальных сетях, но теория предполагает, что связь может быть двусторонней. И. Бейенс утверждает, что люди с высоким уровнем СУВ чувствуют необходимость оставаться на связи и постоянно быть в курсе происходящего, другие утверждают, что использование социальных сетей может привести к СУВ, поскольку проверка своих социальных сетей может усугубить переживание СУВ [Elhai et al. 2018; Wegmann et al.

2017]. Следовательно, литература намекает на наличие прямых и обратных причинно-следственных связей переживания СУВ с удовлетворением психологических потребностей.

Теория социального сравнения

В рамках подхода, основанного на теории социального сравнения [Festinger 1954; Wood 1989], предлагается рассмотреть связь субъективного благополучия и зависимости от использования социальных сетей через исследование переживания СУВ и социального сравнения [Reer et al. 2019]. Согласно теории, потребность в самооценке, стремление к самоутверждению и самосовершенствованию являются основными мотивами, побуждающими людей прибегать к социальному сравнению. Кроме того, теория предполагает, что форма социального сравнения зависит от мотивации человека и может быть восходящей или нисходящей. Л. Фестингер указывал на несколько типов мотивации к сравнению себя с другими людьми, например потребность в самооценке, саморазвитии и повышении самооценки. Эти типы мотиваций активно способствуют поведению в социальных сетях, ориентированному на социальное сравнение, так как они подкрепляются информацией, которая легко может быть использована в качестве показателя очевидного социального успеха. Ф. Штайнбергер и Х. Ким также использовали данный подход для изучения связи субъективного благополучия с зависимостью от социальных сетей. При этом они протестировали две различные формы социального сравнения: сравнение способностей и сравнение мнений. Разделение двух форм важно, так как сравнение способностей включает в себя часто изображаемые факторы благополучия (материальное благополучие, достижения, производительность), что может вызвать зависть и негативные эмоции, а сравнение мнений включает в себя представление или обмен убеждениями и ценностями (в комментариях, публикациях, иных формах обратной связи) [Tandon et al. 2021; Steinberger, Kim 2023].

Модель аддиктивного поведения I-PACE

Создание и уточнение модели аддиктивного поведения Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE; «человек-эмоции-когниции-исполнение») определяет факторы, предупреждающие аддиктивное поведение [Brand et al. 2019].

В центре аддиктивного поведения рассматриваются переменные, лежащие в основе интернет-зависимости (предикторы), и факторы, выступающие в качестве модераторов и медиаторов поддержания интернет-зависимости (копинг-стратегии, когнитивные искажения и способность противостоять импульсивному поведению). СУВ, согласно модели I-PACE, определяется как дезадаптивное когнитивное искажение, вызванное «проблемным использованием интернета» [Wegmann et al. 2017]. Кроме того, СУВ является посредником между психопатологическими симптомами (депрессией, тревогой) и «проблемным использованием интернета». Дж. Эльхай в своей работе предположил, что СУВ является одновременно и движущим механизмом «проблемного использования интернета», и его следствием, поскольку тревога и депрессия, связанные с этим конструктом, вызваны социальной изоляцией. Фактически результаты нескольких исследований на основе модели I-PACE продемонстрировали, что СУВ определяет связь между симптомами тревожно-депрессивного расстройства и уровнем «проблемного использования интернета» [Elhai et al. 2019; Wolniewicz et al. 2020]. Кроме того, авторы модели предполагают, что СУВ является не одномерной, а скорее двухфакторной конструкцией, где один фактор измеряет общий СУВ как предрасположенность (trait-FoMO; «черта-СУВ»), а другой измеряет конкретный «онлайн-СУВ» как состояние, которое переживается во время использования СМП (state-FoMO; «состояние-СУВ») [Wegmann et al. 2017]. Важно также отметить, что «страх упустить важное», в отличие от привычных индикаторов интернет-аддикции (усталости от использования СМП, злоупотребления временем, проведенным в сети, низким уровнем благополучия), связан с получением новой информации и включением нового опыта, что становится источником удовлетворения для пользователей СМП.

Теория компенсаторного использования Интернета

В 2019 г. прозвучала идея рассмотреть «страхпустить важное» через теорию компенсаторного использования интернета [Kardefelt-Winther 2014], выделяющую неблагоприятные стимулы (стрессоры) и жизненные события, побуждающие людей к чрезмерному использованию социальных медиаплатформ в качестве совладания с негативными эмоциями. В данном подходе особое внимание уделяется психопатологическим факторам мотивации компенсаторного использования интернета или социальных сетей,

чтобы справиться с неудовлетворенными социальными потребностями или компенсировать их [Tandon et al. 2021]. А. Тэндон предполагает, что переживание СУВ как формы негативных эмоций побуждает людей компенсировать это увеличением времени в СМП. Компенсаторное использование Интернета согласуется и с моделью I-RASE как одна из форм поведения, направленная на регуляцию и совладание с СУВ. Подход рассматривает СУВ как поведенческую черту, поскольку подчеркивает, насколько различается активность в использовании СМП в зависимости от индивидуальных характеристик, контекста и времени. Алекс Дж. Холте также предположил в своей работе, что переживание СУВ колеблется со временем и должно изменяться как поведенческое состояние [Holte 2023]. Он также писал, что неудовлетворенные социальные потребности могут вызвать неадаптивные и компенсаторные реакции, приводящие к поиску объектов привязанности в Интернете. Действительно, люди с низкой самооценкой чаще испытывают чувство беспомощности, большую социальную тревожность, изоляцию и страх быть исключенными и могут использовать социальные сети для компенсации [Gori et al. 2023].

Я-концепция

Описанным выше подходам к исследованию «страха упустить важное» противопоставляется работа Чж. Чжана, который использует теорию «Я-концепции» и предполагает, что СУВ – это эмоциональная реакция (эмоция страха) на воспринимаемые психологические угрозы собственному благополучию и целостности «Я-концепции». Поскольку «Я-концепция» включает в себя «публичное Я» и «частное Я», СУВ также включает два измерения – личное и социальное [Zhang et al. 2020]. Так как прошлые исследования СУВ ограничивались контекстом социальных сетей, была предложена новая конструкция и новая шкала измерения «страха упустить важное». Например, переживание СУВ как следствие отсутствия доступа к социальным медиаплатформам ограничивает управление «публичным Я». Похожие механизмы встречались и в более ранних работах – Э. Пшибыльский, например, писал о негативных переживаниях из-за невозможности оставаться в курсе мнений о текущих событиях [Przybylski et al. 2013]. Теоретически «частное Я» и «публичное Я» могут и пересекаться. Человек может установить личные цели, соответствующие общественному одобрению. Или публичный имидж человека потенциально может совпадать с его собственной воспринимаемой идентичностью.

Таким образом, можно сказать, что переживание СУВ – это эмоциональная реакция на отсутствие опыта, связанного с разделением частного и публичного «Я».

Авторы другой работы, опираясь на «Я-концепцию», дополняют описание переживания СУВ механизмом самооценивания вследствие социального сравнения и рефлексии – публичное и частное «Я» взаимодействуют, взаимозависимы и совместно определяют «Я-концепцию». Самооценивание (как восприятие собственного поведения) и оценка, основанная на восприятии другими, могут формироваться одновременно при взаимодействии людей друг с другом и мгновенном получении обратной связи. И если публичный и частный компоненты «Я-концепции» различаются, но взаимосвязаны между собой, то теоретически предполагаются компоненты личного и социального СУВ, которые также взаимосвязаны и описывают двухфакторную конструкцию «страх упустить важное» [Saygin, Karadal 2022].

*«Стрессор–напряжение–реакция»
и «Ситуация–организм–поведение–последствия»*

М. Дэвид и Дж. Робертс провели исследование взаимосвязи эгоцентризма с использованием социальных медиа-платформ, опираясь на модель «стрессор–напряжение–реакция» (Stressor–Strain–Outcome; Koeske, 1993) [David, Roberts 2024]. Подобно когнитивно-бихевиоральной модели S–O–R (S – внешний стимул, O – организм, R – реакция), модель «стрессор–напряжение–реакция», адаптированная к изучению факторов, приводящих к усталости от социальных сетей, основывается на трех компонентах, где СУВ выступает в качестве промежуточной переменной и может вести, например, к снижению производительности. В своей работе М. Дэвид и Дж. Робертс рассматривали СУВ как переменную, связывающую эгоцентризм с активным использованием СМП, опираясь в том числе и на работу А. Тэндона [Tandon et al. 2021], который в рамках данного подхода изучал предикторы активного использования СМП. Они описывают эгоцентризм как тип психического функционирования, ориентированного на себя и самопрезентацию на социальных медиа-платформах, что является идеальной средой для его развития. Выделяются три признака СМП, связанных с эгоцентрическим поведением. Во-первых, социальные сети позволяют пользователям представлять тщательно созданный образ себя. Во-вторых, социальные сети являются идеальной платформой для трансляции своих успехов большим группам людей и получения

положительной обратной связи, которая укрепляет позитивный образ себя. В-третьих, активное использование социальных сетей снимает любые временные и пространственные ограничения для взаимодействия с другими людьми. Это подтверждает, что переживание СУВ способствует активной самопрезентации в СМП для людей с высокой потребностью в социальной принадлежности [Wang et al. 2018].

Модель «Ситуация–Организм–Поведение–Последствия» (Situation–Organism–Behavior–Consequence, СОПП) [Davis, Luthans 1980] предполагает существование множества аспектов ситуации (С), которые могут воздействовать на внутренние процессы и состояние индивида (организм, О). Такие внутренние состояния и процессы способны влиять на поведенческие реакции человека (П) и приводить к определенным последствиям (П). Модель учитывает сложность человеческой психики и механизмы, разделяющие поведение и последствия на индивидуальном уровне. Она также является расширением существующей модели S-O-R, широко использовавшейся для понимания влияния контекстных и индивидуальных факторов на поведение пользователей СМП [Jabeen et al. 2023]. Кроме того, модель СОПП позволяет нам рассматривать несколько явных (например, проведенное в СМП время) и скрытых (например, нарциссизм) факторов, которые могли бы объяснить, как переживание СУВ ведет к негативным последствиям. В этом контексте авторы рассматривают процесс самопрезентации как один из мотивов использования СМП. Самопрезентация ведет к большей удовлетворенности потребностей в социальных связях, получению социальной поддержки и может служить средством самовыражения. Ожидая получить эти психологические выгоды, пользователи увеличивают активность в СМП, что является существенным фактором, способствующим появлению негативных последствий [Dhir et al. 2019]. Также были подтверждены гипотезы о положительной связи СУВ со стремлением вызвать восхищение со стратегией соперничества как способом совладания со стрессом. Это действительно значимое открытие ввиду отсутствия результатов о связи СУВ с нарциссизмом в более ранних работах, несмотря на такие предпосылки [Elhai et al. 2020]. Результаты показывают, что СУВ может стимулировать нарциссизм и подталкивать пользователей СМП к созданию идеальной версии себя посредством самопрезентации или занятия защитной позиции.

Альтернативные теоретические подходы к исследованию СУВ

М. Милявская рассматривает конструкт СУВ, опираясь на теорию принятия решений как особую форму сожаления [Milavskaya et al. 2018]. Предполагается, что СУВ заставляет людей основывать полезность принятия решений на собственном возможном сожалении и основе опыта людей из их социальной группы. М. Каддуа в своей работе, опираясь на теорию принятия решений, показал, как СУВ может привести к принятию людьми неэффективных решений, когда на решение влияет ожидаемое сожаление и мнение его социального окружения [Kaddouhah 2024]. Такие выводы о СУВ подкрепляются теорией влияния предполагаемого воздействия [Gunther, Storey 2006], согласно которой СУВ рассматривается в контексте СМП как маркетинговый инструмент воздействия на импульсивное поведение. Также А. Гюнтер и Дж.Д. Стори считают, что люди реагируют на субъективное восприятие широко распространенных общественных мнений, корректируя свои установки и поведение.

СУВ рассматривался и в менее распространенных подходах. В 2021 г. было проведено исследование связи СУВ с элементами «Большой пятерки» [Rozgonjuk et al. 2021]. Используя в том числе модель I-PACE, авторы изучали влияние различных черт личности на переживание СУВ. Результаты показали значительную отрицательную корреляцию между добросовестностью и СУВ, в то время как результаты по шкалам экстраверсии и невротизма продемонстрировали положительную корреляцию с СУВ. В другом подходе пилотажное исследование с целью апробации опросника «страха упустить важное» и изучения способов совладания с СУВ [Еремин 2023] опиралось на когнитивную концепцию стресса и совладания Р. Лазаруса [Lazarus, Folkman 1991]. Р. Лазарус и С. Фолкман описывают два копинг-стиля, которые они называют базовыми: проблемно-ориентированный, то есть направленный на изменение ситуации, и эмоционально-ориентированный, который позволяет управлять негативными переживаниями и эмоциями, вызванными стрессом. В когнитивно-бихевиоральном подходе «третьей волны» акцент делается именно на развитии способности к саморегуляции в целях снижения дистресса с помощью специфических техник достижения осознанности как полного и безоценочного принятия непосредственного опыта [Холмогорова 2016]. Проведенное исследование объясняет правомерность рассмотрения конструкта осознанности как индивидуального когнитивного стиля в совладании с негативными переживаниями [Еремин 2023],

что подтверждается результатами и в более позднем исследовании связи СУВ и конструкта осознанности [Sofia et al. 2023].

Психология транзитивности, цифровой хронотоп и место СУВ в «новой нормальности»

Исследование подходов к изучению феномена СУВ представляется неполноценным при рассмотрении его вне социокультурного контекста. Анализ существующих моделей и теорий подводит нас к заключению, что в работах последних десятилетий, посвященных СУВ, недостаточное внимание уделяется пространству и времени, которое трансформируется, вынуждая нас адаптироваться к новым вызовам, которые современность ставит перед нами. Т.Д. Марцинковская включает неопределенность и трансформацию времени и пространства в понятие «психологической транзитивности», связав эту проблему с несколькими причинами: сменой веков, изменением картины мира, появлением нового технологического и информационного пространства. При этом молодыми людьми, детьми транзитивность осознается как естественная ситуация, в которой происходит процесс их взросления и вхождения в окружающий мир, не вызывая того эмоционального дискомфорта, с которым транзитивность связана у старшего поколения [Марцинковская 2015]. Простыми словами, транзитивность – это состояние «текучести» и неопределенности мира, где привычные ориентиры исчезают, а виртуальное и реальное измерения жизни сливаются в единую «смешанную реальность». В этом изменчивом мире человек больше не разделяет свою жизнь на «онлайн» и «офлайн» – цифровые технологии становятся «невидимыми» и рутинными, пронизывая все сферы существования [Марцинковская 2022]. Для описания того, как личность ощущает себя в таком сложном пространстве, используется конструкт «психологического хронотопа». Хронотоп – это внутренняя система координат человека, объединяющая его восприятие времени, пространства и эмоциональных переживаний в единое целое. В стабильной ситуации наш хронотоп целостен: мы чувствуем сопричастность тому месту и времени, в котором находимся физически. Однако, как показывают исследования Н.С. Полевой, в ситуации транзитивности возникает эффект гетерохронности – рассогласованности между объективным временем среды и субъективным временем личности [Полева 2022]. Виртуальное пространство социальных сетей предлагает нам бесконечное множество чужих «здесь и сейчас», происходящих одновременно. В результате человек сталкивается с наложением

реальностей: находясь физически в одном месте, он эмоционально «подключен» к десяткам других событий.

В таком подходе «страх упустить важное» занимает место индикатора нарушения целостности психологического хронотопа. Он сигнализирует о том, что личность утратила связь со своим текущим пространством-временем и пытается «склеить» разорванную реальность через постоянный мониторинг уведомлений, активную самопрезентацию, выбирая неэффективные стратегии совладания с негативными переживаниями. СУВ – это симптом гетерохронности, при котором человек чувствует себя отчужденным от «настоящей» жизни, протекающей в цифровом поле, и пытается восстановить внутренний порядок за счет фокусирования на социальных стимулах. Таким образом, СУВ становится неизбежным спутником цифровой повседневности, отражая трудность удержания собственного «здесь и сейчас» в условиях избыточного выбора и изменчивости транзитивного мира, подобно подходу на основе теории Я-концепции с угрозой целостности Я-концепции, состоящей из личного и социального Я. Это говорит о правомерности рассмотрения механизма СУВ в контексте целостного психологического хронотопа, включающем в себя социальное и индивидуальное пространство-время. Таким образом, предлагается рассмотреть СУВ в качестве индикатора гетерохронности в структуре психологического хронотопа, сигнализируя о потере эмоционального единства пространства и времени в смешанной реальности. Это системная реакция личности на вызовы транзитивного общества, проявляющаяся как попытка синхронизировать внутренний мир с цифровым потоком событий.

Заключение

«Страх упустить важное» (СУВ) описывается в различных теоретических подходах как результат неудовлетворенных социальных потребностей, как переживание угрозы целостности Я-концепции, результат социального сравнения или сожаление после принятия импульсивного решения. Рассмотрение этого социально-психологического явления как частного случая «проблемного использования интернета и социальных сетей», как индивидуальной черты или состояния, состоящего из социального и личного факторов, говорит об отсутствии единой точки зрения на природу возникновения этого явления и отсутствия единого взгляда на индикаторы и механизмы переживания СУВ. В свою очередь, это приводит к проблеме психологической концептуализации феномена «страх упустить важное».

Социальные медиаплатформы (СМП) являются идеальной средой для развития СУВ. Их двойственная природа ведет к нестабильности и противоречивому опыту времяпровождения. Временная перспектива как отношение людей ко времени, определяющее мотивацию, восприятие и поведение, также сказывается на переживании СУВ, который можно рассматривать в роли значимого предиктора «проблемного использования интернета и социальных сетей», а также его следствием – во многих работах отмечается предсказательная сила СУВ в отношении негативных последствий активного использования СМП. Переживание СУВ может колебаться со временем – чем ближе событие, вызвавшее переживание, тем острее оно ощущается. В долгосрочной временной перспективе человек может выработать устойчивые стратегии совладания СУВ, как пример, осознанность может выступать в качестве индивидуального когнитивного стиля, направленного на регулирование эмоций. В зависимости от социального контекста могут различаться частное переживание СУВ и публичное его проявление.

Проведенный теоретический анализ показывает, что «страх упустить важное» – это сложный многомерный конструкт, чьи корни уходят в нарушение целостности психологического хронотопа личности в эпоху транзитивности. Переход от рассмотрения СУВ через один из теоретических подходов к рассмотрению интегративной модели СУВ, связывающий индикаторы с механизмами осознанности, социокультурными аспектами и внутриличностными характеристиками во временной перспективе, является необходимым и важнейшим шагом для развития киберпсихологии, информационного пространства и развития цифрового благополучия.

Несмотря на существенный вклад данной статьи в решение проблемы концептуализации явления «страха упустить важное», мы указываем на необходимость дальнейших исследований индикаторов и механизмов СУВ, проведения более детальных эмпирических исследований конструкта и других явлений, связанных с использованием СМП (современные приложения и онлайн-игры, онлайн-заказы и обсуждения в комментариях к контенту). В частности, отметим необходимость продолжения теоретико-методологического анализа СУВ через изучение индикаторов – эмпирических критериев феномена.

Литература

Еремин 2023 – *Еремин Р.А.* Осознанность как стратегия совладания с «синдромом упущенной выгоды» в социальных сетях // Новые психологические исследования. 2023. № 2. С. 7–25.

- Марцинковская 2015 – *Марцинковская Т.Д.* Современная психология – вызовы транзитивности // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 42. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n42/1168-martsinkovskaya42.html> (дата обращения 15 ноября 2025).
- Марцинковская 2022 – *Марцинковская Т.Д.* Переживание кризиса транзитивности в реальном и виртуальном пространствах: личностный и социальный контекст // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 4. С. 30–40.
- Полева 2022 – *Полева Н.С.* Психология транзитивности: виды пространства и психологический хронотоп // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 4. С. 14–29.
- Холмогорова 2016 – *Холмогорова А.В.* Когнитивно-бихевиоральная терапия «на гребне третьей волны»: революционный поворот или новые акценты? // Современная терапия психических расстройств. 2016. № 2. С. 16–21.
- Abel et al. 2016 – *Abel J., Buff C., Burr S.* Social-media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment // Journal of Business & Economics Research. 2016. № 14. P. 33–44.
- Brand et al. 2019 – *Brand M., Wegmann E., Stark R., Müller A., Wölfling K., Robbins T.W., Potenza M.N.* The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) Model for Addictive Behaviors: Update, Generalization to Addictive Behaviors Beyond Internet-Use Disorders, and Specification of the Process Character of Addictive Behaviors // Neuroscience & Biobehavioral Reviews. 2019. № 104. P. 1–10. URL: <https://doi:10.1016/j.neubiorev.2019.06.032> (дата обращения 10 ноября 2025).
- Beyens et al. 2016 – *Beyens I., Frison E., Eggermont S.* “I Don’t Want to Miss a Thing”: Adolescents’ Fear of Missing Out and Its Relationship to Adolescents’ Social Needs, Facebook Use, and Facebook-Related Stress // Computers in Human Behavior. 2016. № 64. P. 1–8. URL: <https://doi:10.1016/j.chb.2016.05.083> (дата обращения 5 декабря 2025).
- David, Roberts 2024 – *David M. E., Robert J. A.* Me, myself, and I: Self-centeredness, FOMO, and social media use // Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement. 2024. № 56 (4). P. 345–353. <https://doi.org/10.1037/cbs0000382> (дата обращения 20 ноября 2025).
- Davis, Luthans 1980 – *Davis T.R.V., Luthans F.* A Social Learning Approach to Organizational Behavior // The Academy of Management Review. 1980. Vol. 5. No. 2. P. 281–290. <https://doi.org/10.2307/257438>.
- Deci, Ryan 1985 – *Deci E.L., Ryan R.M.* The General Causality Orientations Scale: Self-Determination in Personality // Journal of Research in Personality. 1985. № 19 (2). P. 109–134.
- Dhir et al. 2019 – *Dhir A., Kaur P., Chen S., Pallesen S.* Antecedents and Consequences of Social Media Fatigue. International Journal of Information Management. 2019. № 48. P. 193–202.
- Elhai et al. 2018 – *Elhai J.D., Levine J.C., Alghraibeh A.M., Alafnan A.A., Aldraiweesh A.A., Hall B.J.* Fear of Missing Out: Testing Relationships with Negative Affectivity,

- Online Social Engagement, and Problematic Smartphone Use // *Computers in Human Behavior*. 2018. № 89. P. 289–298.
- Elhai et al. 2019 – *Elhai J.D., Yang H., Montag C.* Cognitive- and Emotion-Related Dysfunctional Coping Processes: Transdiagnostic Mechanisms Explaining Depression and Anxiety's Relations with Problematic Smartphone Use // *Current Addiction Reports*. 2019. № 6. P. 410–417.
- Elhai et al. 2020 – *Elhai J.D., Yang H., Montag C.* Fear of Missing Out (FOMO): Overview, Theoretical Underpinnings, and Literature Review on Relations with Severity of Negative Affectivity and Problematic Technology Use // *Brazilian Journal of Psychiatry*. 2020. № 43 (2). P. 203–209.
- Festinger 1954 – *Festinger L.* A Theory of Social Comparison Processes // *Human Relations*. 1954. Vol. 7 (2). P. 117–140.
- Gori et al. 2023 – *Gori A., Topino E., Griffiths M.D.* The Associations Between Attachment, Self-Esteem, Fear of Missing Out, Daily Time Expenditure, and Problematic Social Media Use: A Path Analysis Model // *Addictive Behaviors*. 2023. № 141. P. 1–8. URL: <https://doi:10.1016/j.addbeh.2023.107633> (дата обращения 26 декабря 2025).
- Godara et al. 2023 – *Godara K., Phakey N., Kumar A., Patil V.* The 50-Most Cited Articles on 'Fear of Missing Out' (FOMO): A Citation Analysis // *Journal of Concurrent Disorders*. 2023. URL: <https://doi:10.54127/EJPE3338> (дата обращения 19 декабря 2025).
- Gunther, Storey 2006 – *Gunther A., Storey D.* The influence of presumed influence // *Journal of Communication*. 2006. № 53. P. 199–215.
- Holte 2023 – *Holte A.J.* The state fear of missing out inventory: development and validation // *Telematics and Informatics Reports*. 2023. № 10. Art. 100055. URL: <https://doi:10.1016/j.teler.2023.100055> (дата обращения 28 ноября 2025).
- Jabeen et al. 2023 – *Jabeen F., Tandon A., Sithipolvanichgul J., Srivastava S., Dhir A.* Social-media induced fear of missing out (FoMO) and social media fatigue: The role of narcissism, comparison and disclosure // *Journal of Business Research*. 2023. № 159. Art. 113693. URL: <https://doi:10.1016/j.jbusres.2023.113693> (дата обращения 16 января 2026).
- Kaddouhah 2024 – *Kaddouhah M.* An Economic Definition of 'Fear of Missing Out' (FOMO) // *Finance Research Letters*. 2024. Vol. 63. <https://doi.org/10.1016/j.frl.2024.105344>
- Kardefelt-Winther 2014 – *Kardefelt-Winther D.* A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use // *Computers in Human Behavior*. 2014. № 31. P. 351–354.
- Lazarus, Folkman 1991 – *Lazarus R.S., Folkman S.* The concept of coping // *Stress and Coping: An Anthology* / Ed. by A. Monat, R.S. Lazarus. N.Y.: Columbia University Press, 1991. P. 189–206.
- Milyavskaya et al. 2018 – *Milyavskaya M., Saffran M., Hope N.H., Koestner R.* Fear of missing out: Prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO // *Motivation and Emotion*. 2018. Vol. 4. № 2 (5). P. 725–737.

- Przybylski et al. 2013 – *Przybylski A.K., Murayama K., DeHaan C.R., Gladwell V.* Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out // *Computers in Human Behavior*. 2013. № 29 (4). P. 1841–1848.
- Reer et al. 2019 – *Reer F., Tang W.Y., Quandt T.* Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out // *New Media & Society*. 2019. № 21. P. 1486–1505.
- Rozgonjuk et al. 2021 – *Rozgonjuk D., Sindermann C., Elhai J., Montag C.* Individual differences in fear of missing out (FoMO): age, gender, and the big five personality traits // *Personality and Individual Differences*. 2021. № 171. Art. 110546. URL: <https://doi:10.1016/j.paid.2020.110546> (дата обращения 19 января 2026).
- Saygin, Karadal 2022 – *Saygin M., Karadal H.* The fear of missing out (FoMO): Theoretical approach and measurement in organizations // *Handbook of Research on Digital Violence and Discrimination Studies* / Ed. by F. Özsungur. Mercin: IGI Global Scientific Publishing, 2022. P. 631–651.
- Sofia et al. 2023 – *Sofia L., Rifayanti R., Amalia P., Gultom L.* Mindfulness therapy to lower the tendency to fear of missing out (FoMo) // *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2023. № 8. Iss. 2. P. 729–736.
- Steinberger, Kim 2023 – *Steinberger P., Kim H.* Social comparison of ability and fear of missing out mediate the relationship between subjective well-being and social network site addiction // *Frontiers in Psychology*. 2023. № 14. Art. 1157489. URL: <https://doi:10.3389/fpsyg.2023.1157489> (дата обращения 30 ноября 2025).
- Tandon et al. 2021 – *Tandon A., Dhir A., Talwar S., Kaur P., Mäntymäki M.* Dark consequences of social media-induced fear of missing out (FoMO): Social media stalking, comparisons, and fatigue // *Technological Forecasting and Social Change*. 2021. № 171. Art. 120931. URL: <https://doi:10.1016/j.techfore.2021.120931> (дата обращения 20 ноября 2025).
- Wegmann et al. 2017 – *Wegmann E., Oberst U., Stodt B., Brand M.* Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder // *Addictive Behaviors Reports*. 2017. Vol. 5. P. 33–42.
- Wolniewicz et al. 2020 – *Wolniewicz C.A., Rozgonjuk D., Elhai J.D.* Boredom proneness and fear of missing out mediate relations between depression and anxiety with problematic smartphone use // *Human Behavior and Emerging Technologies*. 2020. Vol. 2 (1). P. 61–70.
- Wood 1989 – *Wood J.V.* Theory and research concerning social comparisons of personal attributes // *Psychological Bulletin*. 1989. № 106. P. 231–248.
- Zhang et al. 2020 – *Zhang Z., Jiménez F.R., Cicala J.E.* Fear of missing out scale: A self-concept perspective // *Psychology and Marketing*. 2020. № 37 (11). P. 1619–1634.

References

- Abel, J., Buff, C. and Burr, S. (2016), “Social-media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment”, *Journal of Business & Economics Research*, no. 14, p. 33–44.

- Beyens, I., Frison, E. and Eggermont, S. (2016), "I Don't Want to Miss a Thing": Adolescents' Fear of Missing Out and Its Relationship to Adolescents' Social Needs, Facebook Use, and Facebook-Related Stress", *Computers in Human Behavior*, no. 64, pp. 1–8.
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T.W. and Potenza, M.N. (2019), "The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) Model for Addictive Behaviors: Update, Generalization to Addictive Behaviors Beyond Internet-Use Disorders, and Specification of the Process Character of Addictive Behaviors", *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, no. 104, pp. 1–10, available at: <https://doi:10.1016/j.neubiorev.2019.06.032> (Accessed 10 November 2025).
- David, M.E. and Roberts, J.A. (2024), "Me, myself, and I: Self-centeredness, FOMO, and social media use", *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, no. 56 (4), pp. 345–353. <https://doi.org/10.1037/cbs0000382>
- Davis, T.R.V. and Luthans, F. (1980), "A Social Learning Approach to Organizational Behavior", *The Academy of Management Review*, no. 5 (2), pp. 281–290.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. (1985), "The General Causality Orientations Scale: Self-Determination in Personality", *Journal of Research in Personality*, no. 19 (2), pp. 109–134.
- Dhir, A., Kaur, P., Chen, S. and Pallesen, S. (2019), "Antecedents and Consequences of Social Media Fatigue", *International Journal of Information Management*, no. 48, pp. 193–202.
- Elhai, J.D., Levine, J.C., Alghraibeh, A.M., Alafnan, A.A., Aldraiweesh, A.A. and Hall, B.J. (2018), "Fear of Missing Out: Testing Relationships with Negative Affectivity, On-line Social Engagement, and Problematic Smartphone Use", *Computers in Human Behavior*, no. 89, pp. 289–298.
- Elhai, J.D., Yang, H. and Montag, C. (2019), "Cognitive- and Emotion-Related Dysfunctional Coping Processes: Transdiagnostic Mechanisms Explaining Depression and Anxiety's Relations with Problematic Smartphone Use", *Current Addiction Reports*, no. 6, pp. 410–417.
- Elhai, J.D., Yang, H. and Montag, C. (2020), "Fear of Missing Out (FOMO): Overview, Theoretical Underpinnings, and Literature Review on Relations with Severity of Negative Affectivity and Problematic Technology Use", *Brazilian Journal of Psychiatry*, no. 43 (2), pp. 203–209.
- Eremin, R.A. (2023), "Mindfulness as coping strategy for fear if missing out on social media", *New Psychological Research*, no. 2, pp. 7–25.
- Festinger, L. (1954), "A Theory of Social Comparison Processes", *Human Relations*, vol. 7 (2), pp. 117–140.
- Godara, K., Phakey, N., Kumar, A. and Patil, V. (2023), "The 50-Most Cited Articles on 'Fear of Missing Out' (FOMO): A Citation Analysis", *Journal of Concurrent Disorders*, available at: <https://doi:10.54127/EJPE3338> (Accessed 19 December 2025).
- Gori, A., Topino, E. and Griffiths, M.D. (2023), "The Associations Between Attachment, Self-Esteem, Fear of Missing Out, Daily Time Expenditure, and Problematic Social

- Media Use: A Path Analysis Model”, *Addictive Behaviors*, no. 141, pp. 1–8, available at: <https://doi:10.1016/j.addbeh.2023.107633> (Accessed 26 December 2025).
- Gunther, A. and Storey, D. (2006), “The influence of presumed influence”, *Journal of Communication*, no. 53, pp. 199–215.
- Holte, A.J. (2023), “The state fear of missing out inventory: development and validation”, *Telematics and Informatics Reports*, no. 10, art. 100055, available at: <https://doi:10.1016/j.teler.2023.100055> (Accessed 28 November 2025).
- Jabeen, F., Tandon, A., Sithipolvanichgul, J., Srivastava, S. and Dhir, A. (2023), “Social-media induced fear of missing out (FoMO) and social media fatigue: The role of narcissism, comparison and disclosure”, *Journal of Business Research*, no. 159, art. 113693, available at: <https://doi:10.1016/j.jbusres.2023.113693> (Accessed 16 January 2026).
- Kaddouhah, M. (2024), “An Economic Definition of ‘Fear of Missing Out’ (FOMO)”, *Finance Research Letters*, vol. 63, available at: <https://doi.org/10.1016/j.frl.2024.105344> (Accessed 21 December 2025).
- Kardefelt-Winther, D. (2014), “A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use”, *Computers in Human Behavior*, no. 31, pp. 351–354.
- Kholmogorova, A.B. (2016), “Cognitive-behavioral therapy ‘on the crest of the third wave’: a revolutionary turn or new accents?”, *Sovremennaya terapiya psicheskikh rasstroystv* [Current Therapy of Mental Disorders], no. 2, pp. 16–21.
- Lazarus, R.S. and Folkman, S. (1991), “The concept of coping”, in Monat, A. and Lazarus, R.S. (eds.), *Stress and Coping: An Anthology*, Columbia University Press, New York, USA, pp. 189–206.
- Martsinkovskaya, T.D. (2015), “Modern psychology – challenges of transitivity”, *Psychological Studies*, no. 8 (42), available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n42/1168-martsinkovskaya42.html> (Accessed 15 December 2025).
- Martsinkovskaya, T.D. (2022), “Experiencing the crisis of transitivity in real and virtual spaces: personal and social context”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 4, pp. 30–40.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N.H. and Koestner, R. (2018), “Fear of missing out: Prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO”, *Motivation and Emotion*, vol. 4, no. 2 (5), pp. 725–737.
- Poleva, N.S. (2022), “Psychology of transitivity: types of space and psychological chronotope”, *RSUH/RGGU Bulletin. “Psychology. Pedagogics. Education” Series*, no. 4, pp. 14–29.
- Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R. and Gladwell, V. (2013), “Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out”, *Computers in Human Behavior*, no. 29 (4), pp. 1841–1848.
- Reer, F., Tang, W.Y. and Quandt, T. (2019), “Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out”, *New Media & Society*, no. 21, pp. 1486–1505.

- Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. and Montag, C. (2021), “Individual differences in fear of missing out (FoMO): age, gender, and the big five personality traits”, *Personality and Individual Differences*, no. 171, art. 110546, available at: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110546> (Accessed 19 January 2026).
- Saygın, M. and Karadal, H. (2022), “The fear of missing out (FoMO): Theoretical approach and measurement in organizations”, in Özsungur, F. (ed.), *Handbook of Research on Digital Violence and Discrimination Studies*, IGI Global Scientific Publishing, Mercin, Turkey, pp. 631–651.
- Sofia, L., Rifayanti, R., Amalia, P. and Gultom, L. (2023), “Mindfulness therapy to lower the tendency to fear of missing out (FoMo)”, *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, no. 8, iss. 2, pp. 729–736.
- Steinberger, P. and Kim, H. (2023), “Social comparison of ability and fear of missing out mediate the relationship between subjective well-being and social network site addiction”, *Frontiers in Psychology*, no. 14, art. 1157489, available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1157489> (Accessed 30 November 2026).
- Tandon, A., Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P. and Mäntymäki, M. (2021), “Dark consequences of social media-induced fear of missing out (FoMO): Social media stalking, comparisons, and fatigue”, *Technological Forecasting and Social Change*, no. 171, available at: <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.120931> (Accessed 20 November 2025).
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B. and Brand, M. (2017), “Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder”, *Addictive Behaviors Reports*, vol. 5, pp. 33–42.
- Wolniewicz, C.A., Rozgonjuk, D. and Elhai, J.D. (2020), “Boredom proneness and fear of missing out mediate relations between depression and anxiety with problematic smartphone use”, *Human Behavior and Emerging Technologies*, vol. 2 (1), pp. 61–70.
- Wood, J.V. (1989), “Theory and research concerning social comparisons of personal attributes”, *Psychological Bulletin*, no. 106, pp. 231–248.
- Zhang, Z., Jiménez, F.R. and Cicala, J.E. (2020), “Fear of missing out scale: A self-concept perspective”, *Psychology and Marketing*, no. 37 (11), pp. 1619–1634.

Информация об авторе

Роман А. Еремин, аспирант, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 6; ra@eremjn.ru

Information about the author

Roman A. Eremin, postgraduate student, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6/6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; ra@eremjn.ru

Научный журнал
Вестник РГГУ
Серия «Психология. Педагогика. Образование»

№ 2

2026

Дизайн обложки

Е.В. Амосова

Корректор

Ж.П. Григорьева

Компьютерная верстка

Н.В. Москвина

Учредитель и издатель
Российский государственный гуманитарный университет
125047, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Тверской,
Миусская пл., д. 6, стр. 6

Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ № ФС77-73401 от 3 августа 2018 г.
Периодичность 4 раза в год

Подписано в печать 15.05.2026
Выход в свет 22.05.2026
Формат 60×90^{1/16}
Уч.-изд. л. 9,0. Усл. печ. л. 10,1
Тираж 1050 экз. Свободная цена
Заказ № 2353

Отпечатано в типографии Издательского центра
Российского государственного гуманитарного университета
125047, Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 6
www.rsuh.ru