

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

*На правах рукописи*



**СОТНИКОВ Сергей Владимирович**

**ТРАНСФОРМАЦИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ  
И ПРИОРИТЕТНЫХ ВРЕМЕННЫХ ПЕРСПЕКТИВ У ЛИЦ,  
ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА**

Специальность

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии  
(психологические науки)

**ДИССЕРТАЦИЯ**  
на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

**Научный руководитель:**  
доктор психологических наук, доцент  
**Рядинская Евгения Николаевна**

**Ростов-на-Дону-2025**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

	стр.
ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ТРАНСФОРМАЦИИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА.....	16
1.1. Влияние ситуации военного конфликта на психологические характеристики субъекта.....	16
1.2. Проблема трансформации смысложизненных ориентаций личности: детерминанты и содержание.....	26
1.3. Проблема особенностей временной перспективы лиц, проживающих в условиях СВО.....	38
1.3.1. Исследование временной перспективы в контексте жизнедеятельности субъекта.....	38
1.3.2. Трансформация временной перспективы личности в ситуации военного конфликта.....	47
1.4. Индивидуальная специфика переживаний экстремальной ситуации и психологическая поддержка субъекта.....	60
Выводы по Главе 1.....	73
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ТРАНСФОРМАЦИИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ВРЕМЕННЫХ ПЕРСПЕКТИВ У ЛИЦ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНЕ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА..	77
2.1. Организация и методы исследования личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта.....	77
2.2. Анализ результатов эмпирического исследования трансформации смысложизненных стратегий и временных перспектив в условиях пролонгированного стресса .....	83
2.3. Корреляционный анализ результатов.....	100
Выводы по Главе 2.....	118
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	120
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	126
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	151

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования** состоит в рассмотрении возможных трансформаций смысложизненных ориентаций и временных перспектив личности (как важнейшего компонента смысложизненных ориентаций) в условиях военного конфликта. Эти конструкты обеспечивают психологическую готовность человека к поведению в экстремальной ситуации как значимому фактору адаптации к новым условиям жизни в контексте рисков военных угроз. Трансформация смысложизненных ориентаций в ситуации реальной угрозы жизни, приводит к деформации целого ряда важнейших личностных конструктов: оценка прошлого и настоящего, проекция будущего, особенности локус-контроля я и локус контроля жизни предполагает целостно-пролонгированную программу психологической реабилитации, направленную на восстановление личностных ресурсов по преодолению возникшего кризисного состояния. В связи с тем, что смысложизненные ориентации определяют характер и направление внутренней и внешней активности человека в разных сферах жизнедеятельности, важно понимание их содержательной специфики и направления их трансформации у личности в инцидентной ситуации, ситуации, которая требует от участника быстрой, нестереотипной реакции и связана с усилением общей неопределенности, психологической, социальной и экономической нестабильности, что, в свою очередь, приводит к трансформации не только прошлых моделей проведения, но и к изменениям ценностей и смысложизненных ориентаций [Абакумова И.В., 2023; Алексеева Е.М., 2007; Балина Т.Н., 2023; Борисов Р.Б., 2019; Гарашук С.С., 2024; Годунов М.В., 2024; Зекова Н.Н., 2017; Комиссарова О.А., 2018; Сарафанникова А.С., 2023; Щербакова Н.В., 2023].

В современных психологических исследованиях, посвященных трансформациям личности в ситуации длительного стресса, который закономерно возникает в региональном военном конфликте, особый аспект проблемы – изучение особенностей смысловой саморегуляции, существенной составляющей которой как раз и являются смысложизненные ориентации, определяющие специфику

проявления самопринятия, личностной устойчивости, жизнестойкости, идентификации, представлений о позитивной самореализации и взаимодействия с окружающими. Эта проблематика находится в эпицентре внимания многих исследователей, однако, целостного описания трансформаций смысложизненных ориентаций в ситуации локального военного конфликта пока еще нет [Бондарев М.А., 2020; Деревянкина Н.А., Юферова М.А., 2023; Колобова С.В., 2022; Лисняк М.А., Живаева Ю.В., 2023; Рядинская Е.Н., 2017, 2024].

Особая часть проблемы трансформации смысложизненных перспектив личности – временная перспектива и изменений в ее содержании, структуре и фокусировки в условиях военного конфликта. В современной ситуации обилия экстремальных факторов, связанных с военными конфликтами, требуется поиск эффективных способов психологической помощи в восстановлении конструктивной временной перспективы как ресурса преодоления сложной жизненной ситуации. В ситуации военного конфликта возникает ряд обстоятельств, которые создают затруднения в прогнозировании своей жизни, как на близкий, так и на дальний период времени жизни. Здесь происходит трансформация не только целей, жизненных планов, но и изменение отношения человека к времени жизни в целом [Аванесян М.О., 2022; Авдентова В.Б., 2022; Виноградова Е.Е., 2023; Климкович М.В., 2024; Лучистая Р.С., 2023; Портнов Е.А., 2024; Пятакова Г.В., Осипова А.А., 2023]. Особое значение в данном контексте приобретает изучение особенностей понимания временной перспективы субъекта в период пребывания в зоне военного конфликта. Пролонгированный стресс порождает целый комплекс личностных изменений, которые переориентируют видение будущей самореализации от позитивного к негативному сценарию, меняют представления о том, что будет личностной доминантой будущего. Как следствие актуальной и значимой для практики задачей является адаптация (а зачастую и реабилитации) лиц, оказавшихся непосредственно в зоне военного конфликта, к жизни в постконфликтный период и здесь способность к моделированию образа будущего и

конструктивной временной перспективы играет важную роль в реабилитации личности.

В настоящее время делается акцент на значимости психологической готовности личности к конструктивной активности в инцидентных и экстремальных ситуациях, одним из важных компонентов которой является позитивное содержание представлений о временной перспективе. Значимость изучения содержания трансформаций временной перспективы, лиц, проживающих в зоне военного конфликта, определяется также необходимостью построения эффективной системы психологической поддержки людей, находящихся в условиях неопределенности и стресса, для сохранения и развития их веры в позитивное будущее и желания прикладывать к его построению определенные усилия. Современная наука подчеркивает значение временной перспективы личности в формировании индивидуального стиля совладающего поведения в сложной жизненной ситуации и эффективности преодоления посттравматического стрессового синдрома, что еще больше актуализирует задачу предметного изучения данного вопроса [Виноградова Е.Е., 2023; Гречкина И.Н., Комерова Н.Е., 2022; Ярошенко Г.В., 2022].

В настоящий период изучения личностных проблем у лиц оказавшихся в зоне военного конфликта возникает противоречие между недостаточными данными о специфике реальных кризисных характеристик, влияющих на адаптационный потенциал личности, смысложизненные ориентации, позитивные и устойчивые временные перспективы и дефицитом в арсенале психологов пролонгированных программ профилактики, коррекции и реабилитации, адресно ориентированных на уникальность возникающих личностных кризисов у лиц проживающих на освобожденных территориях. Таким образом, актуальность выбранной темы обусловлена с одной стороны недостаточной изученностью проблемы, а с другой – необходимостью создания программ психологической помощи лицам, пребывающим в зоне военного конфликта.

**Степень разработанности проблемы исследования.** В современных исследованиях большое внимание уделяется ценностно-смысовой активности субъекта, описаны механизмы смыслотворчества и смысловой регуляции активности личности [Абакумова И.В., 2017; Ермаков П.Н., 2022; Леонтьев Д.А., 2016; Осипова А.А., 2019; Селезнева Ю.В., 2024]; показана специфика образования личностных смыслов преадаптивной и адаптивной направленности [Годунов М.В., 2023]; связи совладающего поведения с ценностно-смысовой сферой человека [Антимонова Н.А., Леонтьев Д.А., 2017]; личностным трансформациям в контексте современной теории смысла и смыслообразования [Асмолов А.Г., 2017; Абакумова И.В., 2022; Волков А.А., 2012; Гришина А.В., 2017; Леонтьев Д.А., 2016; Магомед-Эминов М.Ш., 2015]; психологической поддержке личности в трудной жизненной ситуации [Асмолов А.Г., 2017; Ермаков П.Н., 2022; Максименко Е.Г., 2021; Петровский А.В., 2012; Солдатова Г.В., 2019]; индивидуально-психологическим особенностям переживания ситуации военного конфликта [Бойко О.В., 2021; Захарова Н.М., 2020; Новикова Н.В., 2018; Цветкова М.Г., 2020]; влиянию военного конфликта на различные трансформации личности [Дымова Е.Н., 2020; Нестик Т.А., 2023; Рядинская Е.Н., 2017; Слепко Ю.Н., 2023].

Несмотря на достаточно активный интерес к проблемам переживания личностного кризиса и характерологических изменений в связи с угрозой жизни и здоровью в региональном конфликте, пока еще рефлексируется очевидный дефицит исследований, направленных на изучение этих трансформаций. Нет достаточно пролонгированных исследований, на основании которых можно разработать и воплотить в психотерапевтическую практику современную, адресно направленную, именно по специфике данного контекста, программу реабилитации лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта. Эта **проблема** была конкретизирована в целях и задачах данного исследования.

**Цель исследования** – изучить особенности трансформации смысложизненных ориентаций и временной перспективы у лиц, проживающих в зоне военного конфликта.

**Объект исследования** – личность в условиях локального военного конфликта.

**Предмет исследования** – смысложизненные ориентации и временная перспектива (как компонент смысложизненной ориентации) у лиц, проживающих в зоне военного конфликта.

### **Гипотезы исследования.**

1. Трансформация смысложизненных ориентаций лиц, проживающих в зоне военного конфликта, может проявляться в снижении уровня осмысленности жизни, ценностного основания (или ценностных приоритетов) и экзистенциальной наполненности жизни, приводя к стагнации эмоционального реагирования на события.

2. Возможно, процессуальность жизни и переживание субъективного благополучия могут трансформироваться в зависимости от проживания в зоне военного конфликта.

3. Переживание травматичных событий в прошлом, восприятие прошлого как негативного, может влиять на ожидание негатива в будущем, регрессировать рефлексию приоритетных жизненных целей и перспектив самореализации.

4. Выраженность временных перспектив, особенности их трансформации и саморефлексии у респондентов мужского и женского пола могут различаться.

Достижение поставленной цели и проверка выдвинутых гипотез потребовали решения теоретических, методических и эмпирических **задач исследования:**

#### ***Теоретические***

1. Провести анализ научной литературы по проблеме личностных трансформаций в кризисных условиях жизни.

2. Определить наиболее авторитетные и разработанные теоретические подходы к заявленной проблеме, провести аналитический обзор интерпретаций «личностных трансформаций» в условиях вооруженных конфликтов.

3. Описать психологические детерминанты трансформации временной перспективы личности в ситуации военного конфликта.

### ***Методические***

4. Разработать программу эмпирического исследования по изучению трансформации смысложизненных ориентаций и временных перспектив у лиц, проживающих в зоне военного конфликта.

5. Разработать диагностический комплект для проведения эмпирической части исследования.

6. Определить состав обследуемых в контрольных и экспериментальных группах.

### ***Эмпирические***

7. Выявить основные показатели личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне военного конфликта, определить специфику смысложизненных ориентаций в специфических жизненных условиях.

8. Определить и описать особенности трансформации пролонгированных временных перспектив у мужчин и женщин, выявить общие и специфические тенденции.

9. Диагностически выявить и охарактеризовать уровни агрессивности у лиц из разных регионов (ЮФО и новые территории РФ).

10. Выявить взаимосвязи между временными перспективами, личностной агрессивностью и метакогнитивными убеждениями.

11. Обобщить результаты исследования, представить выводы.

**Теоретико-методологическими предпосылками исследования выступили:** теории смыслообразования и смысложизненных ориентаций личности (К.А. Абульханова-Славская, В.Е. Ключко, Д.А. Леонтьев, Ф. Франкл); теории

смысловой регуляции поведения (Б.С. Братусь, В.П. Зинченко); теория смысловых инициаций личности (И.В. Абакумова, М.В. Годунов); современная концепция психологии переживаний (Ф.Е. Василюк, Е.Ю. Уварина, Л.Р. Фахтудинова); теоретические положения исследований влияния пребывания в зоне военного конфликта на личность (Т.А. Нестик, Н.В. Новикова, Ю.Н. Слепко, Н.В. Тарабрина); основные положения исследований возможности поддержания субъективного благополучия личности в травмирующей ситуации в условиях военного конфликта за счет психологической помощи (Е.Г. Максименко, М.А. Соловьева, Т.Л. Худякова); концепция временной перспективы как целостной субъективной картины будущего (Е.И. Головаха, Е.Ю. Мандрикова, О.В. Лукьянов, Ю.Ю. Нежаскина); концепция различных временных зон человека (Ф. Зимбардо); положения относительно изменения временной перспективы в сложных жизненных и стрессовых ситуациях (В.Б. Авденова, Е.А. Ипполитова, Ю.В. Шведенко); механизмы и технологии личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта (И.В. Абакумова, П.Н. Ермаков, Е.Н. Рядинская).

**Методы и методики исследования.** Для решения поставленных в данном исследовании задач были использованы следующие методы и методики:

1. Тест смысложизненных ориентаций. СЖО (Дж. Крамбо, Л. Махолик в адаптации Д.А. Леонтьева).
2. Тест исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности (С.С. Бубнова).
3. Методика диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шамионов, Т.В. Бескова).
4. «Шкала экзистенции» (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер (в адаптации И.Н. Майниной и А.Ю. Васанова).
5. Опросник временной перспективы (ZTP) Ф. Зимбардо, А. Гонзалес.
6. Личностная агрессивность и конфликтность Е.П. Ильин П.А. Ковалев.

7. Опросник мета-когнитивных убеждений А. Уэллса и С. Картрайт-Хаттон. Адаптация: Н.А. Сирота, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонский, А.В. Ялтонская.

В исследовании применялся целый комплекс методов: теоретический анализ, сопоставление данных, психометрическая диагностика.

Математические методы обработки данных исследования включают стандартные методы математической статистики: подсчет среднего арифметического и стандартной ошибки. В ходе математической обработки применялись непараметрические методы. Сравнение средних данных проводилось по U-критерию Манна-Уитни, а также осуществлялся корреляционный анализ по Спирмену. В ходе обработки данных был применен стандартный программный пакет: SPSS 23.0.

**Эмпирический объект исследования** – 320 человек (196 женщин, 124 мужчины), из них 160 человек из Донецкой, Херсонской и Запорожской областей (новые территории РФ) и 160 человек из Южного федерального округа. Средний возраст испытуемых в группе из новых территорий РФ составил 32,9 лет, возраст респондентов из Южного федерального округа – 31,4 лет. В исследовании принимали участие студенты, преподаватели и сотрудники Вузов, служащие.

**Экспериментальная база исследования:** Донской государственный технический университет (г. Ростов-на-Дону), Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И. Платова (г. Новочеркасск), Донбасская аграрная академия (г. Макеевка), Херсонский технический университет (г. Геническ), Мелитопольский государственный университет (г. Мелитополь), Мариупольский государственный университет имени А.И. Куинджи (г. Мариуполь).

**Достоверность и обоснованность полученных результатов исследования** определена логически обоснованным алгоритмом исследования в соответствие с поставленными задачами (теоретическими, методическими, эмпириче-

скими), разработкой валидного диагностического пакета, сравнительной аналитикой основных и контрольных групп респондентов, принимавших участие в эмпирической части исследования, а также корректным применением методов математической статистики.

**Основные научные результаты, полученные лично автором, и их научная новизна.** Научная новизна результатов исследования заключается в дальнейшем расширении знаний об особенностях личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта. Впервые показаны различия в ценностной структуре личности, проживающих в Южном федеральном округе, ДНР, Херсонской и Запорожской областях. Эмпирически выявлено, что респонденты из новых территорий РФ большее значение отводят ценностям гедонизма (приятное времяпрепровождение), альтруизма (помощь и милосердие к другим людям) и ценностям безопасности включая высокое материальное благополучие (стремление в социально успешной самореализации). Установлена иерархия ценностной структуры лиц, проживающих в Южном федеральном округе: альтруистические ценности. Доказано, что выраженность показателей субъективного благополучия у обеих групп находится в пределах средних значений, однако у лиц из Южного федерального округа выраженность всех показателей имеет более высокие уровни. Определены различия по шкале экзистенции: лица из Южного федерального округа имеют большую степень выраженности, по сравнению с результатами группы из новых территорий РФ, лица, проживающие в зоне военного конфликта, показали меньшую уверенность в себе, недостаточную способность доводить до воплощения в жизнь собственных замыслов и проектов. Описана специфика трансформации смысложизненных ориентаций у лиц из зоны военного конфликта, которая проявляется в снижении уровня осмыслинности жизни, ценностного основания и экзистенциальной исполненности жизни, в скучности эмоционального реагирования на события. Доказано, что

проживание в зоне военного конфликта в большей степени снижает процессуальность жизни, наполненность жизни в настоящем и переживание субъективного благополучия респондентов.

Выявлено наличие сбалансированной временной перспективы респондентов мужского и женского пола. Доказаны достоверные различия по шкале «негативное прошлое», при этом, в группе респондентов мужского пола показатели выше, чем у респондентов женского пола. Показано, что более трети мужчин и менее четверти женщин имеют высокий уровень выраженности негативного прошлого. Выявлены высокие значения у респондентов обеих групп по шкале «позитивное прошлое», что говорит о наличии у них определенного жизненного ресурса, необходимого для преодоления стрессов. Установлено у обеих групп респондентов наличие показателей выше среднего уровня относительно гедонистического настоящего и ориентации на получение удовольствия. Представлено, что обе группы респондентов продемонстрировали высокую ориентацию на будущее, которая характеризуется наличием конкретных целей и направленностью на достижение планируемых задач. Полученные данные позволяют системно охарактеризовать основные трансформации смысложизненных ориентаций в ситуации реальной угрозы жизни и здоровья.

**Теоретическая значимость исследования** определяется тем, что представленные в исследовании выводы и обобщения позволяют расширить представления о содержании трансформаций смысложизненных ориентаций личности, пребывающей в зоне военного конфликта и внутренних ресурсах смыслообразования. Представленные выводы и обобщения позволяют более глубоко понять эффекты влияния переживаний ситуации военного конфликта на личность. Анализ подходов к проблеме трансформаций личности под воздействием травмирующей экстремальной ситуации и результаты теоретического анализа проблемы конкретизируют научные представления о ресурсах и рисках конструктивного преодоления негативного влияния сложившихся обстоятельств. Анализ

подходов к проблеме трансформаций временной перспективы личности под влиянием психотравмирующей экстремальной ситуации и результаты теоретического анализа вопросов субъективного времени конкретизируют научные представления о личностных ресурсах и рисках конструктивного преодоления негативного влияния сложившихся обстоятельств за счет построения перспективы будущего.

**Практическая значимость исследования** определяется тем, что изучение, выявление и систематизация содержательных особенностей трансформации смысложизненных ориентаций личности, пребывающей длительное время в зоне военного конфликта, дает возможность разрабатывать и внедрять эффективные адресные программы психологической помощи. Материалы данного исследования могут быть использованы в качестве руководства по выработке психотехнических воздействий с целью нормализации психоэмоциональных состояний лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта. Полученные результаты могут лежать в основу разработки методических рекомендаций по организации психологической помощи людям, находящимся длительное время в зоне военного конфликта. Материалы данного исследования используются при чтении курсов «Экстремальная психология» и «Психология личности». Подготовлен методический пакет материалов в помощь психологам и педагогам к курсам «Разговоры о важном», кураторским часам «Психолого-социальное сопровождение студентов, участников СВО».

#### **Положения, выносимые на защиту.**

1. Трансформация смысложизненных ориентаций как устойчивая психологическая система, задающая вектор личностной направленности у лиц, проживающих в зоне военного конфликта, будет проявляться в снижении уровня осмысленности жизни, стагнации ценностных приоритетов и экзистенциальной наполненности жизни, в снижении уровня эмоционального реагирования на события прошлого, настоящего и будущего.

2. Проживание в зоне военного конфликта, будет влиять на специфику локус контроля личности, рефлексию процессуальности жизни и принятие субъективного благополучия как реальной возможности оценить свое состояния в новых условиях жизни и проекциях будущей самореализации.

3. Переживание травматических событий в прошлом (реальная угроза жизни и здоровью, связанная с военными действиями), восприятие прошлого как негативного, будет провоцировать перманентное переживание беспокойства и ожидание негатива в будущем, что ведет к регрессии рефлексии приоритетных жизненных целей, деформирует устойчивые временные перспективы самореализации личности.

4. Выраженность временных перспектив, особенности их саморефлексии, наличие элементов агрессивности и конфликтности в целевых представлениях о своем будущем, у респондентов мужского и женского пола будут различаться в условиях переживания военного конфликта как контекста реализации жизни.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Материалы исследования обсуждались на заседаниях кафедры «Общая и консультативная психология» факультета «Психология, педагогика и дефектология» Донского государственного технического университета (г. Ростов-на-Дону, 2022-2025 гг.). Основные положения исследования были представлены на следующих конференциях и форумах: V научно-практической конференции с международным участием «Психолого-педагогические проблемы модернизации образования в условиях транзитивного общества» (г. Ростов-на-Дону, 2023 г.); Всероссийской (национальной) научно-практической конференции «Актуальные проблемы науки и техники» (г. Ростов-на-Дону, 2024-2025 гг.); IX Южном российском форуме практической психологии, психотерапии и консультирования (г. Ростов-на-Дону, 2024 г.); Педагогическом Форуме «Образовательная среда современного университета: вызовы XXI века» (г. Ростов-на-Дону, 2024 г.); Первом всероссийском форуме «Социальная педагогика: проблемы и перспективы в эпоху цифровизации» (г. Ростов-на-Дону, 2024 г.).

Материалы исследования используются в деятельности Донского государственного технического университета (г. Ростов-на-Дону), Донбасской аграрной академии (г. Макеевка), Научно-консультационном психологическом центре Донбасской аграрной академии (г. Макеевка), Южно-Российском государственном политехническом университете (НПИ) имени М.И. Платова (г. Новочеркасск).

**Публикации.** По теме диссертации опубликовано 8 работ, общим авторским объемом 4,1 п.л., из них 1 статья – в издании, входящем в базы данных международных индексов научного цитирования Scopus и Web of Science; 3 статьи – в журналах, рекомендованных ВАК РФ для публикации материалов кандидатских диссертаций.

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы (177 источников). Работа изложена на 165 страницах; включает 28 рисунков, 17 таблиц, 6 приложений.

## ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ТРАНСФОРМАЦИИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА

### 1.1. Влияние ситуации военного конфликта на психологические характеристики субъекта

С точки зрения современных исследователей ситуация локальных военных конфликтов сопряжена для людей с переживаниями новых вызовов и реальных угроз жизни и здоровью. Это порождает нарушение психоэмоциональных состояний, перцептивной нестабильности, нарушения на уровне когнитивных процессов, интеллектуальной продуктивности, личностных характеристик. Психологи подчеркивают, что снижение негативного воздействия данной инцидентной ситуации в большей степени определяется активизацией позитивных характеристик личности, ее внутренним субъектным потенциалом. Использование личностью собственных ресурсов позволяет в определенной мере трансформировать негативное воздействие трудной социальной ситуации неблагополучия, неопределенности и нестабильности, за счет расширения социальной активности, усиления мотивации поиска новых возможностей преодоления, разнопланового межличностного взаимодействия [20]. Осознание собственных способностей противостояния неблагоприятным внешним воздействиям в контекстных условиях военного конфликта приводит к повышению и стабильности самооценки, способствует росту доверия к себе и уверенности в своих силах, проявлению ответственности за результаты своей активности [20].

В исследованиях психологов доказано, что люди, находящиеся долгое время в зоне военного конфликта, в большей степени испытывают ухудшение психического состояния, нежели физического [19].

Большое значение для построения эффективных программ психологической помощи, проживаемых в зоне конфликта, имеет оценка уровня их субъективного благополучия как показатель внутренней рефлексии и реальной возможности оценить свое состояния в новых условиях жизни.

Исследователи, занимающиеся этим вопросом, акцентируют внимание на том, что большинство обследуемых из числа обследованных респондентов, имеющих опыт проживания в зоне военного конфликта, демонстрируют показатели субъективного благополучия, лежащие в пределах умеренных значений. На специфику переживания данного показателя могут влиять многие показатели: возраст, особенности социального благополучия, наличие семьи, значимого окружения и т.д. [136].

Психологи отмечают, что эмоциональный дискомфорт возникает в результате наличия неудовлетворенности своим положением, деятельностью и собой как субъектом актуальной жизненной ситуации, отсутствия четких планов на будущее и представлений о перспективах, что в свою очередь порождает недоверчивость и подозрительность. Современные психологи доказывают, что люди, продолжительное время находящиеся в зоне конфликта, начинают испытывать определенные трудности в осуществлении самоконтроля эмоций и социального поведения, сомнения в достижимости желаемых целей, склонны проявлять ригидность эмоций, демонстрировать жесткие установки, чаще испытывают тревогу и подавленность [40].

Результаты эмпирических исследований психологов демонстрируют, что у большого количества людей, имеющих травмирующий опыт пребывания в зоне военного конфликта, показатели субъективного благополучия имеют лишь умеренное снижение, оставаясь при этом, практически стабильными. Успешно преодолевать трудные жизненные ситуации, по мнению психологов, помогает наличие у личности психологических резервов, позитивной самооценки и видение перспектив [136].

В психологических исследованиях показано, что в плане гендерных различий в проявлении субъективного благополучия его показатели у женщин практически не менялось, на фоне умеренного снижения переживания счастья, на протяжении всего пребывания в зоне военного конфликта, а у мужчин значи-

тельно повысились. Мужчины и женщины по-разному переживают тот внутренний дискомфорт, который порождается реальными угрозами локального военного конфликта. Особая часть ранее полученных данных, изучение соотношения самооценки и психологического благополучия как рефлексии своего психоэмоционального состояния. У мужчин уровень и особенности самооценки влияют на осознание своих возможностей жизни значительно более выражено, чем у женщин [136].

С точки зрения психологов, подобная динамика может быть обусловлена преобладанием у мужчин специфического ощущения счастья как состояния дающего возможность почувствовать свою состоятельность и уверенность (установки по принципу «у меня получится, я сильный, перспективный и т.д.»). Психологические исследования убедительно показывают, что отсутствие осмысленных целей в период переживания трудностей инцидентной ситуации существенно снижает субъективное переживание счастья, порождая различные жизненные трансформации, связанные с контекстами и ситуациями различной модальности: эмоциональные, познавательные, ценностно-смысловые. Это приводит к нарушению жизненной стабильности и как следствие к целому ряду личностных искажений, что находит отражение в самоотношении (эгоцентрациях), отношениях с окружающими (группоцентрациями) и ценностной направленности на позитивные приоритеты общества и государства (просоциальные центрации) [92]. Изменение самоотношения, особенностей идентификации и признания ценностей общества и государства своими личностными ценностями реминисцирует в профессиональной деятельности, во взаимодействии с окружающими, в социальных и экономических требованиях.

Эти специфические личностные новообразования, порожденные реальной угрозой жизни и здоровья, находят выход в целом ряде показателей, которые существенно влияют не только на эмоциональный фон, но и на реальный поведенческие стратегии, на готовность к интеллектуальной и личностной стагнации,

ухудшению психологического состояния, аггравации (болезненное преувеличение симптомов связанных с плохим самочувствием), аналогов того, что в медицине называют инфодемией (перманентное состояние повышенной тревожности, раздражительность, плохой сон, элементы депрессивных реакций). Это реминисцирует в целом ряде показателей: проявляется снижение в осознании общим уровнем удовлетворенности жизнью, рассогласовании самопринятия и самооценки, субъективные ожидания в самореализации сталкиваются со сложностями в новой реальности существования. Это негативным образом сказывается на уровне притязаний (человек перестает верить в реальность своей самореализации, осознаваемый личностный потенциал стагнируется за счет новых условий жизни, желаемое и возможное приходят в состояние противоречия), наблюдаются эффекты «размытых жизненных перспектив» и возможность выстраивать устойчивые долгосрочные жизненные планы. Личностный диссонанс может проявляться в различных жизненных направленностях: профессиональной, идентификационной, семейной, референтной (нарушение [взаимоотношений со значимыми близкими) [125].

В современной психологии акцентируется внимание на том, что значимым предиктором субъективного благополучия является наличие установки на достижение успеха, в связи с этим большое значение имеет ее сохранность в сложной жизненной ситуации, ситуации внезапной угрозы, инцидентной ситуации [136].

В психологических исследованиях показано, что у людей, пребывающих в зоне военного конфликта, в условиях СВО сохранными остаются мотивация ориентации на успех, нацеленность на поиск оптимальной жизненной стратегии, стремление к определению ценностных и компетентностных приоритетов, способствующих адаптации в данной проблемной и небезопасной ситуации [125].

При этом, психологи отмечают сохранность данной тенденции не зависимо от показателей психологического самочувствия. Однако у лиц с отмечающимся ухудшением психического здоровья, мотивация достижения успеха также снижена. По диагностическим данным эта особенность определяется тем, что

мужчины сложнее принимают ситуацию психологической неопределенности и как следствие сложнее к ней адаптируются. У них выше потребность самоадаптации, принятии своих ресурсов и возможных достижений [114].

Психологи подчеркивают, что наличие стремления к адекватной оценке и использованию ресурсов ситуации существенно влияет на формирование конструктивной модели поведения, способствующего достижению результата и эффективному решению поставленных задач. С точки зрения исследователей, понижение установки на успех связано с жесткой ситуативной детерминированностью в сложных условиях нестабильности и неопределенности, с затруднениями формирования содержательных представлений о результатах, способах выполнения деятельности по достижению цели [97].

В исследованиях психологов показано, что лица, имеющие продолжительный опыт проживания в зоне военного конфликта, демонстрируют средний уровень выраженности стремления к одобрению со стороны окружающих, желания выглядеть в глазах окружающих позитивными и конструктивными.

Интерес представляют данные эмпирических психологических исследований показывающих, что большинство субъектов, находящихся в зоне военного конфликта, приобретают специфические особенности в контексте общения с окружающими. Их субъективное благополучие в значительно меньшей степени зависит от оценок окружающих, чем у тех, кто проживает на территориях ЮФО. Это можно рассматривать и оценивать как определенный личностный ресурс, обеспечивающий личностную устойчивость в ситуации реальной угрозы жизни и здоровью переживающего субъекта.

Психологи обращают внимание на то, что уровень стремления к одобрению определенно ниже у лиц, субъективно констатирующих ухудшение психологического самочувствия, и практически не зависит от времени нахождения в зоне военного конфликта [120]. Такие показатели могут служить маркерами снижения интереса к поддержанию своего имиджа и активному социальному взаимо-

действию, снижению значения удовлетворения потребности в социальном одобрении, перенос концентрации внимания на внутренние проблемы, самооценку, самовосприятие и самопринятие.

С точки зрения современных исследователей, эффективному функционированию личности в сложных жизненных ситуациях способствует выраженность позитивных, с точки зрения поддержания устойчивости, качеств. Выявлено на уровне эмпирической диагностики, что позитивные характеристики субъекта, являются показателями личностной устойчивости, тем самым способствуя становлению саногенного мышления и оптимизма, способствуя актуализации личностного роста. Это показатели личностного потенциала по преодолению внутренних барьеров, возникающих в ситуации реальной угрозы своей жизни, а также здоровья близких и значимых окружающих.

В современной, проблемной и рискованной ситуации развития личности особое значение приобретает разработка и реализация прикладных программ исследования феноменологии и операционализации специфических характеристик бытия развития субъекта в условиях экстремальной ситуации, в качестве которого конечно же может рассматриваться локальный военный конфликт.

Субъект, вынужденный находиться в зоне военного конфликта, неминуемо сталкивается с проблемами переживания страха как эмоционального состояния и попыткой осмыслить эти переживания. Современные психологи акцентируют внимание на том, что одной из актуальных проблем для человека, оказавшегося в ситуации потенциальной угрозы жизни, является страх смерти. Исследователи, при этом подчеркивают, что наряду с негативным влиянием этого типа страха на жизнь субъекта, его переживание может приводить к более глубокому постижению смысла человеческого существования [120].

Исследователи проблемы страха выделяют ряд его функций в управлении активностью человека в сложных инцидентных ситуациях:

- сдерживание от совершения негативной активности;
- инструмент управления поведением;

- порождение ложных представлений о действительности;
- стимулирование трансформаций и личностного роста.

Современные психологи выделяют различные средства преодоления страха, среди которых выделяют следующие:

- знание необходимой информации;
- привыкание к явлениям объективной реальности;
- формирование конструктивных копинг-стратегий;
- субъективный контроль;
- поиск ресурсов саморегуляции [120].

В психологии чувство страха рассматривается не только с точки зрения его негативных проявлений, но и как позитивное чувство, помогающее личности «обрести самость». В связи с этим, возрастает значимость исследования психологических особенностей переживания мирным населением различных видов страха в ситуации военного конфликта. Результаты эмпирических исследований в этом направлении могут быть продуктивно использованы для разработки программ психологической помощи, ориентированных на уменьшение чувства страха и оптимизацию эмоциональных переживаний человека в контексте инцидентной ситуации [62].

С точки зрения современных психологов выделенные функции страха имеют свое специфическое содержание:

- «мотивационная» заключается в побуждении человека искать более безопасную среду, стараться предупреждать и по возможности избегать опасные ситуации;
- «адаптивная» отражает особенности индивидуального опыта переживания страха и, как следствие, побуждает реализацию более осторожного поведения в подобной ситуации;
- «оценочная» проявляется в оценке уровня опасности и вероятности защищаться от ее последствий;

- «сигнально-ориентированная» заключается в том, что чувство страха является своеобразным сигналом, который не только предупреждает об опасности, но и заставляет человека проявлять активность, направленную на самосохранение;
- «организационная», побуждающая учитывать требования ситуации и проявлять приспособление на разных уровнях;
- «социализирующая» связана с трансляцией приемлемых моделей поведения и способствует формированию социально приемлемых качеств;
- «мобилизующая» актуализирует внутренние ресурсы на преодоление ситуации опасности;
- «прогностическая» позволяет прогнозировать возможные варианты поведения в условиях опасности;
- «смыслообразующая» порождает смысловые новообразования личности, такие как: новые смыслы, трансформация картины мира, переосмысление ценностей, изменение мировоззрения [44].

Это представлено на рисунке 1.

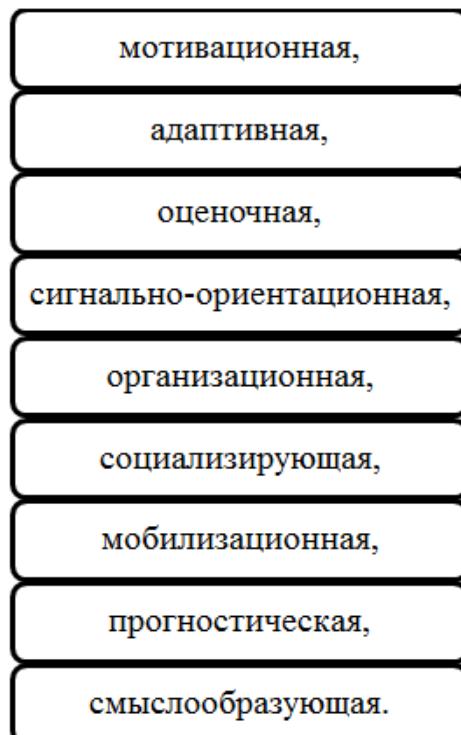


Рисунок 1. Функции страха (В.Н. Гуляихин, Н.А. Тельнова [44])

В работах современных психологов убедительно доказано разное влияние на человека чувства страха: разрушительное, приводящее к гибели и мобилизующее, повышающее шансы на спасение.

В экзистенциальной психологии феномен страха трактуется как предиктор, побуждающий субъекта задуматься о своем будущем и дальнейшей судьбе, позволяющий охранять свою идентичность, заставляющий человека усиливать рефлексию и осмыслить свою сущность [66].

В психологии особое внимание уделяется этимологии и проявлениям социальных страхов характеризующихся рядом особенностей: носителем данного вида страхов является социальная группа; массовый характер; в качестве предикторов здесь выступают нестабильность жизненной ситуации, дефициты информации, недостаточная уверенностью в будущем; рациональный и осознанный характер страха, понимание его источника, оценка его как смысложизненной проблемы. Сегодня провоцируют формирование социальных страхов, несомненно, военные конфликты [120]. Практикующие психологи обращают внимание на то, что имеются различные способы психологической помощи в ослаблении выраженности и преодоления людьми страхов:

- психолого-педагогическое воздействие,
- профилактическая работа,
- адаптация к ситуации опасности,
- соответствующая психотерапия,
- совершенствование волевой регуляции и смысла её проявления [172].

Современная обстановка сопряжена с ростом и распространением различных экстремальных ситуаций, спровоцированных антропогенными факторами, к числу таковых относятся, в частности, и военные действия. Это породило достаточно большое количество исследований по данной проблематике [Таблица 1].

Таблица 1

**Основные эмпирические исследования психологических и личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне локально военного конфликта (СВО)**

Направление исследования	Исследователи
Исследование особенностей переживания личностью экстремальных ситуаций	Л. Р. Правдина, Т. Н. Султанов, Л. В. Трубицына
Исследование проблемы переживания людьми трудных жизненных ситуаций	Ф. Е. Василюк, Д. А. Леонтьев, Е.И. Головаха, А. А. Кроник, Л. Б. Шнейдер
Исследование влияния социальной активности на особенности переживания человеком стрессогенных ситуаций	Д. А. Леонтьев, И. В. Абакумова, А.А. Левшина, П. Н. Ермаков
Исследование социальной адаптации к ситуациям жизненного кризиса	В. В. Антипов, Ш. О. Исмаилов, И. П. Шкуратова

Несмотря на разнообразный ракурс проводимых эмпирических исследований, все полученные и проанализированные данные свидетельствуют:

- локальный военный конфликт оказывает существенное влияние на специфику целого ряда важнейших личностных характеристик: самоотношение, самопринятие, готовность к самореализации;
- трансформации важных компонентов самооценки влияют на личностные эгоцентрации: переживания позитивных эмоциональных рефлексий как маркер удовлетворенности жизнью, ощущение индивидуального счастья и рефлексии жизненных сил как показатель психологического здоровья.

Однако, в данных исследованиях отсутствует важнейший компонент личностной рефлексии, смысложизненные ориентации, которые показывают не просто отдельные личностные изменения, но их трансформации на уровне личностного устойчивого конструкта.

## 1.2. Проблема трансформации смысложизненных ориентаций личности: детерминанты и содержание

Ценностно-смысловая сфера – важнейший показатель личностного развития и самореализации, соотносящий убеждения человека с общественными требованиями, нормами и идеалами. Формирование смысловых конструктов как личностных характеристик, имеет свою уникальную периодизацию и особые сензитивные зоны онтогенетического становления: формирование эгоцентраций, группоцентраций, просоциальных центраций через процессы смысловой дифференциации и генерализации. Смысловая система личности является особым образом организованная совокупность смысловых структур и их взаимосвязей, обеспечивающая смысловую регуляцию жизнедеятельности [5, 91].

В современной психологии проблема выявления роли смысловой сферы личности в определении характера переживания травматического события и выбора траектории преодоления становится все более исследуемой. Сегодня на эмпирическом уровне доказана связь кризисных состояний с индивидуальными особенностями смысловой сферы субъекта [97]. В свое время В. Н. Мясищев развивал идею о том, что в происхождении психогений (группа психологических состояний личности как экстремальная реакция на сильное травмирующее событие) различного типа большое значение имеет нарушение отношений человека с объективной действительностью [126]. С точки зрения Б. В. Зейгарник в качестве фактора, препятствующего разрушительному воздействию психической травмы личности, могут выступать, в том числе, глубина, устойчивость и позитивность ценностных установок субъекта [59].

В работах М.Ш. Магомед-Эминова [100, 101] показано, что травматическая ситуация трансформирует смысловую сферу человека, делая ее «биполярной»: смысловые структуры сконцентрированные вокруг идеи «жизни», и противоположные, где в центре – «смерть». Психологи указывают на тот факт, что наличие противоречия в смысловой системе субъекта, пребывающего в неблагоприятным психологическим состояниях как следствии травматического опыта,

приводит к смещению акцента с функционирования смыслов в настоящем к будущему и прошлому. Это является риском эффективного преодоления, так как концентрация только на смыслах прошлого или будущего может приводить к искажению осознания объективной реальности в настоящем. В сложной жизненной ситуации, имеющей затяжной характер личность сталкивается с препятствием в виде некомпетентности в «смысловой переработке текущего опыта», что ведет к трансформации смысложизненных ориентаций [101].

В современной психологии доказано, что длительные травматические события достаточно сильно способны повлиять на мировоззренческие установки личности, иерархию базовых убеждений, искажая картину окружающего мира и восприятие событий.

Психологические исследования структуры смысложизненных ориентаций человека, испытывающего посттравматический стрессовый синдром, показали наличие противоречий между компонентами осмысленности жизни, таких как:

- отсутствие глубокого осмысления событий прошлого и дезинтеграция их с актуальным контекстом настоящего момента;
- тенденция к «смысловой нагруженности» будущего проекциями нереализованных ожиданий;
- утрата смысла прошлого опыта и затруднения в адекватном осмыслении происходящего [56].

В контексте травматических ситуаций человек переживает частичную утрату идентичности, что связано с восприятием своей активности в настоящем как лишенной видимого смысла. Здесь важно обретение субъектом реальной личностной опоры, помогающей сделать выбор в сторону построения жизни на новых до конца неопределенных основаниях.

Субъект, попадающий в экстремальную инцидентную ситуацию, переживает тяжелое психологическое состояние, преодоление которого сопряжено с самоподдержкой и нахождением индивидуального «источника жизненной силы». В такой ситуации, по мнению психологов, происходит существенное сужение

временных ориентаций, ощущается «выброшенность» из потока жизни, что противоречит желанию обрести стабильность, оказывает неблагоприятное влияние на личность. Преодоление ощущения пустоты и отсутствия смысла жизни как результат инцидентной ситуации требует от личности целенаправленной преобразующей активности [165].

Психологи отмечают, что в травматических условиях включаются психологоческие защиты как возможность временно дистанцироваться от травмирующих переживаний и опыта, угрожающего личностной системе ценностей. Вместе с тем психологи отмечают, что, когда травматический опыт не осмысливается должным образом, не формируется ценностное отношение к нему, затушевано восприятие временной перспективы, происходит «фиксация» на экстремальной ситуации. В прикладной психологии акцентируется внимание на том, что важно не только осмысление травмирующего события как опыта, формирование новых смыслов, но и погружение его в более широкий смысловой контекст ценностных отношений личности. Так как, ценностно-смысловая сфера является важнейшим компонентом структуры личности [13].

Приобретая жизненную устойчивость ценностно-смысловых конструктов, помогают личности преодолевать ценностные барьеры, жизненные препятствия, все, что нарушает логику привычной жизни [25]. Современные исследователи акцентируют внимание на том, что лица, находящиеся длительное время в условиях вооруженного конфликта вынуждены и переживать ряд негативных эмоциональных реакций и, как правило, демонстрируют трансформации мотивационно-потребностной и смысловой сферы. Эмпирические данные свидетельствуют, что для представителей данного контингента значимым является сохранение смыслов, которым раньше придавалось большое личностное значение. В случае же утраты или обесценивания ранее важных смыслов личность в трудной ситуации пытается создать новые, чтобы не потерять перспективу [21].

Психологи особо подчеркивают, что позитивные перспективы для субъекта в постконфликтный период напрямую зависят от сформированности продуктивных смысложизненных стратегий. Эмпирические исследования трансформаций стратегий смысложизненных ориентаций у лиц, проживающих в районе военного конфликта, актуализируются базовые ценности, а также такие как «безопасность», «жизнь», «добро», «мир». Также ученые, исследующие эти вопросы, отмечают определенное субъективное снижение значения социальных ценностей и рост приоритета ценности и сохранности жизни. В экстремальных условиях вооруженного конфликта у человека происходит изменение в содержании и приоритетности различных компонентов смысложизненной сферы [65].

Смыслообразование представляет собой процесс распространения смысла от ведущих, смыслообразующих, «ядерных» смысловых структур к периферическим, частным в конкретной деятельности (Д.А. Леонтьев). В современной психологии принята уровневая структура смысловых образований личности. Первый уровень – ситуативные смыслы: личностные смыслы, смыслообразующая (или смыслоинициирующая) мотивация, смысловые установки; второй уровень – устойчивые смыслы: смысловые конструкты и диспозиции (как конструкт, ориентированный на опосредованные факторы смысловых инициаций); интегрированная смысловая саморегуляция – высший уровень смыслового развития, характеризуемый высоким уровнем смысловой саморефлексии и волевым регулированием мыслеинициаций [59] [Рисунок 2].



**Рисунок 2. Основные характеристики смысловых образований личности (ситуативные и устойчивые) по Д.А. Леонтьеву [59]**

Важнейшей составляющей ценностно-смысловой сферы являются ценности личности как устойчивое интегрированное образование. Ценность, по мнению М. Рокича, суть «устойчивое убеждение в том, что определенный способ поведения или конечная цель существования предпочтительнее с личной или социальной точек зрения, чем противоположный или обратный способ поведения, либо конечная цель существования» [55]. Трансформация как раз и рассматривается как стагнация в смысловых образованиях: то, что касается самопринятия, самоидентификации (как позиция соотношения своих ценностей и ценностей окружающих), осознание ценностей общества и государства как своих личностных пристрастностей, изменение внеличностных и межличностных смыслов (направленность смыслов социальной направленности).

В проблематике изучения детерминации конструктивного и деструктивного способа жизни человека большое внимание уделяется роли смысложизненных ориентаций, осмысленности жизни, уровню сформированности и интегрированности субъективного контроля и ответственности.

В современной психологии в ряду критериев ответственности личности рассматриваются: определение своей роли в обществе, соотнесение ресурсов с

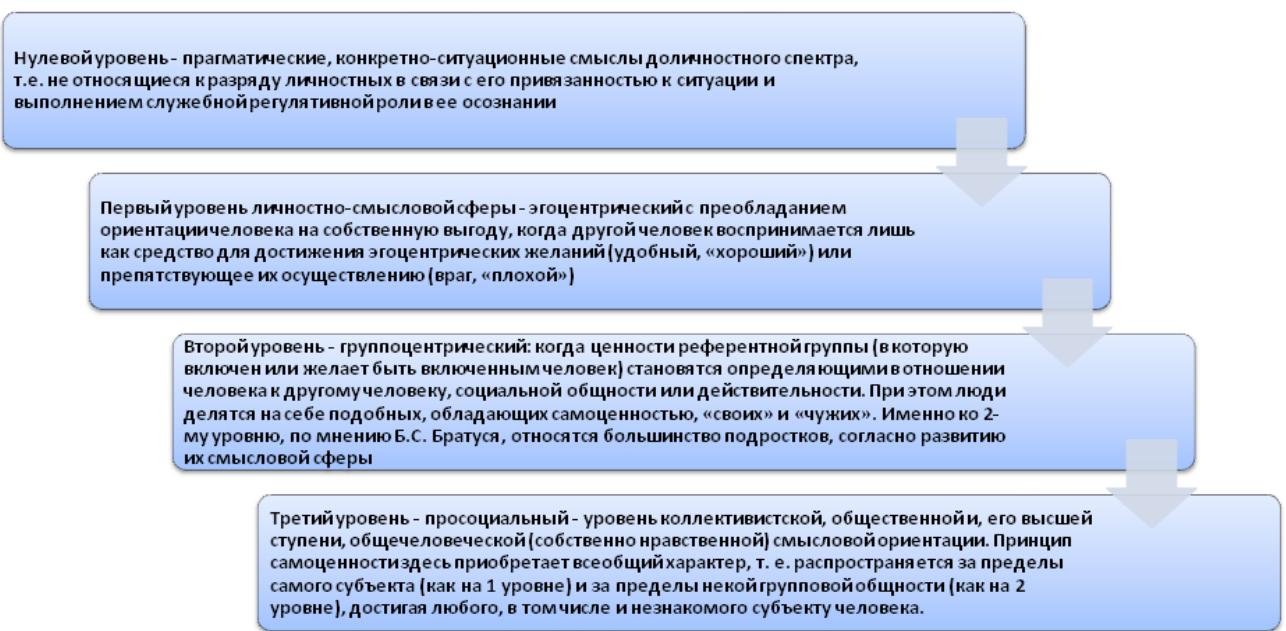
принятой целью, адекватность выдвижения цели, рациональное отношение к собственным желаниям.

В отношении направления субъекта по конструктивному пути развития, независимо от предыдущего опыта, важно организовать действенную психологическую поддержку в реализации личностного потенциала в различных сферах жизни. В данном контексте большое значение имеет характер окружения, то влияние, которое оказывалось на субъекта авторитетными людьми и референтными группами.

Психологи акцентируют внимание на значимости психологической готовности субъекта, оказывать самому себе помочь, поддерживать эмоциональную стабильность и личностную устойчивость, проявлять ответственность в трудных жизненных ситуациях и при столкновении с препятствиями. Человека можно считать ответственным, если он осознает и принимает необходимость изменений [97].

Неспособность проявлять ответственность может быть обусловлена недостаточным опытом вовлеченности личности на более ранних стадиях развития в общественно полезную деятельность и совместные действия со значимыми другими, что могло бы способствовать осознанию себя субъектом принятия решений, формированию жизнестойкости и развитию критичности.

Сложившаяся система, смысложизненных ориентаций, обеспечивает относительно устойчивую направленность потребностей и интересов, последовательность линии поведения человека, в том числе и в экстремальных ситуациях.



**Рисунок 3. Этапы формирования ценностно-смысловых центраций в соответствие с уровнями сензитивного развития личности (Б.С. Братусь)**

Б.С. Братусь выделяет уровни смысловой сферы личности на основе различий в ее отношении к себе, другому человеку и обществу в целом. Здесь важно глубокое понимание содержания смысловой сферы личности, функционального назначения ее компонентов, особенности смысловых ресурсов и рисков. Изучая особенности смысловой сферы личности и возможности ее позитивной трансформации, Б.С. Братусь попытался иерархизировать уровни ее развития, представленные на рисунке 3 [21].

Анализ современной психологической литературы показал, что наиболее эффективным условием, которое способствует становлению ответственности личности за свои действия, свое будущее и свою жизнь, является вовлеченность в активную социальную жизнь, волонтерскую и добровольческую деятельность [109].

В психологических исследованиях показано, что в процессе развития субъекта происходит становление ряда внутренних психологических новообразований, участвующих в детерминации выбора содержания и траектории активности, определенной модели поведения, таких как: личностные смыслы, ценностные ориентации, ответственность, диспозиции, субъективные представления, что

влияет на способность к созиданию, трансформациям, нравственному поступку [82].

Предъявление требований с учетом интересов и предпочтаемых ценностей человека, его творческого потенциала, потребности в проявлении самостоятельности, оригинальности, способствует развитию самооценки, принятию в социальной среде, потребности в самопознании и самосовершенствовании.

По мнению психологов, средством, способным пробудить внутреннее осознание необходимости изменять ситуацию, свои определенные свойства, является осознание их причин и последствий. Это средство способно вызвать вынужденную активность и постепенно приучает человека делать то, что не связано с актуальными желаниями, а требует приложения определенных волевых усилий. Нравственное поведение человека, подобной точки зрения придерживается И.С. Марьенко, нельзя объяснить только с точки зрения его потребностей и интересов – в конечном счете, оно должно определяться представлениями о гражданских обязанностях [107].

К стимулирующим приемам позитивных изменений поведения человека, в сложных условиях, Е.Ш. Натанзон относит поощрение, внимание, просьбу, укрепление веры в собственные силы, привлечение к интересной деятельности, доверие и тому подобное [102]. К тормозящим позитивные трансформации, по мнению психолога, относятся такие, как приказание, намек, ласковый упрек, мнимое безразличие, мнимое недоверие, проявление возмущения, осуждение, предупреждение. В условиях современных рисков большое значение имеет формирование и коррекция соответствующих социальных установок человека. Вопросу психологического воздействия на социальные установки, субъективные установки и поступки личности уделял внимание Г.С. Немов, выделяя следующие фазы этого воздействия: привлечение внимания, возбуждение интереса, убеждение, указание на желательные действия [113].

Развитие позитивных смысложизненных ориентаций, перспективных жизненных целей, реалистичного образа Я, адекватной самооценки, смысловых конструктов, обеспечивающих целесообразные выборы личности связано с формированием ответственности, участием в общественно-полезной деятельности. Оно будет эффективным тогда, когда субъект эмоционально переживает по поводу своего положения в той или иной ситуации, осознает важность и необходимость своей деятельности не только для себя самого, а и для других людей. Социальные требования как метод, направленный на формирование ответственности у человека, должен способствовать принятию им норм и требований, переживанию их как личностно ценных и значимых. Метод напоминает метод требования индукции, по Д. Шефферу, который основывается на аргументации субъекту правильности поведения и предложения принять то, что нужно, а также поверить в то, что после совершенного он будет чувствовать радость, удовлетворенность собой. Желание, намерение действовать связано с ответственностью, которая, по мнению Э. Фромма, является не навязанной извне обязанностью, а ответом человека на обращенную к нему просьбу, которую он переживает как собственную проблему. Кроме того, требование предусматривает «обратную связь», а это означает, что перед его принятием человек должен прояснить его значение и варианты выполнения, рассуждать. Ведь без рассуждения невозможен сознательный нравственный выбор человека.

В процессе социализации, которая сегодня рассматривается как процесс, проходящий через всю жизнь, общество предъявляет требования к состоятельности личности ее лояльности, просоциальности, безопасному стилю жизни. В современной психологии требование рассматривается как механизм психологического влияния, что предполагает обоснование (разъяснение, апеллирование примерами) субъекту общей и личной значимости правил и норм жизни и необходимости их соблюдения, определение возможностей выполнения того, что требуется, в том числе и в экстремальной ситуации.

С помощью этого механизма обосновывается перед человеком важность и необходимость для индивидуального субъекта и других людей моральных норм; происходит побуждение его действовать согласно с ними и в ситуациях травмирующего типа, исходя из осознания и принятия того, что предстоит исполнить, готовности держать ответ за последствия своих действий перед собственной совестью, другими людьми, обществом в целом. Побуждение к активному действию должно происходить с учетом потребностей, увлечений и устремлений субъекта, его отношения к прошлому, настоящему и будущему и его установок, в контексте социального воздействия может использоваться в прямой или косвенной форме.

Опыт отношений конструктивного и продуктивного сотрудничества и поддержки между людьми, проявления «ответственности» по отношению друг к другу, понимание личной и общей полезности и обязательности поставленных современным социумом требований – это необходимые условия сознательного, внутреннего исполнения последних и, одновременно выбора конструктивной копинг-стратегии в трудных жизненных ситуациях. Но достаточными они станут лишь в том случае, если будут предусматривать проявления субъектом самостоятельности, автономности, свободы творческого самовыражения. Важны человечные, теплые отношения, которые способны разрушить неконструктивные защитные механизмы у личности и смысловые барьеры, возникающие между ней и социумом, другими людьми [93].

Результаты психологических исследований показывает, что допустимость личностью деструкции в своей жизни как дозволенного способа решения проблем, а в дальнейшем и как стиля жизни, связано с дисгармонией в развитии смысложизненных ориентаций, недостаточной ответственностью, что можно объяснить психологическими проблемами становления ценностно-смысловой сферы субъекта, формированием особой системы отношений с окружающими

людьми и специфического отношения к самому себе, а также несогласованностью в функционировании когнитивных, эмоциональных и поведенческих механизмов его психической активности [3].

На сформированность смысложизненных ориентаций, ответственности влияет ориентированность личности на определенную инстанцию контроля, выбор варианта поведения, его согласованность с общечеловеческими, гуманистическими нормами, наличие нравственного идеала и ориентации на будущее, наполненное высокими жизненными смыслами, моральный авторитет в лице референтных людей [146].

В определенной степени это может зависеть от того, что именно личность ожидает от общения, готова ли она сама строить свое поведение согласно ожиданиям партнера и взять на себя ответственность за согласованность своего поведения с этическими и моральными нормами и ожиданиями. Подтверждением того, что недостаточно развитые смысложизненные ориентации, несформированные или нереалистичные жизненные планы, ощущение неподконтрольности жизни, неудовлетворенность ее процессом и результатом, непонимание ответственности, отрицательное отношение к ней, ориентированность на неконструктивные форматы поведения в экстремальной ситуации могут вызывать девиантные реакции. Поэтому можно сказать, что характер и содержание ценностно-смысловых конструктов, смысложизненных ориентаций, вектор ориентации на будущее, качество ответственности является нравственной основой личности [146].

В современной психологической литературе выделяются типичные признаки дифференциации ответственности и безответственности. Под ответственностью понимается гармоничное, целостное качество личности. Ответственный субъект признает необходимость общественных требований, а личные интересы, в процессе решения поставленной задачи, связывает с интересами и потребностями значимого окружения, поддерживает конструктивное общественное мнение.

ние, признает ее как важную определенную моральную цель (или же самостоятельно ставит ее перед собой), находит и принимает ответственные решения, намечает план действий, согласно ситуации пытается найти правильный способ действия. В случае просчетов в поведении испытывает чувство раскаяния, угрызения совести, вины, а в случае успеха – чувство подъема, удовлетворения, гордости за себя и других. Адекватно развивающаяся, конструктивная личность обходится без посторонней помощи, не склонна перекладывать ответственность на кого-либо, однако в затруднительном положении охотно принимает ее от других, а также оказывает им помощь, тем самым способствуя продуктивному решению ситуации затруднения, переживает за качество и своевременность реализации намеченных задач. Тогда как под безответственностью понимаются любые проявления среднего и низкого уровня развития качества ответственности, которые характеризуют ее ущербность, относительность, неразвитость, влекущие за собой определенную дисгармоничность в проявлении всех сопутствующих и дополняющих, качеств личности. Такими дисгармониями можно считать некачественное и несвоевременное выполнение требований; неспособность доводить до конца дело, которое не лежит в сфере эгоцентрических интересов; отсутствие готовности принять на себя ответственность за результат собственных действий; неспособность оказать помощь другому, снятие с себя ответственности и непризнание вины за проступок, совершенный кому-нибудь вред; отсутствие положительных переживаний, чувства удовлетворенности от совершенного конструктивного социально одобритального действия; склонность к отрицательному восприятию внешнего влияния авторитетных лиц или группы, и неподчинение им. В общем смысле любое проявление деструкции в отношении себя можно считать выражением безответственности, ибо характеризует неприятие ответственности за свое поведение перед собственной самостью, своим будущим, близким окружением, обществом, в котором живет личность [146].

Неопределенность представлений о себе, своем будущем, стратегии и тактике реализации жизненных планов, ценностно-смысловая дисгармоничность

может детерминировать деструктивные тенденции как способ снижения напряжения в экстремальной ситуации псевдорешения имеющихся проблем [135].

Дисгармонией в развитии личности и ее устойчивости к деструкции внешних травмирующих обстоятельств целесообразно считать недостаток самостоятельности, независимости, неспособность развивать и совершенствовать свою индивидуальность из-за отсутствия «внутреннего закона», потребности и умения жить конструктивно в мире с собой и другими, ее повышенную внушаемость, некритичность, конформность.

Незрелая личность, которая, впрочем, стремится к развитию, в поисках смысла жизни и себя в жизни, методом проб и ошибок неизбежно допускает различные нарушения в поведении, в реагировании на мир, людей, их влияния. Здесь задача психологического сопровождения в организации развития смыслоложественных ориентаций субъекта, оказавшегося в трудной жизненной ситуации.

### **1.3. Проблема особенностей временной перспективы лиц, проживающих в условиях СВО**

#### ***1.3.1. Исследование временной перспективы в контексте жизнедеятельности субъекта***

В современной психологии под жизненной перспективой понимают комплекс условий и обстоятельств жизни, создающих субъекту вероятность и возможность оптимального продвижения по жизненному пути. Как демонстрируют исследования психологов, наличие собственной жизненной позиции, определяющей формат будущего как воплощение личностных ценностей и смыслов способствует усилению жизненной перспективы и открытию новых возможностей.

Сегодня выделяют следующие направления изучения времени в психологии: психофизиологический, психологический и личностный:

– психофизиологический уровень подразумевает изучение проблемы адаптации человека к контексту текущего времени как необходимого условия успешной ориентации в окружающей среде;

- психологический связан с выявлением способности осознавать течение времени и адекватно оценивать время;
- исследования времени личности сконцентрированы на рассмотрении трансформаций субъекта в объективно-биографическом времени, с акцентом на особенностях жизненного пути и индивидуальной истории человека.

В свое время серьезный теоретический анализ проблемы жизненного пути, был предпринят Ш. Бюлер [106], в ходе которого были установлены определенные закономерности в смене фаз жизни, динамика доминирующих тенденций трансформации направления и интенсивности жизненной активности на разных возрастных этапах. В данной концепции развивается идея об интеграции биологического и психологического времена жизни в биографической системе координат развития личности. В качестве основных движущих сил развития личности в процессе жизненного пути, здесь определяются стремление к самоосуществлению и потребность в самоопределении.

В отечественной психологии Б.Г. Ананьев развивал положение о том, что, индивидуальная история личности как субъекта деятельности и социального взаимодействия разворачивается в реальном пространстве и времени продвижения в онтогенезе и в определенном смысле детерминирована особенностями протекания этого процесса [13].

В психологической теории феномен «временная перспектива» трактуется как интеграция прошлого и будущего в контекст настоящего в жизнедеятельности субъекта. К. Левин акцентировал внимание на наличии специфической взаимосвязи «прошлое – настоящее – будущее», так как восприятие, переживание актуального положения вещей обязательно образом связано с образами памяти прошлого, ожиданиями, желаниями относительно будущего [88]. Идеи современных исследователей, показывающих существование единиц психологического времени различной направленности, позволяют предметно исследовать индивидуальные особенности «временной перспективы личности».

В психологии сегодня активно изучаются вопросы взаимосвязи личностное «развитие – время». Большое внимание уделяется разработке феномена «личностное время», содержание которого раскрывается как «психотемпоральная организация» субъектом собственного сознания и самосознания, деятельности, общения и поведения в ходе реализации индивидуального формата жизнедеятельности и формировании собственного способа жизни (К.А. Абульхановой-Славской, В.И. Ковалевым, Л. Кублицкене, В.Ф. Серенковой).

Традиционно в психологии выделяют и описывают следующие типы временных перспектив: психологическую, личностную и жизненную перспективы (Л. Франк, И. Наттин, Р. Кастенбаум).

Исследователи трактуют психологическую перспективу как специфическую способность субъекта сознательно, мысленно рисовать образ будущего, предвидеть возможные события, прогнозировать ситуации и вероятные трансформации, представлять себя в пространстве будущего. При этом, ученые отмечают наличие различий в субъективных представлениях о будущем, которые обусловлены отличием ценностных ориентаций, предпочтением тех или иных сфер жизни. Также подчёркивается идея о том, что способность представлять будущее связана с типом личности.

Представления о будущем могут отражать особенности профессионального самоопределения; быть проекцией личностных притязаний на определенные достижения в перспективе; говорить о личных устремлениях и значимых потребностях.

При анализе феномена личностной перспективы психологи подчеркивают, что она связана с особым свойством личности, выступающим маркером ее зрелости и потенциала прогрессивного развития, соотносится с уровнем сформированности способности к организации собственного времени жизни, степенью внутренней готовности к будущему в настоящем, позитивной установкой на принятие и освоение будущего.

Современные эмпирические исследования содержания феномена временной перспективы демонстрируют наличие личностного и ситуационного аспектов временной перспективы, раскрывающихся в процессе онтогенетического развития. В психологии сегодня выделяют в качестве детерминант развития личностной временной перспективы следующие факторы:

- личностные, а именно, локус контроля, личностная тревожность, и самоэффективность;
- ситуационные, такие как, ускорением социального развития, дефицит времени, неопределенность, прошлый опыт неудач.

В психологической науке сегодня на эмпирическом уровне доказано, что трансформация параметров временной перспективы – феномен, который возникает под воздействием динамических изменений в индивидуальном или общественном бытии человека или изменений условий его существования, перестройки взаимоотношений с другими людьми [11].

В мире современных рисков, неопределенности и повышенной мобильности особое внимание со стороны психологов привлекает проблема особенностей системы отношений «человек – время жизни».

Теоретический анализ исследования феномена «временная перспектива» позволяет представить комплексно описание существенных признаков данного психологического конструкта, в работах современных психологов [Таблица 2].

В научных современных исследованиях психологов описываются значимые временные характеристики жизнедеятельности субъекта, такие как: ощущение ускорения или замедления времени, протяженность, реалистичности событий жизни, уровень насыщенности, глубина проживания актуальных ситуаций, степень структурированности прошлого, настоящего и будущего, а также особенности возрастных трансформаций субъективного восприятия времени.

Таблица 2

**Авторские интерпретации устойчивой «временной перспективы» личности  
как психологической категории**

<b>Автор</b>	<b>Содержание понятия «временная перспектива»</b>
М.Ш. Магомед-Эминов	Темпоральная деятельность, интеграция жизненного пути
О.В. Квасова	Континуум от прошлого к будущему
Э.И. Габидуллина	Осознание человеком направленности от прошлого к будущему
Б.И. Цуканов	Временная организация личности
В.В. Абрамов	Временная ориентация
И.А. Ральникова	Соотношение жизненных «временных зон»
Ф. Зимбардо	Динамическое переключение между прошлым будущем через рефлексию настоящего
К. Левин	Рефлексия целостного жизненного пути

В психологии разрабатывается положение о том, что осознанная, гармоничная и целостная временная перспектива становится субъективным предиктором стрессоустойчивости личности. Данный тип временной перспективы дает возможность человеку воспринимать субъективную картину жизни как логическую последовательность событий во времени в процессе жизненного пути, связанных в систему связей: прошлое – настоящее – будущее.

С точки зрения психологов, компетентность во времени реализуется в активной жизненной позиции в актуальном настоящем времени, а также в оптимистичном планировании, основанном на рефлексивном отношении к будущему. По мнению психологов, субъект, как правило, в данный конкретный промежуток времени связан с определённой временной зоной и может перейти в другую временную зону в ходе прохождения жизненного пути.

В концепции Ф. Зимбардо [34] выделены и описаны различные временные зоны человека:

- сосредоточенные на прошлом,
- сконцентрированные на настоящем,
- ориентированные в будущее.

В психологии показано, что у личности может наблюдаться позитивная или негативная концентрация на прошлом. К характеристикам субъекта с позитивной концентрацией на прошлом относятся следующие потенциальные поведения:

стремление предаваться ностальгии; уважительное отношение к семейным фотографиям и желание напоминать всем о хороших моментах из прошлого; является «хранителем» семейных ритуалов; хочет наслаждаться воспоминаниями и концентрироваться на хороших конструктивных уроках прошлого.

В психологических исследованиях также проанализированы поведенческие проявления негативной концентрации на прошлом, такие как: ригидная фиксация на бывших неудачах, страхах и негативных переживаниях; мысленный возврат к травматичным моментам опыта. Ученые подчеркивают, что склонность к гиперкомпенсации на прошлом, которое представляется более реальным в сравнении с настоящим, может быть результатом погружения в травматичные ситуации или проблем в воспитании.

Характеристика временной зоны, которая относится к настоящему, также может иметь позитивную или негативную эмоциональную тональность.

Позитивная тональность характерна для личности, ориентированной на поиск удовольствий, быстрое вознаграждение, стремящейся к новым или приятным ощущениям, придающей большую значимость тому, что происходит «здесь и сейчас», определяющей для себя смысл жизни в хорошем проживании актуальных ситуаций.

С точки зрения психологов, субъект начинает свою жизнь в этой временной зоне и пребывает здесь, когда формируются основные модели поведения до подросткового возраста. Здесь рассматриваются и негативные последствия гедонистического типа концентрации на настоящем. Показано, что гиперконцентрация гедонистического типа на настоящем моменте может препятствовать получению позитивных преимуществ в долгосрочной перспективе.

В исследованиях психологов также представлен и описан тип личности, ориентированной на настоящее, которой присущ определенный фатализм, в силу чего, планирование представляется совершенно бесполезным и ненужным, демонстрируется вера в предопределенность и невозможность изменения данности, происходит центрация на своем исходном статусе.

Психологи, описывая тип личности, ориентированной в будущее, также выделяют ее позитивные и негативные стороны.

Личность, ориентированная в будущее, рационально просчитывает возможные последствия своих действий, поступков, отношений, старается максимально заботиться о своем здоровье и держать себя в хорошей физической форме.

Этот тип личности склонен в большей степени концентрироваться на работе, чем на развлечениях, придает первостепенное значение своим долгосрочным целям, способен долгое время откладывать вознаграждения ради достижения успеха в будущей перспективе. Особый аспект проблемы – осознание важности того, что происходит здесь и сейчас (осознание значимости данного момента жизни) и то, что происходящее сегодня оказывает влияние на перспективы будущей самореализации. Все люди находятся в различных временных зонах, это повышает степень толерантности и терпимости друг к другу. В то же время способность субъекта выявить влияние текущей временной зоны на его собственную жизнь позволяет ему полнее осознать, каким образом он может использовать другие модели восприятия времени для решения трудной жизненной ситуации.

В современной психологии подчеркивается значимость всестороннего исследования временной перспективы личности в силу того, что ее особенности проецируются во все области жизнедеятельности субъекта. Благодаря рефлексии (актуальной сознаваемости) временной перспективы самореализации, человек начинает конструировать свое индивидуальное психологическое время (психологическое время субъекта) и жизнь приобретает структурную этапность: прошлое-настоящее-будущее.

При этом, важно понимать, что акцентировка и приверженность личности к определенной временной зоне, во многом детерминирована социальными, культурными, образовательными, семейными, возрастными факторами.

В психологии сегодня разрабатывается идея о том, что для психологического благополучия личность должна ощущать возможность влиять на происходящее в настоящем и будущем. Дефициты воспитания, нестабильная обстановка семьи приводят к формированию модели недоверия к будущему, включению психологических защит и избеганию непонятного и неконтролируемого будущего за счет концентрации на гедонистическом настоящем.

В современной психологической науке интересные подходы к изучению проблемы временной перспективы представлены в теориях Л. Франка, К. Левина, Ж. Нюттена. Сам термин «временная перспектива» разрабатывался в теории поля К. Левина, а Л. Франк использовал это понятие для характеристики процесса взаимосвязи и взаимообусловленности прошлого, настоящего и будущего в индивидуальном сознании и поведении субъекта [62, 50, 71].

Представление о содержании феномена «временная перспектива» как субъективном образе будущего предложено К. Левиным [50]. Исследователь интерпретировал временную перспективу как определенную «самопроекцию личности в будущее», в которой находит отражение целостная система индивидуальных мотивов и, вместе с тем, выходящую за рамки актуальной мотивационной иерархии. В свою очередь, Ж. Нюттен [71] трактует временную перспективу личности, рассматривая ее связь с «иерархией субъективных целей», представленных в индивидуальном сознании как своеобразная совокупность объектов-целей, относящихся к разным возрастным периодам.

В современной отечественной психологии изучение временной перспективы личности осуществляется, прежде всего, в контексте исследований жизненного пути (М.М. Бахтин, К.А. Абыльханова-Славская). С точки зрения Е.И. Головаха временная перспектива предстает как целостная субъективная картина будущего посредством сложной и динамичной взаимосвязи программируемых человеком и ожидаемых событий в жизни [20].

В психологической науке феномен «временная перспектива» интегрирует следующие содержательные характеристики психологического времени [56]:

- временная протяженность, глубина, насыщенность, уровень структурированности и степень реалистичности;
- смысловая установка конкретизируется во временной установке как личностно-оценочная готовность субъект принимать картину будущего исходя из оценочных позиций настоящего;
- временная ориентация дает возможность смысловой сфере интегрировать предшествующий опыт как векторная направленность во временной перспективе, обеспечивая устойчивость и перманентность временной ориентации.

В современной психологии достаточно много исследований посвящено особенностям восприятия течения времени, позволяющее личности субъективно оценить его продолжительность.

Когда человек испытывает неудобство, скуку, время течет по-другому – совсем не так, как это бывает в моменты радости и воодушевления. Субъективное ощущение хода времени может меняться и, соответственно, в восприятии личности время может расширяться или сжиматься. В психологических исследованиях доказано, что для человека, находящегося в состоянии депрессии, время тянется очень медленно, иногда представляется, что оно совсем остановилось. Дезориентация во времени усугубляет депрессивное состояние личности, находящейся в сложной жизненной ситуации, порождая ощущение неуверенности, неблагополучия и чувство подавленности.

Исследователи указывают на то, что содержание и структура временной перспективы может трансформироваться в процессе жизненного пути под влиянием ряда факторов, таких как: построение карьеры, ситуации неопределенности и нестабильности, возникающие аддикции, достижение успехов или неудач, различные события травматического характера.

### *1.3.2. Трансформация временной перспективы личности в ситуации военного конфликта*

В современной психологии все более актуальными и значимыми являются исследования особенностей временной перспективы участников боевых действий, людей проживающих в зоне военных конфликтов. Это связано, прежде всего, с тем, что дезинтеграция временной перспективы, фаталистическое отношение к настоящему, фиксация на одном из времен жизни, присущая данному контингенту характеризует неадаптивный формат темпоральной организации, требующий коррекции и реабилитации.

В психологии подчеркивается уникальность процесса восприятия времени и большое значение его содержания и структуры для продуктивности преодоления трудностей в ситуации сложных жизненных обстоятельств.

Вместе с тем психологи акцентируют внимание на значимой роли устойчивой жизненной перспективы, положительного представления о своем будущем, адекватной переоценки личного опыта прошлого в достижении качественного результата психологической реабилитации. Задача состоит в формировании у данного контингента лиц сбалансированной временной перспективы, что повышает адаптивность темпоральной ориентации и дает возможность достаточно эффективно переключаться в координатной плоскости: прошлое – настоящее – будущее в зависимости от поставленной задачи и актуальных условий деятельности.

В эмпирических исследованиях психологов доказано, что люди, перенесшие травму, и в результате получившие инвалидность демонстрируют направленность вектора переживаний в прошлое время, дезинтеграцию временной перспективы, сосредотачиваясь на травмирующих ситуациях прошлого опыта и болезненных эмоциональных реакциях. Здесь присутствует выраженность фактора «негативное прошлое», как маркер и одновременно стимул запуска депрессии.

С точки зрения психологов, такой тип структуры временной перспективы выступает в качестве отражения пессимистического отношения участников боевых действий к своему теперешнему состоянию, к своему прошлому, показателя сожаления о собственных допущенных ошибках, сигнализирует о недостаточной проработанности наличного психотравмирующего опыта.

По мнению современных психологов, работающих в этой области, сложности в продуктивной проработке и проживании негативного опыта связаны, прежде всего, с актуализацией механизмов психологической защиты, их превалирующей ролью на фоне определенного дефицита ценностно-смысовых инициаций. Результаты эмпирических исследований констатируют преобладание у данной группы лиц таких психологических защит как вытеснение, отрицание и регрессия.

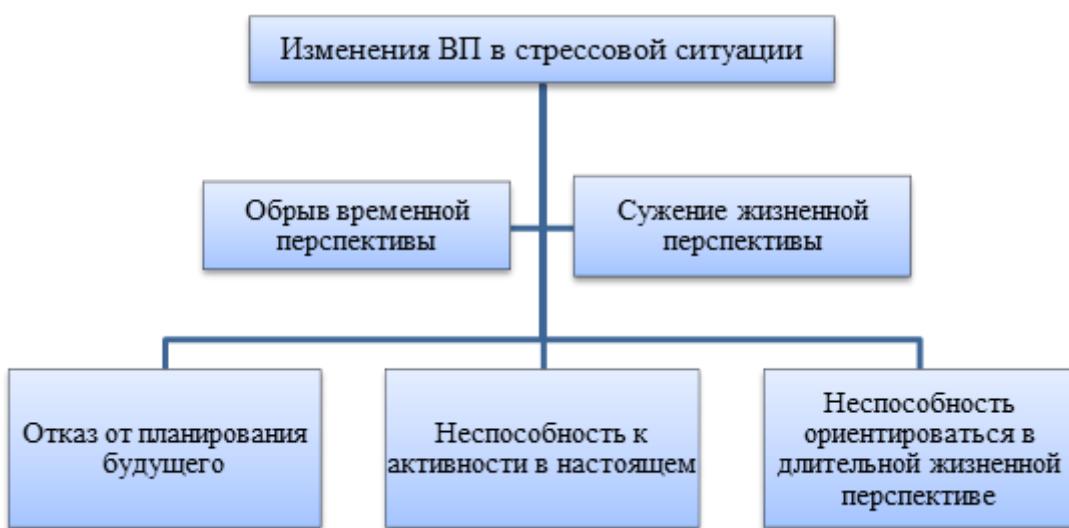
Лица, имеющие травматический опыт, как показывают исследования, имеют существенно более высокие показатели по параметру «фаталистическое настоящее», демонстрируя определенную беспомощность и переживание безнадежности относительного актуального настоящего и перспектив будущего. Личность такого типа, характеризующаяся депрессивным синдромом, может демонстрировать апатию и астению, опасаться и отказываться брать ответственность за ход и результат собственной жизни.

В исследованиях современных психологов показано, что сбалансированная временная перспектива может рассматриваться как важный субъективный ресурс конструктивного преодоления стрессовых ситуаций.

В работах психологов продемонстрировано, что временная перспектива выступает в качестве значимой темпоральной характеристики отношений личности в жизни, оказывающей непосредственное влияние на характер поведения в ситуации локального военного конфликта.

Под воздействием пролонгированного стресса, физической или психологической травмы, продолжительного пребывания в экстремальных условиях временная перспектива может претерпевать существенные изменения.

Психологи доказывают положение о том, что восстановление гармоничной субъективной картины мира и идентичности субъекта достигается благодаря реконструкции целостности связи отдельных фрагментов жизненной реальности и деятельности. С точки зрения современных исследователей, в качестве эффектов воздействия стрессовой ситуации на человека можно рассматривать следующие: вынужденный выход из «зоны комфорта», резкое изменение эмоционального фона и привычного уклада жизни, фрагментарность включения в пространство собственной жизни, кризис восприятия времени собственной жизни, в результате чего наступает дезориентация во времени, трансформация планов будущего и, в целом нарушение временной перспективы личности. В исследованиях психологов выявлены показатели изменения временной перспективы личности, порождаемые инцидентной, стрессовой, кризисной и экстремальной ситуацией [Рисунок 4].



**Рисунок 4. Изменения временной перспективы в стрессовой ситуации, по О.Г. Квасовой [39]**

В психологии аргументировано доказано, что степень и характер искажения временной перспективы человека определяется во многом уровнем наличного стресса, жизнестойкостью, содержанием смысложизненных ориентаций.

Ученые подчеркивают наличие особого влияния типа личности и скорости психических реакций на специфику динамики временной перспективы в период проживания стресса. Согласно данным современных исследований, человек, сохраняющий в стрессе способность управлять временной организацией своей жизни, предпринимать автономно адекватные решения при явном дефиците времени, скрупулёзно планировать деятельность в рамках ограничений конкретного временного лимита может быть более продуктивен и благополучен.

Субъект, который затрудняется эффективно организовывать свое время, поспешно, без должной рефлексии реагирующий, оказывается менее устойчивым в стрессе, более подвержен изменениям временной перспективы и искажениям поведения в стрессовой ситуации. Это затрудняет выработку продуктивной стратегии поведения в будущем на основании интегрирования прошлого опыта.

На основании эмпирических данных психологи делают вывод о том, что глубоко переживаемый травматический опыт, сильный длительный стресс вызывают существенные трансформации временной перспективы субъекта, такие как:

- ощущение неестественной растянутости времени или замедления, остановки;
- видимый дисбаланс временных зон с фиксацией на прошлом и определением будущего как «невозможного» и «нереального»;
- проявление «панорамного» восприятия событий своей жизни;
- диссоциация, проявляющаяся в стремлении видеть протекание жизненных событий «как бы со стороны», ощущение себя вне времени, актуализация психологических защит.

В ряде исследований приказано, что временная перспектива личности, пребывающей в стрессе, начинает приобретать ригидность и «температуральное конструирование» становится неоднозначным: неадекватно замедляется, либо,

напротив, темп психической активности значительно убыстряется, что препятствует рациональному планированию будущего и выходу кризиса (М.Ш. Магомед-Эминов) [100, 101].

В работах современных ученых выявлены и описаны стрессоры как факторы «переломных событий жизни» человека, что неминуемо порождает перестройку траектории и перспективные линии развития личности в контексте трансформации временной перспективы.

В качестве событий такого класса выделяют следующие: потеря близких, потеря статуса, нормативные и ненормативные кризисы, фрустрация жизненно важных потребностей, физические и психологические травмы.

В психологии традиционно развивается идея о том, что воздействие стресса на человека оказывает непосредственное влияние, в той или иной мере, на каждый из компонентов системы построения жизненных перспектив, в проявлении жизненной перспективы возникает феномен, который получил название «туннельное видение» событийного ряда собственной жизни. Более того, исследователи отмечают, у лиц, находящихся длительный период в фокусе воздействия сильных стрессоров, ослабление способности «опережающего отражения», дезорганизацию представлений о своем будущем, отсутствие активности, осуществляющую регуляцию в настоящем, «туманность» жизненных перспектив, ощущение беспомощности и невозможности исправить что-либо в будущем.

Научные изыскания в области проблем трансформации временной перспективы у матерей, воспитывающих детей с сильными ментальными нарушениями и испытывающих, как следствие данной ситуации, глубинный стресс, выявили серьезные нарушениям в балансе их временной перспективы, прежде всего, в уровне сформированности и четкости содержания представлений о будущем, в смещении временной фиксации на позитивном прошлом, негативное восприятие настоящего и сомнение в будущем (Н.Н. Камышникова) [66].

Психологи подчеркивают, что стресс и трудные жизненные ситуации характеризуются определенными пространственными и временными границами,

которые организуют пространственно-временной контекст их протекания. При этом, глубокое понимание особенностей временного контекста стресса необходимо для успешного решения возникающих у субъекта проблем на всех этапах выхода из кризиса: профилактика, предотвращение, разрешение, прогнозирование и поддержка на стадии реабилитации и контроль за качеством результата.

С точки зрения исследователей-психологов, способствует выходу из депрессивного состояния и, соответственно, более конструктивному решению возникших проблем расширение восприятия времени, способность в полной мере рефлексировать происходящее и его эффекты во временной перспективе, способность наполнить жизнь интересными, позитивными впечатлениями, даже в сложных условиях.

В случае, когда дефициты тайм-менеджмента у человека не позволяют эффективно справиться с возникающими в сложных условиях задачами, возникает представление о быстрой смене временных периодов, осознание того, что времени катастрофически не хватает, чувство стремительно пролетающего мимо времени.

Исследователи в области нейропсихологии доказали, что новые занятия и яркие впечатления продуцируют эффект "растянутого времени" «в сознании человека время как будто замедляет свое течение». Таким образом, по мнению психологов, если человек в прошлом приобрёл много новых знаний, увидел множество интересных мест, проявлял активность и инициативу, добился исполнения мечты и желаний время жизни кажется долгим и жизнь насыщенной. Этот создает определенный личностный ресурс в преодолении инцидентных и трудных жизненных ситуаций, так как личное позитивное время как будто растягивается, тормозится ход времени и возникает надежда на позитивные изменения в будущем.

Психологи, работающие над оказанием помощи людям, оказавшимся в инцидентной или трудной жизненной ситуации, акцентируют внимание на необходи-

димости сохранения желание воспринимать позитивно новое, сохранять оптимистический взгляд на вещи, добавлять в жизнеутверждающие психологические якоря в свою жизнь и значимости управления своим временем.

Исследователи в области совпадающего поведения подчеркивают важность поддержания открытости восприятия, противостояния ригидным установкам по поводу хода времени и временной перспективы.

В современной практической психологии временные зоны, описанные Ф. Зимбардо относительно концентрации личности на прошлом, сосредоточенности субъекта на настоящем и ориентации на будущее используются для анализа имеющихся у человека трудностей в инцидентной ситуации и проблем, связанных с отношением со временем в данном контексте своей жизни [57].

По мнению психологов определенные психологические проблемы человека, переживающего инцидентную ситуацию, могут быть следствием определенного направления концентрации на времени, вместе с тем важно понимание ресурса данной временной зоны в преодолении существующих трудностей. В психологии развивается идея о том, что, изменяя и трансформируя индивидуальный подход к восприятию и оценке прошлого, настоящего и будущего, адекватно сложившейся ситуации и возможности выхода из нее человек получает дополнительный внутренний ресурс.

В психологии показано, что определенные межличностные конфликты могут быть основаны на недостаточном понимании индивидуальных искажений в восприятии времени, присущих у других людей, либо нахождение в разных временных зонах может также не понимание позиций друг друга. Разрешению таких конфликтов, как показывает психологическая практика, способствует изменение восприятия своего времени и более глубокое понимание актуальной временной зоны собеседника в процессе взаимодействия.

В качестве травмирующих, переломных событий в жизни человека, в психологии выделяются такие как: ситуация потери, развод, сильные эмоциональ-

ные и психические потрясения, нахождение в зоне военного конфликта, переживание экстремальных и инцидентных ситуаций приводит к возникновению кризисных состояний и может деформировать картину мира в целом. При этом, как показывают исследования, существенное значение имеет этап жизненного пути, который может существенно усиливать депрессивные тенденции и чувство одиночества, и временные перспективы личности, переживающей инцидентную ситуацию на разных возрастных стадиях, будут иметь свою специфику.

В связи с этим, важным представляется выявление специфики временной перспективы и кризисного состояния лиц, находящихся в зоне военного конфликта, переживающих инцидентную ситуацию на разных стадиях проживания жизненного цикла, с целью конкретизации цели, задач и методов психологической помощи.

Ориентируясь на исследования современных психологов, можно сделать вывод о том, что в инцидентных ситуациях часто возникает и быстро развивается кризисное состояние, характеризующееся трансформацией жизненных планов и временной перспективы, субъективным чувством необходимости внешних и внутренних перемен в жизни, способных привести к усилению субъективного благополучия. В современной психологии доказано, что кризисное состояние субъекта включает целый комплекс реакций и эмоциональных переживаний, спроектированных в различные сферы жизнедеятельности. В данном контексте несомненный интерес представляет анализ и структурирование реакций личности в кризисной ситуации. Психологи выделяют в содержании кризисного состояния следующие компоненты: эмоциональный, когнитивный, поведенческий.

В структуре переживаний в кризисной ситуации эмоциональный компонент окрашивает реакцию человека на неблагоприятные события разной валентности от негативных чувств – вины, обиды, тревоги, беспомощности, безнадежности, одиночества, до позитивных – надежды, веры. Когнитивный компонент отражает неспособность субъекта самостоятельно найти конструктивный способ

преодоления трудной жизненной ситуации и искажение восприятия происходящего, отношения к миру и окружающим. На уровне поведенческого компонента проявляется отказ от активности, пассивность и бездействие как следствие потери ценностных ориентиров и отсутствия желаний взять ответственность за происходящее. На уровне поведения наблюдается также дезорганизация деятельности, стремление избегать сложные и стрессовые ситуации, тенденция к скованности, зажатости, мышечному напряжению.

Эмпирические исследования психологов убедительно демонстрируют наличие связи трансформаций временной перспективы и кризисных состояний человека. В психологии выделяются ряд маркеров жизненных кризисов, связанных с временной перспективой, таких как:

- трансформация хода субъективного времени,
- изменение скорости протекания событий в индивидуальном восприятии,
- снижение личностной включенности,
- снижение событийной насыщенности времени жизни,
- изменение уровней, предикторов, маркеров и основных характеристик временной перспективы личности.

Научно-теоретический анализ продемонстрировал, что, несмотря на большое количество исследований вопросов трансформаций личности, вопрос об устойчивости временной перспективы как базовой части смысложизненных ориентаций личности, по-прежнему изучен недостаточно подробно, очевидно необходимы эмпирические диагностики как именно локальный военный конфликт влияет на специфику временной перспективы в условиях рассогласованности между прошлым (мирная жизнь) и реалиями настоящего (военный конфликт). Необходимо интегрировать данные по эмоциональной, когнитивной и поведенческой составляющей кризисного состояния в условиях реальной угрозы жизни и здоровья.

Практическая значимость изучения устойчивости временной перспективы личности дает качественное приращение для разработки целого комплекса психотехник и смыслотехник, которые могут быть интегрированы в целостную перспективную программу по активизации личностных ресурсов переживающего субъекта на этапе постконфликтной адаптации. К сожалению, предшествующий опыт по созданию аналогичных программ (опыт работы с «афганцами», «постчеченские» программы, опыт «израильских» коллег и т.д.) может в данном случае использоваться лишь фрагментарно. В основе данного конфликта лежит теория, предложенная М. Решетниковым «Теория малых различий», когда в основе военного противостояния лежит не национальное, религиозное или культурное противостояние, а политическая ситуация, инспирированная особыми геополитическими условиями. В новой реальности нужны новые психотерапевтические практик, а для их разработки, нужны эмпирически обоснованные материалы.

Личность, в условиях локального военного конфликта, испытывает спектр эмоциональных состояний, таких как стресс, тревога, страх, беспокойство, которые оказывают непосредственное влияние на его восприятие настоящего и представления о будущем. В данной ситуации личность переживает чувство неопределенности, ощущает беззащитность, растерянность и страх перед будущим, в большей мере склонна опасаться наступления негативных событий, что сказывается на восприятии своего времени жизни.

С точки зрения психологов, для лиц, непосредственно проживающих на территории вооруженного конфликта, большое значение приобретают жизненно важные ценности такие как: «жизнь», «безопасность», «здоровье», «неприкословенность», «свобода» и понимание того, как они могут быть реализованы в настоящем и насколько гарантирована их реализация в будущем. В данной ситуации возникает опасение относительно того, что эти условия могут угрожать значимым для человека вещам во временной перспективе.

Психологи подчеркивают, что в сложных жизненных обстоятельствах возникает эмоциональная напряженность как субъективная характеристика стресса

и возникает противоречие между ощущением медленного хода времени и желания, чтобы этот период быстрее прошел.

Исследователи отмечают, что психическая напряженность, возникающая в инцидентной ситуации помимо дезорганизации психической деятельности, может порождать сдвиги в характеристиках временной перспективы личности, что провоцирует психологический дискомфорт и дезориентацию во времени собственной жизни, сопровождающееся ощущением тревоги, беспокойства, неуверенности.

В психологии акцентируется внимание на том, что, находясь длительное время в условиях вооруженного конфликта личность усиливает психическую напряженность, обусловленную дефицитами или недостоверностью информации, недостаточной ясностью развития ситуации, давлением экстремальных условий, что приводит к изменению восприятия привычных временных перспектив и их отнесенности к векторам: «прошлое», «настоящее», «будущее».

С точки зрения современной психологии, ситуация в регионах, где произошел вооруженный конфликт, оказывает влияние на отношение человека к реальности, а также на содержание и процесс выдвижения субъективных целей и специфику видения собственных жизненных перспектив. Как показывают результаты психологических исследований, размытость целей, ощущение невозможности держать свою жизнь под контролем продуцирует актуализацию негативных эмоциональных состояний, в результате чего может возникать ощущение нарушения целостности временной перспективы и, соответственно, снижается внутреннее равновесие.

Практической задачей современной психологии является развитие конструктивных взаимоотношений «Я – время моей жизни» у лиц, оказавшихся в сложной кризисной ситуации. По мнению психологов, один из значимых ресурсов восстановления временной перспективы личности в период вооруженного конфликта и в постконфликтный период является формирование конструктив-

ных смысложизненных стратегий, жизнеутверждающих ценностей, актуализация личностного потенциала, что позволяет использовать резервы психики для построения новой продуктивной модели поведения для сохранения и развития жизнестойкости. Исследования психологов показывают, что ценности и смысложизненные ориентации оказывают сильное влияние на корректировку временной перспективы в кризисных ситуациях, требующих ответственных решений и оказывающих определенное влияние на последующую жизнь человека в постконфликтный период.

Исследователи отмечают, что, находясь продолжительное время в зоне вооруженного конфликта и длительно испытывая негативные психические состояния, многие жизненные и личностные временные перспективы могут трансформироваться, может происходить центрация на прошлом и формироваться неопределенный или нереалистичный образ будущего. Психологи обращают внимание на то, что в таких обстоятельствах для личности становится важным сберечь те планы, мечты и перспективы, которые были важны на определенных жизненных этапах и строить новые в длительной перспективе будущей жизни.

С точки зрения психологов усиливается значимость предметного изучения трансформаций ориентаций во времени и отношения ко времени жизни человека, находящегося на пути личностного роста в военный и послевоенный период. Исследования доказывают, что в экстремальных ситуациях, которые содержат определенную угрозу и риски для жизни, меняется не только мировоззрение субъекта, но и его представление о субъективном времени. В экстремальных ситуациях восприятие времени изменяется, человек начинает чувствовать его совсем по-другому, чем в обыденной обстановке, что с одной стороны выполняет адаптивную функцию, а с другой – затрудняет адекватную оценку временной рамки протекания жизненных событий в настоящем и в перспективе.

Психологи акцентируют внимание на том, что в обстоятельствах военного конфликта утрата стабильности, чувство незащищенности, сомнения в реальности происходящего, четкое понимание хрупкости человеческой жизни в качестве

психологических последствий приводят к пересмотру своего отношения к времени жизни, что может приводить к ресурсному состоянию личности.

Психологи развивают идею о том, что в экстремальных ситуациях, когда человек действует по программе выживания, он вынужден быстро принимать решения, проявлять мобильность и гибкость и планирует свою жизнь на короткий временной период, а длительная временная перспектива скорее связана с мечтами.

В исследованиях психологов показано, что степень трансформации временной перспективы личности определяется комплексом факторов: мотивацией, значимостью ситуации, наличием опыта переживаний экстремальной ситуации, ригидностью или гибкостью восприятия, вовлеченностью в важную деятельность, конструктивным взаимодействием. С точки зрения психологов, конструктивность поведения людей, оказавшихся в зоне военного конфликта, в определенном смысле определяется стратегией, предполагающей осознание реальности происходящего, контроль чувств, поддержание жизнеспособности и укрепление жизнестойкости. В реализации такой стратегии большую роль играет способность личности выстраивать позитивные временные перспективы.

Исследования показывают, что в экстремальных ситуациях люди часто проявляют ориентацию на фаталистическое настоящее, что может приводить к отсутствию четкой временной перспективы, недостаточно выраженной направленности на определенные, ясно осознаваемые цели. В случае длительного присутствия в неблагоприятной ситуации, может возникать временная ориентация, отражающая убеждение в том, что будущее предопределено и личность не может влиять на него, а настоящему необходимо покориться и смириться с происходящим.

Психологи подчеркивают, что для личности, находящейся в кризисном состоянии, настоящее рассматривается как грусть, травма, боль. Для нее характерно прерывание временной связи прошлое-настоящее-будущее, что прибавляет психической нестабильности.

Вместе с тем ориентация на будущее выступает ресурсом, на основе которого субъект строит модели преодоления кризиса, конструируя жизненную перспективу, планируя ход дальнейших событий, укрепляя тем самым надежду и веру.

В современной психологической практике развивается положение о том, что процесс восстановления психологического благополучия личности с травматическим опытом, пережившим глубокий стресс связано с необходимостью детального изучать детерминанты стабильности ее временной перспективы, повышением компетентности во времени, развитием умения регулировать, планировать и эффективно организовывать временные ресурсы собственной жизни. Сегодня психологическая практика акцентирует внимание на значимости «восстановления целостности субъективной картины жизненного пути», посредством детальной визуализации образа желаемого будущего и совершенствования понимания основ расширения временной перспективы личности как фактора повышения качества жизни.

#### **1.4. Индивидуальная специфика переживаний экстремальной ситуации и психологическая поддержка субъекта**

Психологические исследования убедительно доказывают, что как восприятие, так и эмоциональное переживание экстремальной ситуации индивидуальным субъектом всегда особенные и обусловлены спецификой внутренней реальности личности. Таким образом, психологи обращают внимание на то, что личностные индивидуально-психологические свойства детерминируют содержание и динамику того, что переживается воспринимающим как значимое событие доминантное в эмоционально-чувственном реагировании.

Это многоуровневая проблема, представителями различных психологических школ и направлений, анализируется по разным аспектам, но при этом, большинство специалистов по данной проблеме включают следующие индикаторы как обязательно характеризующие проблему:

- индивидуально-психологический уровень трансформаций в контексте проблемы военной угрозы;
- динамика-мотивационные составляющие переживания опасения за свою жизнь и за жизнь и здоровье близких;
- интерпретация экстремальности как психологической категории;
- разработка коррекционных и адаптивных психотерапевтических программ с целью реабилитации ценностно-смысловой сферы у лиц, переживших локальную военную ситуацию.

Сравнительная аналитика наиболее актуальных исследований по проблеме личностной трансформации в условиях угроз жизни как следствие военного конфликта демонстрирует следующие основные конструкты, которые находятся в эпицентре внимания специалистов: ценности, экзистенциальные смыслы, потребности, мотивы, характер, темперамент.

В современной психологии феномен «переживание» трактуется как проявление особого типа активности, возникающей в сложной жизненной ситуации, направленной на преобразование внутреннего мира субъекта и предполагающая переосмысление существования. Психологи понимают переживания в контексте деятельностного подхода как особую уникальную деятельность, как активный и результативный процесс преобразования субъективной ситуации, что позволяет человеку справиться с критическими жизненными обстоятельствами [20,21].

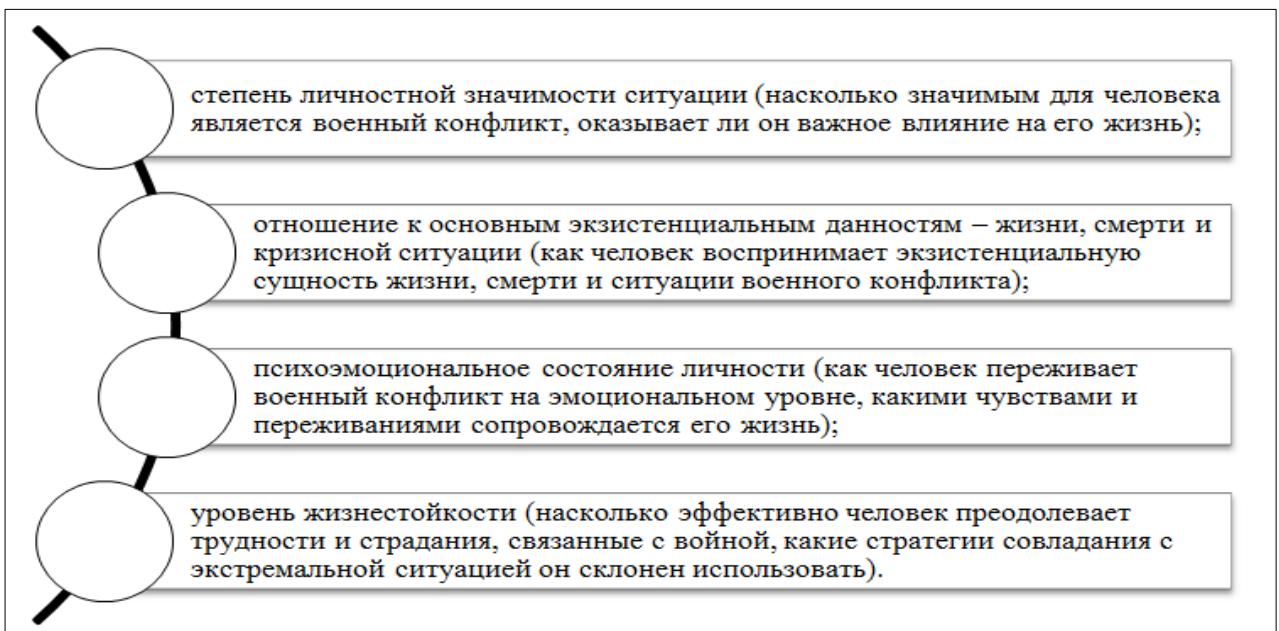
В современных психологических концепциях переживание рассматривается в тесной связи со смысловой сферой личности, с основными характеристиками внутреннего мира и экзистенциальных качеств личности, влияя на субъективную картину мира и мировоззрение человека [93].

В исследованиях психологов установлено, что люди, вынужденные жить в ситуации военного конфликта, располагают определенной информацией и знаниями о специфике боевых действий, что позволяет осознанно относиться к происходящему и существенно уменьшает интенсивность субъективного пережи-

вания страха войны и смерти. Исследователи подчеркивают, что на экзистенциальном личностном уровне происходит адаптация человека к сложным условиям военного времени.

Результаты эмпирических исследований свидетельствуют о том, что у молодых людей, проживающих в зоне военного конфликта, страх самоубийства является наименее выраженным, что говорит об устойчивом желании жить и строить жизненные планы на будущее. Вместе с тем психологи отмечают наличие у молодых людей экзистенциального внутриличностного конфликта, спровоцированного рисками актуальной ситуации жизнедеятельности в ситуации продолжительного военного конфликта. Полученные психологами данные позволяют констатировать, что общий уровень выраженности страхов молодых людей и мирных жителей выше нормативных показателей. Вместе с тем, страх войны и смерти для них не имеет превалирующего значения на сознательном уровне, очевидно это связано с тем, что длительное пребывание в опасной ситуации и снижает остроту восприятия опасности в контексте смысловых оценок и системы смысложизненных ориентаций [122].

Специфика такого типа переживания может быть обусловлена комплексом факторами, представленными на рисунке 5.



**Рисунок 5. Факторы, обуславливающие специфику переживания военного конфликта [116]**

В психологии выделяют разные уровни значимости экстремальной ситуации военного конфликта для личности на уровне субъективной оценки и эмоциональных переживаний:

- низкий – проявляется в практическом отсутствии упоминаний о войне и связанных с ней происшествий в числе значимых жизненных событий;
- средний – связан с приятием личностной значимости экстремальной ситуации военного конфликта, включенной в субъективный ряд важных событий жизни;
- высокий – отличается от двух предыдущих тем, что для личности то, что пережито в условиях локального военного конфликта становится очень пристальным и значимым в компендиуме всех ценностных переживаний.

Данные эмпирических исследований показывают, что субъекта с низкими показателями жизнестойкости характеризует недостаточно четкая осмысленность сути кризисной ситуации, отсутствие способности трансформировать негативный опыт переживаний в позитивный, что становится барьером в преодолении возникших жизненных трудностей [18].

Исследователи указывают на то, что для личности, ориентированной на концентрацию восприятия в кризисе только на отрицательных аспектах его проекции и негативных последствиях характерна индивидуальная концепция отношения к кризисной ситуации как опасности, которая требует мобилизации внутренних резервов.

В современной кризисной психологии, зачастую используют технологии смысловых инициаций (по типу тех психотехник, которые применяли еще в контексте логотерапевтических практик). Необходимо инициировать человека к поиску новых смыслов, смыслов порождающих активность в поиске новых смысложизненных стратегий и ориентаций, новых зон ответственности и перспектив самореализации. Сегодня важным результатом психологического сопровождения лиц (основанного на идеях использования смысловых инициаций, смыслотриггеров и смыслотехник) переживающих экстремальную ситуацию военного конфликта, является формирование отношения к ней как к специальному

опыту, позволяющему найти точки опоры для дальнейшего развития, совершенствования навыков жизнестойкости и самообладания. Это связано с тем, что у лиц, ведущих себя адекватно в инцидентной ситуации (ситуации не типичной для переживающего субъекта, требующей быстрого и результативного решения), присутствует гармоничный образ Я, желание роста на фоне принятия актуальных обстоятельств своей жизни и себя в ее контексте [144].

Данные современных исследований позволяют выделить определенные субъективные факторы, помогающие человеку оптимально переживать экстремальную ситуацию, среди них: низкий уровень эмоциональной нестабильности и невротизации; эмоциональная устойчивость; позитивный эмоциональный фон активности; поленезависимость; инициативность; выраженное чувство собственного достоинства; социальная смелость; конструктивный индивидуальный стиль общения.

Психологи доказывают, что деструктивное переживание инцидентной ситуации, связанной с военным конфликтом обусловлено рядом субъективных детерминант, таких как: высокая невротизация, эмоциональная нестабильность, возбудимость, негативный фон переживаний, выраженный эгоцентризм, коммуникативные затруднения, полезависимость [162].

С точки зрения психологов, в нахождении и реализации моделей конструктивного поведения преодоления большую роль играет сформированность такого качества как жизнестойкость, которое выступает в качестве субъективного барьера на пути развития эмоционального напряжения в инцидентных ситуациях и способствует проявлению готовности активно и гибко реагировать на вызовы рисков современного пространства жизни человека. Вместе с тем люди с низким уровнем жизнестойкости оказываются более уязвимы в стрессогенных условиях, по существу, составляют группу риска, демонстрируя не только нарушение работоспособности, но и соматические и психические проблемы, обращаясь в экстремальной ситуации к непродуктивным копинг-стратегиям [117].

Результаты психологических исследований убедительно доказывают, что

высокую степень травмирующих переживаний личностью экстремальной ситуации военного конфликта показывают лица, придающие ей слишком большой статус личностной значимости, не способные адекватно осмыслить происходящее, характеризующиеся некритичностью и низкой жизнестойкостью.

Индивидуально-психологические образования (темперамент, характер, способности) являются фундаментом тех личностных новообразований, которые формируясь в соответствующие сенситивные периоды жизни, определяют специфику взаимодействия воспринимающий субъект – референтный мир – социальная реальность. Под влиянием локального военного конфликта даже то, что казалось достаточно устойчивым, может подвергнуться переосмыслению и переоценке. Сам этот процесс может сопровождаться отрицательным психоэмоциональным фоном и рефлексией снижения в осознании жизненного благополучия.

В систему индивидуально-психологических характеристик личности, способных повлиять на специфику трансформаций и особенности принятия кризисной ситуации включают следующие показатели [Таблица 3].

**Таблица 3**  
**Личностные характеристики и особенности, способные влиять на специфику принятия кризисной ситуации в условиях локального военного конфликта**

Индивидуально-психологические характеристики	Содержание индивидуально-психологических характеристик
Свойства темперамента	высокий уровень экстраверсии и низкий уровень нейротизма
Черты характера	смелость, мечтательность, тревожность, радикализм, высокий самоконтроль, доверчивость, спокойствие, расслабленность
Мотивационная сфера	жизнеобеспечение, социальный статус, общение, творческая активность, общежитейская направленность, рабочая направленность
Система смысложизненных ориентаций	цели в жизни, процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни, результативность жизни или удовлетворенность самореализацией, локус контроля – Я (Я – хозяин жизни), локус контроля – жизнь или управляемость жизни, общий показатель смысложизненных ориентаций
Система жизненных смыслов	альtruистические, гедонистические, жизненные смыслы самореализации
Самоактуализация	аутосимпатия, контактность, ориентация во времени, ценности, спонтанность, самопонимание, общий показатель самоактуализации.

Специалисты подчеркивают, что приоритетной задачей психологического сопровождения личности в ситуации военного конфликта является укрепление жизнестойкости и развитие личностных качеств, способствующих реализации продуктивного совладающего поведения, формирование психологической готовности настойчиво и, одновременно, гибко действовать в трудной ситуации, сопровождающейся стрессом.

В современных исследованиях придается большой статус проблемам диагностики, систематизации и моделирования комплексной программы помощи в формировании индивидуально-психологических свойств субъекта, в условиях специфики именно данного военного конфликта, с его спецификой «малых различий» в позициях противоборствующих сторон.

Специалисты в области изучения переживания экстремальности, обращают внимание на то, что исследования протекания жизнедеятельности человека в экстремальных условиях в качестве особо значимых поднимают вопросы стимулирования личностного роста и духовного совершенствования субъекта – основы индивидуальной ресурсной базы конструктивной трансформации опыта переживаний.

В современной прикладной психологии придается большое значение научной разработке и компетентному внедрению в практику комплексной программы психологической помощи, адресованной лицам, находящимся в зоне военного конфликта, столкнувшимся с тяжелыми травмирующими жизненными обстоятельствами, порождаемые чрезвычайными ситуациями с высоким индексом опасности [122].

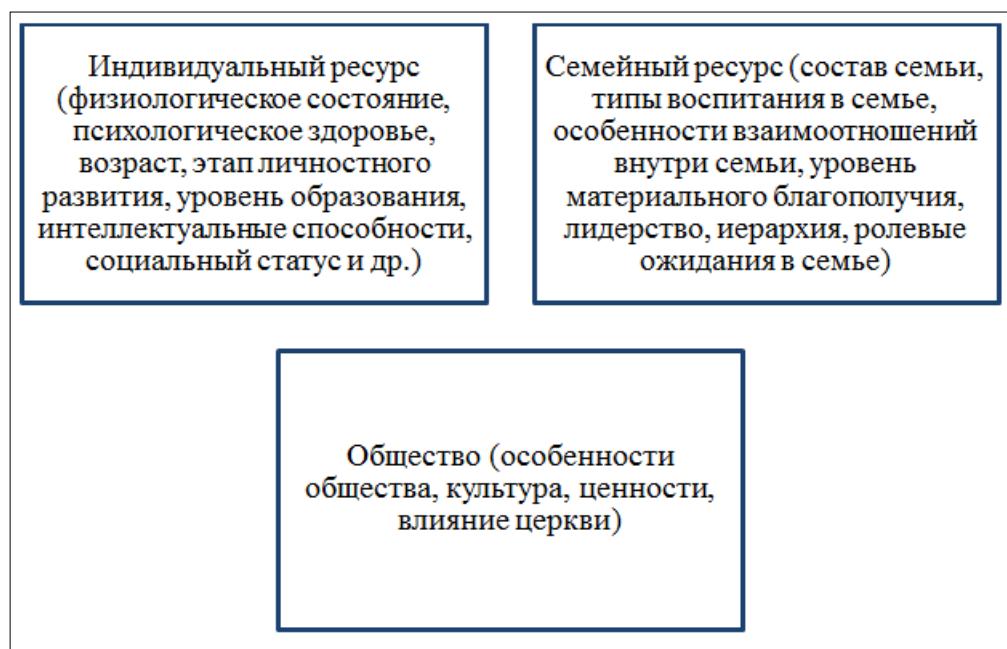
Сегодня важно выстраивать действенную систему мероприятий с привлечением разных видов ресурсов по охране психического здоровья, ориентированных на оказание помощи личности в случае возникновения социальных, экономических, психологических проблем в контексте чрезвычайной ситуации.

Исследователи акцентируют внимание на том, что кризис, переживаемый человеком в чрезвычайной ситуации военного конфликта, скорее всего не пройдет

без соответствующих последствий [132]. Ранее, мы уже описывали симптоматику так называемого ближнего, среднего и дальнего «последействия», которые возникают вследствие военной ситуации, пережитой тем или иным субъектом. Это являются импульсом к разработке психотерапевтических программ для разных этапов переживания кризиса «последействия».

Психологи обращают внимание на то, что риски «последействия» связаны, прежде всего, с тем, насколько было поставлено под угрозу удовлетворение базовых потребностей личности. В современном социальном пространстве особая роль отводится институтам оказания психологической поддержки пострадавшим. Значимость такой помощи связана, прежде всего с тем, что потрясение от происходящего, неопределенность, недостаточная ясность прогноза разворачивания ситуации продуцируют травматический стресс, который, в свою очередь, может стать причиной девиантных поведенческих реакций субъекта [122].

В мировой практике психосоциальная помощь пострадавшим в чрезвычайной ситуации опирается на три важнейших жизненных ресурса [Рисунок 6].



**Рисунок 6. Жизненные ресурсы, на которые опирается психосоциальная помощь пострадавшим [122]**

В исследованиях современных психологов показано, что в чрезвычайной

ситуации могут возникать дефициты индивидуального ресурса, связанные с тем, что человек начинает испытывать чувство незащищенности и отчуждения от других людей, замкнутость и депрессивные состояния; нивелирует собственные потребности, теряет физические резервы. Психологи отмечают, что человек, находящийся в зоне военного конфликта, может использовать негативные (деструктивные) смысложизненные стратегии. Неопределенность возникшей ситуации, приводит к дезадаптации, потере ближних и средних жизненных перспектив, нарушении самооценки и идентификации.

Те, кто подробно изучает данную проблему, выдвигают гипотезу и эмпирически стараются ее обосновать: ситуация военного конфликта приводит к трансформации доверия, выдвижению новых авторитетов, изменению установок, неустойчивости и, одновременно, ужесточению правил и норм социального поведения. При этом, сила деструктивного влияния экстремальной ситуации на личность определяется индивидуальными психологическими и возрастными особенностями и жизненным опытом.

Современный психосоциальный подход к организации поддержки личности, оказавшейся в чрезвычайной ситуации, основывается на идеях комплексности, системности, принципах гуманизма и ресурсности [122].

Качество и интенсивность негативных переживаний, обусловленных влиянием чрезвычайной ситуации, с точки зрения психологов, зависят от следующих факторов:

- психологических моделей поведения, типичных мыслей, различных видов чувств;
- социокультурной ситуации, ресурсности социального окружения, уровня развития духовности.

Специалисты, работающие в системе психосоциальной работы, считают, что ее предметом должно быть улучшение индивидуальных психоэмоциональных состояний, оптимизация межличностных отношений и развитие способности изменять условия жизни. Важно построение многоуровневой структуры позитивной

«социально-психологической интервенции», адресованной отдельному человеку, семье, социуму.

С точки зрения психологов в системе психологической поддержки личности в сложной жизненной ситуации присутствуют ряд компонентов: диагностика эмоционального состояния; определение индивидуальных ресурсов и возможностей социального окружения; обучение психологическим приемам и способам самоконтроля и самопомощи; развитие способности понимать и озвучивать эмоциональные состояния; понижение напряжения; усиление позитивного настроя; улучшение социально-коммуникативных навыков; развитие успешности социальной адаптации и саморегуляции поведения [40].

Ученые делают вывод о том, что ситуация военного конфликта может рассматриваться как экстремальная, которая связана с усилением общей неопределенности, психологической, социальной и экономической нестабильности, это, в свою очередь, приводит к трансформации не только прошлых моделей проведения, но и к изменениям ценностей и смысложизненных ориентаций.

Понижение негативного воздействия экстремальной ситуации в большей мере определяется активизацией позитивных характеристик личности и оптимальным использованием внутреннего субъектного потенциалом. Грамотное использование человеком собственных ресурсов позволяет в определенной степени нивелировать силу негативных воздействий сложной ситуации неблагополучия, неопределенности и нестабильности, за счет усиления просоциальной активности, формирования мотивации поиска новых возможностей преодоления трудностей данного периода [132].

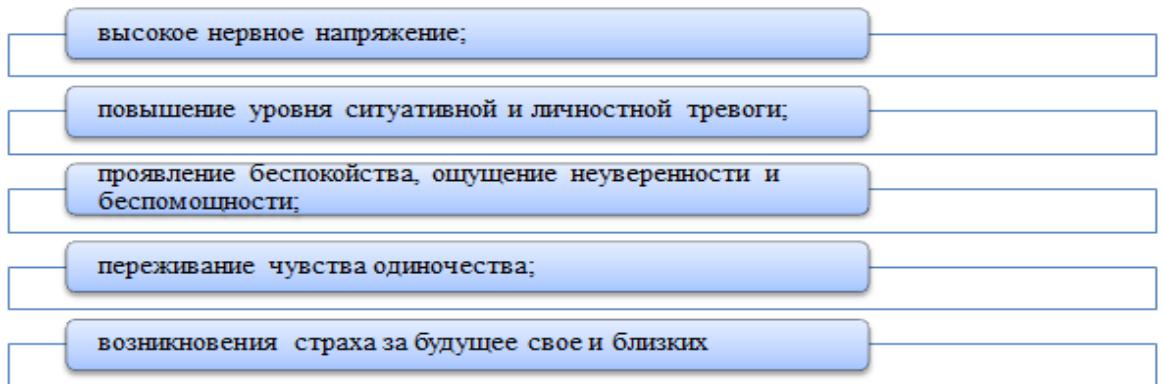
Теоретический анализ, позволяет заключить, что эмоциональный дискомфорт, возникающий вследствие пребывания в зоне военного конфликта, провоцирует неудовлетворенность собой как субъектом актуальной жизненной ситуации, отсутствие четкого понимания планов на будущее и представлений о перспективах, что порождает изменения в системе смыслов и ценностей. Субъект, продолжительное время находящийся в зоне военного конфликта постепенно

начинает испытывать определенные трудности в осуществлении смыслового самоконтроля социального поведения, сомнения в достижимости желаемых целей, проявляет недоверие к ценностям и смыслам, которые были в приоритете в прошлом, а также ригидность эмоций и демонстрирует жесткие установки.

Усвоенные в прошлом и отраженные в индивидуальном сознании, ценности и смыслы выступают в качестве внутренних детерминант, лежащих в основе субъектного выбора вектора дальнейшего жизненного пути, определяющего поведение человека в непростых ситуациях [132]. Современные исследователи акцентируют внимание на том, что лица, находящиеся длительное время в условиях вооруженного конфликта вынуждены и переживать ряд негативных эмоциональных реакций и, как правило, демонстрируют трансформации различных компонентов смысловой сферы. В рамках социально-психологических программ формирование ценностно-смысловой сферы личности как индивидуального регулятора восприятия и поведения реализуется посредством различных механизмов таких как: интериоризации, идентификации, интернализации общественно значимых ценностей и идеалов.

Содержание системы смысложизненных ориентаций человека представляется в качестве интегрирования следующих структурных компонентов: эмоционального, когнитивного и поведенческого. На уровне индивидуального субъекта сформированная система смысложизненных ориентаций обеспечивает устойчивое социальное поведения в разных обстоятельствах, определенную направленность личности, характер ее потребностей и интересов, последовательность принимаемых решений. В психологии доказано, что в процессе развития способности субъекта к преодолению и выходу из травматичной ситуации происходит становление ряда психологических новообразований, участвующих в детерминации выбора содержания и траектории активности, определенной модели поведения, таких как: личностные смыслы, ценности, смысложизненные ориентации, ответственность, субъективные представления.

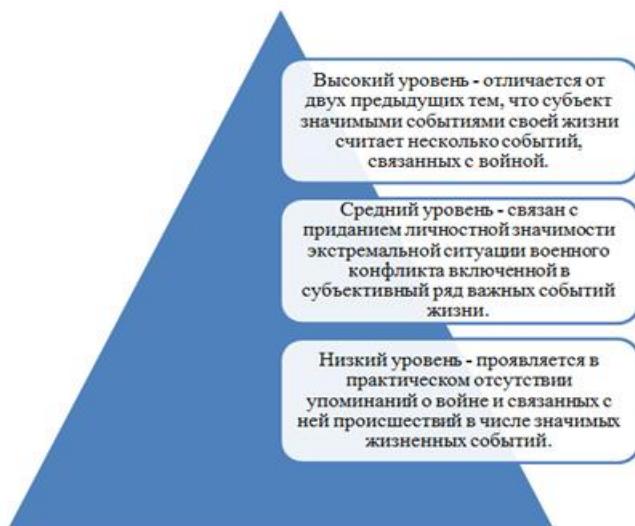
Психологи отмечают, что нестабильность, присущая локальным военным конфликтам, провоцирующая трансформацию привычного образа жизни, снижение качества жизни, нарушение стереотипов поведения, изменение ценностей и смыслов, проявляется в виде измененных эмоциональных состояний, представленных на рисунке 7.



**Рисунок 7. Эмоциональные состояния, свойственные лицам, проживающим в зоне локальных боевых конфликтов**

Поэтому сегодня крайне необходимо найти способ, который поможет людям повысить уровень своего психического здоровья, жизнестойкости и научить их конструктивно переносить тяжесть военного конфликта.

Психологи выделяют различные уровни значимости военного конфликта для личности с точки зрения субъективной оценки и эмоциональных переживаний [Рисунок 8].



**Рисунок 8. Уровни значимости экстремальной ситуации военного конфликта для личности**

В исследованиях психологов доказано, что люди, находящиеся долгое время в зоне военного конфликта, в большей степени испытывают ухудшение психического состояния, нежели физического. В условиях вооруженного конфликта в силу его экстремального характера, у людей претерпевают существенные изменения не только мотивация, жизненные ценности и базовые убеждения, но вся ценностно-смысловая сфера.

Психологи отмечают, что эмоциональный дискомфорт возникает в результате наличия неудовлетворенности своим положением, деятельностью и собой, как субъектом актуальной жизненной ситуации, отсутствием четких планов на будущее и представлений о перспективах, что в свою очередь порождает недоверчивость и подозрительность. Психологи доказывают, что люди, продолжительное время находящиеся в зоне конфликта, начинают испытывать определенные трудности в осуществлении самоконтроля эмоций и социального поведения, сомнения в достижимости желаемых целей, склонны проявлять ригидность эмоций, демонстрировать жесткие установки, чаще испытывают тревогу и подавленность.

Субъект, вынужденный находиться в зоне военного конфликта, неминуемо сталкивается с проблемами переживания страха как эмоционального состояния и попыткой осмыслить эти переживания. Одной из актуальных проблем для человека, оказавшегося в ситуации потенциальной угрозы жизни, является страх смерти. Исследователи, при этом подчеркивают, что наряду с негативным влиянием этого типа страха на жизнь субъекта, его переживание может приводить к более глубокому постижению смысла человеческого существования.

Субъект, попадающий в экстремальную инцидентную ситуацию, переживает тяжелое психологическое состояние, преодоление которого сопряжено с самоподдержкой и нахождением индивидуального «источника жизненной силы». В такой ситуации, по мнению психологов, происходит существенное сужение временных ориентаций, ощущается «выброшенность» из потока жизни, что противоречит желанию обрести стабильность, оказывает неблагоприятное влияние

на личность. Преодоление ощущения пустоты и отсутствия смысла жизни как результат инцидентной ситуации требует от личности целенаправленной преобразующей активности

Современные психологи, основываясь на результатах эмпирических исследований, акцентируют внимание на том, что механизмы адаптации лиц, проживающих в зоне военного конфликта, достаточно сохранны, а также присутствует мотивация достижения успеха и стремление к социальной желательности. Это, при условии компетентной психокоррекционной и психотерапевтической поддержки личности, обеспечивает положительный прогноз личностного развития в дальнейшем.

## Выводы по Главе 1

Неоспоримо значение смысложизненных ориентаций для выработки индивидуального стиля смысловой регуляции и формирования стиля совладания личности в трудной жизненной ситуации и продуктивности преодоления посттравматического стрессового синдрома, что обуславливает актуальность углубленного изучения данной проблемы и определяет выбор темы исследования. Успешность активности и сохранения субъективного благополучия человека в экстремальной ситуации, возникающей в связи с современными военными конфликтами и рисками, во многом детерминируется уровнем развития смыслов и ценностей, стремлением и способностью к построению жизненной перспективы. Сегодня делается акцент на значении психологической готовности личности к конструктивному преодолению инцидентных ситуаций на основе решения «задачи на смысл» (как акцентируют внимание психологи в рамках теории смысловых инициаций и педагоги, работающие по методологии смыслодидактики).

Ситуация военного конфликта может рассматриваться как экстремальная (инцидентная), которая связана с усилением общей неопределенности, психологической, социальной и экономической нестабильности, это, в свою очередь,

приводит к трансформации не только прошлых моделей проведения, но и к изменениям ценностей и смысложизненных ориентаций.

Понижение негативного воздействия экстремальной ситуации в большей мере определяется активизацией позитивных характеристик личности и оптимальным использованием внутреннего субъектного потенциалом. Грамотное использование человеком собственных ресурсов позволяет в определенной степени нивелировать силу негативных воздействий сложной ситуации неблагополучия, неопределенности и нестабильности, за счет усиления просоциальной активности, формирования мотивации поиска новых возможностей преодоления трудностей данного периода.

Теоретический анализ, позволяет заключить, что эмоциональный дискомфорт, возникающий вследствие пребывания в зоне военного конфликта, провоцирует неудовлетворенность собой как субъектом актуальной жизненной ситуации, отсутствие четкого понимания планов на будущее и представлений о перспективах, что порождает изменения в системе смыслов и ценностей. Субъект, продолжительное время находящийся в зоне военного конфликта постепенно начинает испытывать определенные трудности в осуществлении смыслового самоконтроля социального поведения, сомнения в достижимости желаемых целей, проявляет недоверие к ценностям и смыслам, которые были в приоритете в прошлом, а также ригидность эмоций и демонстрирует жесткие установки.

Усвоенные в прошлом и отраженные в индивидуальном сознании, ценности и смыслы выступают в качестве внутренних детерминант, лежащих в основе субъектного выбора вектора дальнейшего жизненного пути, определяющего поведение человека в непростых ситуациях. Современные исследователи акцентируют внимание на том, что лица, находящиеся длительное время в условиях вооруженного конфликта вынуждены и переживать ряд негативных эмоциональных реакций и, как правило, демонстрируют трансформации различных компонентов смысловой сферы. В рамках социально-психологических программ фор-

мирование ценностно–смысловой сферы личности как индивидуального регулятора восприятия и поведения реализуется посредством различных механизмов таких как: интериоризации, идентификации, интернализации общественно значимых ценностей и идеалов.

Содержание системы смысложизненных ориентаций человека представляется в качестве интегрирования следующих структурных компонентов: эмоционального, когнитивного и поведенческого. На уровне индивидуального субъекта сформированная система смысложизненных ориентаций обеспечивает устойчивое социальное поведения в разных обстоятельствах, определенную направленность личности, характер ее потребностей и интересов, последовательность принимаемых решений. В психологии доказано, что в процессе развития способности субъекта к преодолению и выходу из травматичной ситуации происходит становление ряда психологических новообразований, участвующих в детерминации выбора содержания и траектории активности, определенной модели поведения, таких как: личностные смыслы, ценности, смысложизненные ориентации, ответственность, субъективные представления.

– формирование гармоничной временной перспективы субъекта выступает в качестве важного фактора, обеспечивающего психологическое благополучие и ощущение стабильности, поддержания целостности процесса жизнедеятельности, в том числе в сложных жизненных ситуациях;

– временная перспектива как интегральная характеристика обеспечивает восприятие комплексности и целостности опыта, одновременно, повышая внутренний ресурс стрессоустойчивости;

– сущность действия психологического механизма длительного действия стресса, травмы, экстремальной ситуации заключается в том, что нарушается целостность временной перспективы, возникает дисбаланс в ее структуре, ригидность восприятия и отношения к времени, деформируется связь «опыт – время», порождается ощущение дезориентации во времени и затруднения в рациональном видении череды событий жизни;

- в совокупности факторов, детерминирующих специфику деструктивных трансформаций временной перспективы субъекта в условиях стресса, особо выделяют следующие: степень травмы, стрессогенность условий, длительность воздействия стрессоров, уровень временной организации жизнедеятельности, выраженность жизнестойкости и структура смысложизненных ориентаций;
- в совокупности действенных способов реконструкции временной перспективы субъекта отдельно выделяют психотерапию, нацеленную на восстановление и гармонизацию темпоральной структуры личности, сбалансированность временных зон жизненного пути, достижения целостности, последовательности и логической взаимосвязи событий жизни, поддержку и стимулирование конструктивной активности в настоящем и формирование позитивного образа будущего.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ТРАНСФОРМАЦИИ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ВРЕМЕННЫХ ПЕРСПЕКТИВ У ЛИЦ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНЕ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА**

### **2.1. Организация и методы исследования личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта**

На основе теоретического анализа изучаемой проблемы было проведено эмпирическое исследование по изучению трансформаций смысложизненных ориентаций студентов, проживающих в зоне военного конфликта.

**Цель исследования** – изучить особенности трансформации смысложизненных ориентаций и временной перспективы у лиц, проживающих в зоне военного конфликта.

Достижение поставленной цели и проверка выдвинутых гипотез потребовали решения методических и эмпирических **задач исследования**:

#### ***Методические***

1. Разработать программу эмпирического исследования по изучению трансформации смысложизненных ориентаций и временных перспектив у лиц, проживающих в зоне военного конфликта.

2. Разработать диагностический комплект для проведения эмпирической части исследования.

3. Определить состав обследуемых в контрольных и экспериментальных группах.

#### ***Эмпирические***

4. Выявить основные показатели личностных трансформаций у лиц, проживающих в зоне военного конфликта, определить специфику смысложизненных ориентаций в специфических жизненных условиях.

5. Определить и описать особенности трансформации пролонгированных временных перспектив у мужчин и женщин, выявить общие и специфические тенденции.

6. Диагностически выявить и охарактеризовать уровни агрессивности у лиц из разных регионов (ЮФО и новые территории РФ).

7. Выявить взаимосвязи между временными перспективами, личностной агрессивностью и метакогнитивными убеждениями.

8. Обобщить результаты исследования, представить выводы.

**Методы исследования.** В исследовании применялся целый комплекс методов: теоретический анализ, сопоставление данных теоретических и эмпирических исследований по сопряженной тематике, психометрическая диагностика.

**Методики исследования.**

1. Тест смысложизненных ориентаций. СЖО (Дж. Крамбо, Л. Махолик в адаптации Д.А. Леонтьева).

2. Тест исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности (С.С. Бубнова).

3. Методика диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шамионов, Т.В. Бескова).

4. «Шкала экзистенции» (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер (в адаптации И.Н. Майниной и А.Ю. Васанова).

5. Опросник временной перспективы (ZTP) Ф. Зимбардо, А. Гонзалес.

6. Личностная агрессивность и конфликтность Е.П. Ильин П.А. Ковалев.

7. Опросник мета-когнитивных убеждений А. Уэллса и С. Картрайт-Хаттон. Адаптация: Н.А. Сирота, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонский, А.В. Ялтонская.

**Эмпирический объект исследования** – 320 человек (196 женщин, 124 мужчины), из них 160 человек из Донецкой, Херсонской и Запорожской областей (новые территории РФ) и 160 человек из Южного федерального округа. Средний возраст испытуемых в группе, проживающей на новых территориях РФ, составил 32,9 лет, возраст респондентов из Южного федерального округа – 31,4 лет. В исследовании принимали участие студенты, преподаватели и сотрудники Вузов, служащие.

**Экспериментальная база исследования:** Донской государственный технический университет (г. Ростов-на-Дону), Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И. Платова (г. Новочеркасск), Донбасская аграрная академия (г. Макеевка), Херсонский технический университет (г. Геническ), Мелитопольский государственный университет (г. Мелитополь), Мариупольский государственный университет имени А.И. Куинджи (г. Мариуполь).

В исследовании приняли участие студенты и преподаватели разных профилей обучения, а также служащие, различных возрастных групп, работающие в государственных учреждениях. Основное большинство респондентов обучается на гуманитарных факультетах – 72% новые территории РФ и 64% ЮФО (Южный федеральный округ). На социально-экономическом факультете – 6% студентов НР (новые территории РФ) и 13% – ЮФО, на естественно-научном – 20% и на медицинском 3% – студентов и преподавателей ЮФО [Таблица 4].

**Таблица 4**

**Распределение респондентов по профессиональной направленности**

Направление обучения	Новые территории РФ	Южный федеральный округ
Гуманитарный	72%	64%
Социально-экономический	6%	13%
Технический	10%	0%
Медицинский	0%	3%
Естественнонаучный	12%	20%

Анализ респондентов по половому признаку показал, что 71% респондентов из новых территорий РФ и 73% ЮФО – это студенты и преподаватели женского пола и соответственно 29% и 27% из новых территорий РФ и ЮФО мужского пола [Таблица 5].

Таблица 5

**Распределение респондентов по полу**

Пол	Новые территории РФ	Южный федеральный округ
Женский	61%	73%
Мужской	39%	27%

**Характеристика диагностических методик.**

Тест смысложизненных ориентаций (Дж. Крамбо, Л. Махолик в адаптации Д.А. Леонтьева). Методика проведения теста представлена в Приложении 1. Алгоритм проведения полностью соответствовал инструкции.

Тест исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности (С.С. Бубнова). Методика направлена на изучение структуры ценностных ориентаций, проявленных в условиях жизнедеятельности. В структуру методики входит 11 полиструктурных ценностных ориентаций личности. Методика содержит 66 закрытых вопросов. Полностью текст методики последовательность проведения диагностических процедур представлена в Приложении 2.

Методика диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шаминов, Т.В. Бескова). Методика направлена на выявление структуры субъективного благополучия личности, включает в себя 34 вопроса и 5 шкал: эмоциональное благополучие, экзистенциально-деятельностное благополучие, благополучие, гедонистическое благополучие, социально-нормативное благополучие. В ней предлагается оценить утверждения по шкале от 1 до 5, где 1 – полностью не согласен, а 5 – полностью согласен. В качестве результатов берется среднее арифметическое всех ответов.

«Шкала экзистенции» (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер (в адаптации И.Н. Майниной и А.Ю. Васанова). Тест шкала экзистенции (ШЭ) направлен на изучение экзистенциальной исполненности. В опросник входит 46 вопросов, которые измеряют степень исполненности жизни, насколько человек чувствует исполненность жизни и доволен ее результатами. Тест состоит из 4 субтестов: (SD)

самодистанцирование, (ST) самотрансценденция, (F) свободу, (V) ответственность.

Опросник временной перспективы (ZTPI) P. Zimbardo, A. Gonzalez (1997). Адаптация русскоязычной версии проведена Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной и другими (2008).

Методика направлена на изучение отношения личности к временному континууму – прошлое, настоящее, будущее.

Опросник представлен 56 вопросами, ответы по которой распределяются по 5-балльной шкале Ликкера, и позволяют определить уровень выраженности 5 основных шкал:

- негативное прошлое;
- позитивное прошлое;
- настоящее гедонистическое;
- настоящее фаталистическое;
- будущее.

Методика позволяет выявить отношение к прошлому в зависимости от эмоционального восприятия прошлых событий. Негативные события влияют на особенности принятия своей жизни, способствуют формированию разочарованию, болезненного восприятия своего опыта. И наоборот позитивное прошлое способствуют принятию своей прошлой жизни, теплому и сентиментальному отношению и выступает ресурсом для настоящего.

Настоящее гедонистическое отражает поиск новых ощущений, ориентацию на получение удовольствия и риска.

Настоящее фаталистическое выражает отношение к жизни как неизбежному року судьбы, который невозможно изменить.

Будущее выражает нацеленность на перспективу, мотивацию на реализацию жизненных целей.

Личностная агрессивность и конфликтность Е.П. Ильин П.А. Ковалев.

Методика, разработанная отечественными психологами Е.П. Ильиным, П.А. Ковалевым направлена на изучение конфликтности и агрессивности как личностных качеств. Опросник состоит из 80 вопросов, на которые при согласии ставится «+», при несогласии – «-».

Методика представлена 8 шкалами: «вспыльчивость», «наступательность», «обидчивость», «неуступчивость», «компромиссность», «мстительность», «нетерпимость к мнению других», «подозрительность».

Объединение шкал в группы дает возможность выявить основные показатели:

- конфликтность,
- позитивная агрессивность,
- негативная агрессивность.

Конфликтность рассматривается как комплексный показатель, факторами, детерминирующими которой могут выступать – неопределенность ситуации, неустойчивость настроения, эмоциональная возбудимость, которые представлены в шкалах: «бескомпромиссность», «вспыльчивость», «обидчивость», «подозрительность».

Негативная агрессивность понимается в данной методике как паттерн поведения, который вызывает психологический дискомфорт у других людей и включает в себя следующие компоненты: «мстительность», «нетерпимость к мнению других».

Позитивная агрессивность рассматривается как паттерн поведения, который помогает личности достигать поставленной цели, но при этом возможно нанесение психологического дискомфорта другим людям. Позитивная агрессивность включает в себя следующие шкалы: «наступательность (напористость)», «неуступчивость».

Максимальное количество баллов по шкалам составляет – 10 баллов.

Опросник мета-когнитивных убеждений А. Уэллса и С. Картрайт-Хаттон в адаптации группы авторов (Н.А. Сирота, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонский, А.В. Ялтонская).

Данный опросник направлен на изучение дисфункциональных мета-когнитивных убеждений. Опросник основывается на метакогнитивной теории, констатирующей, что в негативные метакогнитивные установки человека приводят к тревожным расстройствам и депрессиям.

Высокие баллы по шкалам выявляют дисфункциональные метакогнитивные убеждения. Метапознание определяют как «осведомленность о собственном мышлении и знание о способах управления им» (D. Kuhn, D. Dean, 2004).

Методика измеряет следующие области метакогниции по пяти отдельным субшкалам:

1. POS. Позитивные убеждения, касающиеся беспокойства (о выгоде беспокойства).
2. NEG. Негативные убеждения, связанные с неуправляемостью и опасностью беспокойства.
3. CC. Когнитивная несостоительность – недоверие к когнитивным процессам (вниманию, памяти).
4. NC. Убежденность в необходимости контролировать мысли.
5. CSC. Внимательность к собственным мыслительным процессам.

## **2.2. Анализ результатов эмпирического исследования трансформации смысложизненных стратегий и временных перспектив в условиях пролонгированного стресса**

**Анализ результатов по методике СЖО.** На первом этапе эмпирического исследования были изучены смысложизненные ориентации у лиц, проживающих в регионах с разным уровнем геополитических рисков [Таблица 6].

Таблица 6

**Выраженность смысложизненных ориентаций у двух групп респондентов из новых территорий РФ и ЮФО**

Шкала	(В средних значениях)	
	Показатель ЮФО	Показатель НТ (Новые территории РФ)
Общий показатель-осмыслинность жизни. ОЖ	99	89
Локус контроля - Жизнь	30	27
Локус контроля - Я	20	18
Результат жизни	24	22
Процесс жизни	28	25
Цели в жизни	30	28

Согласно полученным результатам, уровень выраженности показателей у обеих групп респондентов имеет среднюю степень выраженности. Однако сравнение выраженности значений шкал, определяющих смысложизненные ориентации у двух групп респондентов, показало, что они различаются.

Ориентация на будущее, целеустремленность выражена выше у проживающих в южном федеральном округе. Уверенность в способности ставить задачи и цели, правильно их определять, выстраивать их иерархию, больше свойственна студентам, проживающим в регионе, не входящем в зону военного конфликта.

Выраженность шкал «процесс жизни» и «результат жизни», также имеет большие значения у жителей южного федерального округа. Жители новых территорий РФ, проживающие в зоне военного конфликта, оценивают свое настоящее как менее насыщенное и недостаточно способствующее удовлетворению насущных потребности по сравнению с другой выборкой респондентов.

Респонденты обеих групп способны контролировать себя и свою жизнь, однако студенты из зоны военного конфликта не всегда проявляют уверенность в ситуациях жизненного выбора, испытывают большие затруднения в управлении своей жизнью.

Обе группы респондентов характеризуются средним уровнем осмыслинности себя, видением своей жизненной перспективы.

Анализ результатов по методике «Тест исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С.С. Бубнова) показал наличие различий в выраженности ценностных ориентаций респондентов двух групп. По уровню выраженности ряда ценностных ориентаций группа респондентов из южного федерального округа лидирует по отношению к группе респондентов из зоны военного конфликта (новые территории РФ). Наиболее значимыми ценностями для респондентов из ЮФО являются «Помощь и милосердие к другим людям» (4,6), «Признание и уважение людей и влияние на окружающих» (4,4), «Приятное времяпрепровождение и отдых» (4,1), «поиск и наслаждение прекрасным» (3,9), «познание нового в мире, природе, человеке» (3,6) [Таблица 7].

Таблица 7

**Иерархия ценностных ориентаций у двух групп респондентов из новых территорий РФ и ЮФО**

(В средних значениях)		
Шкала	Показатель ЮФО	Показатель НТ (Новые территории РФ)
Здоровье	2,9	3,0
Общение	2,8	2,5
Социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе	2,3	1,8
Признание и уважение людей и влияние на окружающих	4,4	3,9
Высокий социальный статус и управление людьми	2,6	2,4
Познание нового в мире, природе, человеке	3,6	3,0
Любовь	3,5	3,7
Помощь и милосердие к другим людям	4,6	4,3
Поиск и наслаждение прекрасным	3,9	2,8
Высокое материальное благосостояние	3,0	3,9
Приятное времяпрепровождение, отдых	4,1	4,4

Наиболее значимыми ценностями для группы респондентов из новых территорий РФ, согласно полученным результатам, являются – «Приятное времяпрепровождение и отдых» (4,4), «помощь и милосердие к другим людям» (4,3), «высокое материальное благополучие» и «признание и уважение людей и влияние на окружающих» (3,9), «любовь» (3,7), «здоровье» (3,0).

Согласно, полученным результатам для всех респондентов, принимающих участие в диагностическом исследовании, важными ценностями являются:

- альтруизм как готовность жертвовать собой ради других;
- гедонизм;
- потребность в любви и уважении других;
- здоровье (как отдельно значимая позиция).

Для респондентов из зоны военного конфликта, как и для респондентов ЮФО, наименее значимыми ценностями являются – «социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе», «высокий социальный статус и управление людьми» и «общение» [Таблица 8].

**Таблица 8**

**Сравнительный анализ выраженности наименее значимых ценностей у двух групп респондентов (средние значения)**

Шкалы	1 группа (новые территории РФ)	2 группа (ЮФО)
Социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе	1,7	2,2
Высокий социальный статус и управление людьми	2,5	2,7
Общение	2,5	2,8

Интересно, что одна из базовых потребностей молодых людей в общении стагнируется и становится менее значимой. Возможно, это связано с возрастанием онлайн-общения, в котором присутствует обезличенность и снижается роль непосредственного реального общения. Социальная активность также девальвируется в глазах обеих групп респондентов, несмотря на то что выраженность данных ценностных ориентаций разнится в исследуемых группах.

С целью проверки статистической достоверности различий в выраженности ценностных ориентаций у исследуемых групп респондентов был проведен статистический анализ с помощью U-критерия Манна Уитни. Проведенный анализ показал, что для респондентов ЮФО по сравнению с обследуемыми из новых территорий РФ, наиболее важными являются следующие ценностные ори-

ентации – «поиск и наслаждение прекрасным» и «познание нового в мире, природе, человеке», в то время как для респондентов из новых территорий РФ более значимой, чем для респондентов из ЮФО, является ценность «высокое материальное благополучие» [Таблица 9].

**Таблица 9**

**Сравнительный анализ различий в рангах ценностей у двух групп респондентов, с помощью U-критерия Манна Уитни**

Шкалы	1 группа (новые террито- рии РФ) (ср.)	2 группа (ЮФО) (ср.)	U эмпирическое	Уровень зна- чимости (p-level)
Высокое материальное благосостояние	3,7	3,1	302	0,01
Поиск и наслаждение прекрасным	2,6	4,2	284,5	0,01
Познание нового в мире, природе, человеке	3,1	3,7	356	0,04
Социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе	1,7	2,4	372	0,06

Ценностная ориентация «социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе» на уровне средних значений имеет большую выраженность у респондентов ЮФО по сравнению с группой из новых территорий РФ, однако, данное различие, не имеет статистической значимости.

Таким образом, можно подытожить полученные результаты: альтруизм и гедонизм являются доминантными в системе ценностных позиций в обеих группах респондентов. Респонденты из новых территорий в большей степени проявляют прагматизм. Для них, испытавших реальные угрозы локального военного конфликта, наиболее значимыми являются следующие позиции:

- хороший и стабильный материальный достаток (желание заработать деньги, возможность их тратить на себя и близких, стабильность доходов);
- хорошо и комфортно обустроенный быт (наличие инфраструктуры, уютный дом, современные предметы быта – все то, что определяет хорошее «качество жизни»);

- наличие близких людей (любовь, дружба, стабильные отношения).

Наименее важными в иерархии ценностей для обеих групп являются социально-ориентированные ценности – социальная активность, высокий социальный статус и общение. Считаем, что снижение значимости обозначенных ценностей связано с большой включенностью молодых людей в виртуальное пространство, недостаточно сформированной ответственностью и предпочтением гедонизма.

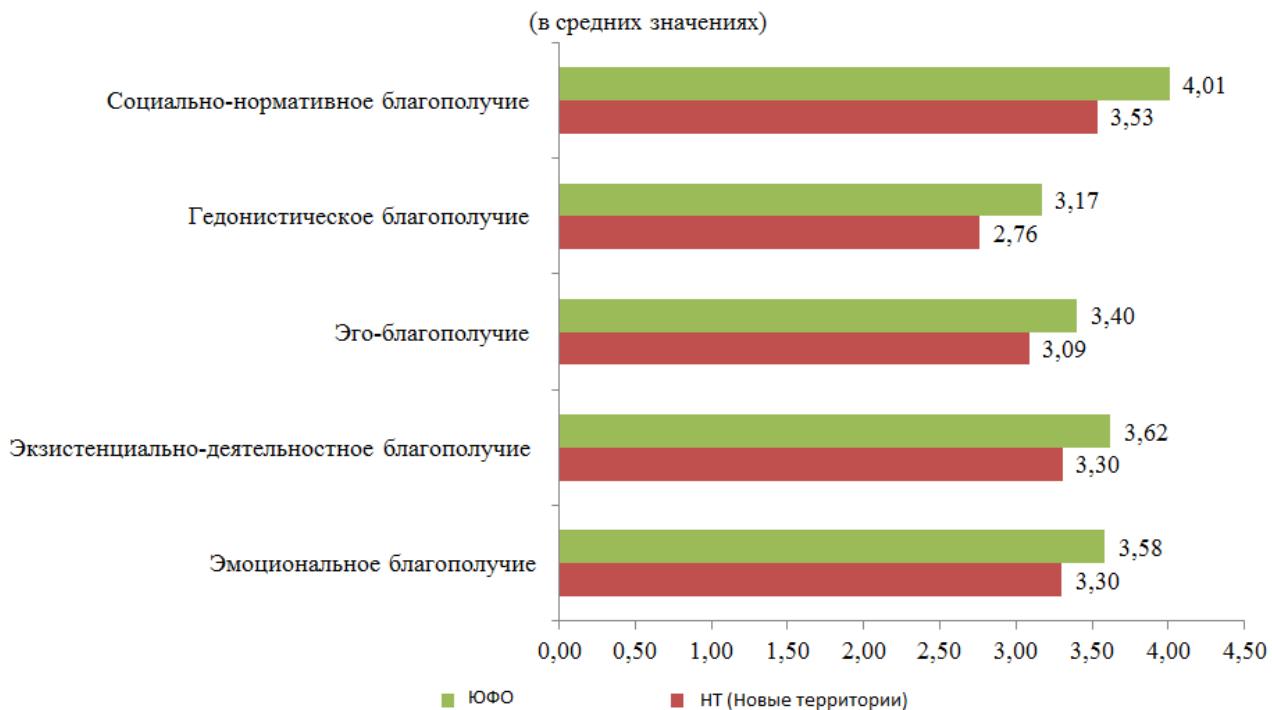
На следующем этапе эмпирического исследования было изучено субъективное благополучие респондентов выделенных групп с помощью «Методика диагностики субъективного благополучия личности (Р.М. Шамионов, Т.В. Беккова).

Субъективное благополучие рассматривается автором как «эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно-ценостных и смысловых представлений о "благополучной" внешней внутренней среде, выражющееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья».

Проведенный анализ результатов показал, что выраженность показателей благополучия у обеих групп респондентов находится в пределах средних значений, однако у респондентов из ЮФО выраженность всех показателей имеет более высокие значения, чем у проживающих в новых территориях РФ.

По уровню выраженности наибольшие значения у обеих групп получила шкала «социально-нормативное благополучие», это демонстрирует, что респонденты связывают свое благополучие, прежде всего с соблюдением социальных норм жизни, ориентируются на нравственные нормы поведения [Рисунок 9].

На втором месте по уровню выраженности у обеих групп респондентов находится шкала «экзистенциально-деятельностное благополучие», которая отражает понимание респондентами связи между усилиями для достижения благополучия и их результативностью, событийно-смысловую наполненность жизни.



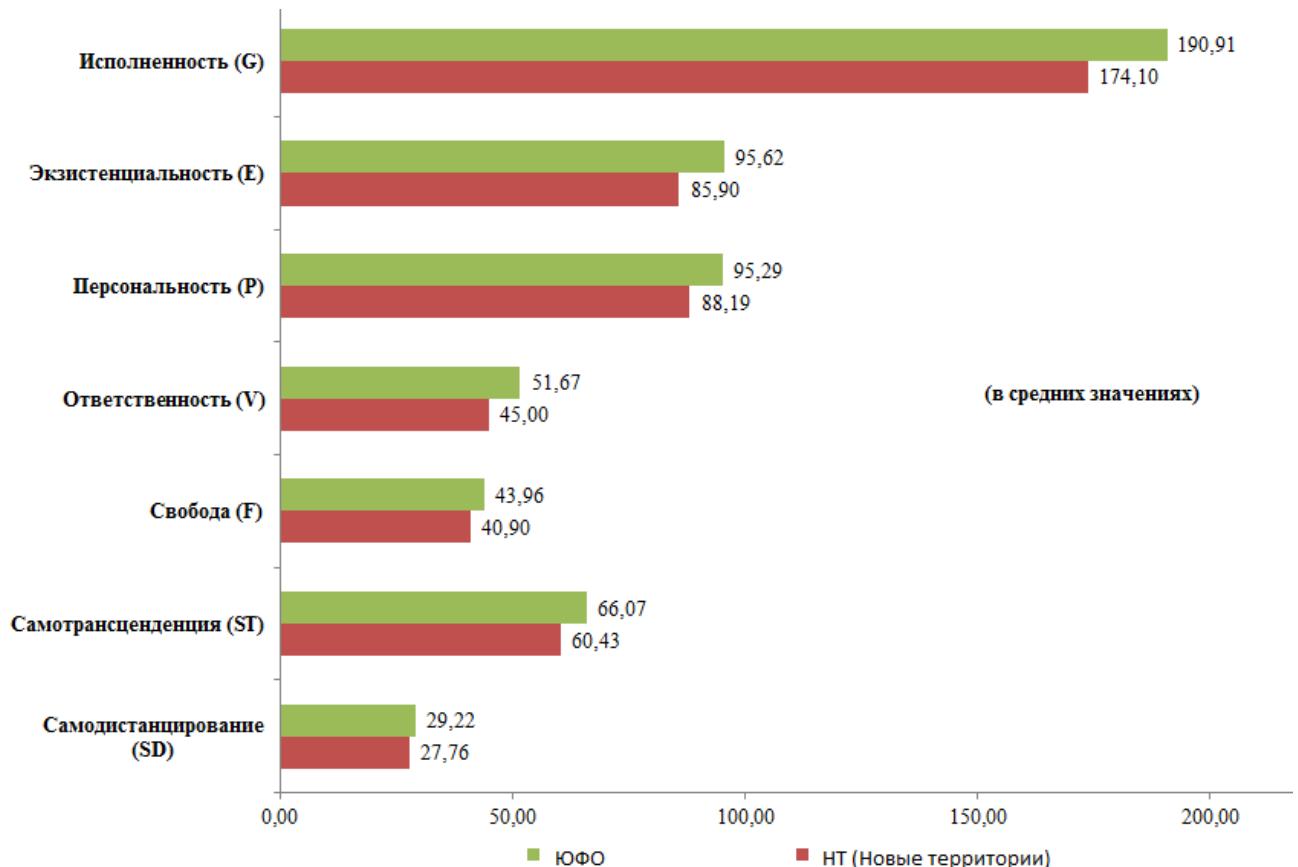
**Рисунок 9. Выраженность показателей субъективного благополучия у двух групп респондентов из новых территорий РФ и ЮФО**

Шкала «эмоциональное благополучие» имеет практически такие же значения, как и предыдущая шкала. Обе группы оценивают, что в их жизни присутствует радость, оптимизм, счастье, но они не достигают максимальной степени выраженности.

Наименьшие значение среди шкал благополучия получили: «эго-благополучие» и «гедонистическое благополучие». Согласно полученным, результатам респонденты меньше всего удовлетворены собой, своей внешностью, самооценкой, а также обеспечением базовых потребностей – безопасности, дохода, условий проживания.

Таким образом, средняя степень выраженности показателей субъективного благополучия у респондентов двух групп говорит о том, что в основном респонденты удовлетворены своей жизнью, они ориентируются на ценностные ориентиры, транслируемые обществом, их жизнь наполнена смыслами, однако менее всего они удовлетворены собой, своей внешностью и теми условиями жизни, быта, где они находятся.

С помощью методики «Шкала экзистенции» (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер была изучена экзистенциальная исполненность респондентов обеих групп [Рисунок 10].



**Рисунок 10. Выраженность показателей экзистенции у двух групп респондентов из новых территорий РФ и ЮФО**

Сравнительный анализ результатов диагностики показал, что все шкалы экзистенции у группы респондентов из ЮФО имеют большую степень выраженности, по сравнению с результатами группы из новых территорий РФ.

Проведенный анализ по шкалам методики, продемонстрировал что показатель SD (самодистанцирование) у студентов из новых территорий РФ находится на границе низких и средних значения, что говорит скорее о низкой дистанции по отношению к самому себе, которая может быть обусловлена переживанием внутреннего конфликта, посттравматическим состоянием. Это может проявляться в навязчивых мыслях, автоматическом мышлении, фиксированных чувствах.

Показатели SD у обследуемых из ЮФО имеют показатели немного выше, чем у первой группы, что говорит о том, что дистанция у них по отношению к себе немного увеличивается, появляется большая ясность в отношении жизненных ситуаций.

Шкала ST (самотрансценденция) проявляется в способности чувствовать близость к чему/кому либо, сочувствовать, жить ради чего-то, а не только ориентироваться на цель. Выраженность данного показателя у группы, проживающей в зоне военного конфликта ниже среднего, что проявляется в эмоциональной скудности, уплощенности. Недостаток эмоциональности делает человека беспомощным и неуверенным в себе, он часто сомневается в себе и оценке жизненных ситуаций.

Значения показателей ST у группы респондентов из ЮФО приближаются к средним значениям, что говорит о большей эмоциональности, способности чувствовать ценностные основания и ориентироваться на них в жизненных ситуациях, при принятии решений.

Шкала F (свобода) у обеих групп также находится в диапазоне средних значений, однако результаты проживающих в новых территориях РФ более близки к низким значениям. Свобода проявляется в способности находить реальные возможности действия создавать из них иерархию в соответствии с их ценностью и таким образом более обоснованно и персонально подходить к принятию решения.

У респондентов из ЮФО проявляется большая свобода в выборе и принятии решений, по сравнению с первой группой.

Шкала «ответственность» (V) у обеих групп респондентов также имеет среднюю степень выраженности. Ответственность понимается как способность доводить до завершения те решения, которые были приняты на основании личных ценностей. Сравнительный анализ выраженности результатов по шкале «ответственность» показал различие между двумя группами респондентов. Студенты из ЮФО показали вышеуказанные показатели.

денты, проживающие в зоне военного конфликта, показали меньшую уверенность, недостаточную способность доводить до воплощения в жизнь собственных замыслов и проектов.

Предполагаем, что полученные результаты могут быть связаны с тревожной реакцией респондентов из региона военного конфликта, которая может проявляться в неуверенности, страхе сделать шаг в жизнь, перед усилиями и проблемами перед угрожающими последствиями. Респонденты чувствуют себя более уверенно, когда чувствуют необходимые гарантии и ориентиры границ поведения.

Выраженность показателя «персональность» (Р) у группы студентов из зоны военного конфликта находится на границе средних и низких значений, что может говорить о том, что базовые персональные способности заблокированы или активно не используются. Длительная блокада может приводить к личностным расстройствам и неуверенности в поведении и принятии решений. У респондентов из ЮФО показатели по данной шкале находятся в пределах средних значений.

Показатель «экзистенциальность» (Е) характеризует способность человека ориентироваться в мире, приходить к решениям и ответственно воплощать их в жизнь, меняя свою жизнь в лучшую сторону. Группа из новых территорий РФ продемонстрировала более низкие значения, чем обследуемые из ЮФО, что говорит о их недостаточной способности конструктивно решать возникающие проблемы, дисгармоничности.

Общий показатель «исполненность» (G) говорит о способности справляться с самим собой и с миром и способность пойти на внутренние и внешние требования и предложения, соотнося их с собственными ценностями.

У респондентов из новых территорий РФ значения по этой шкале ниже, чем у респондентов из ЮФО, что говорит о недостаточной наполненности их жизни, переживании экзистенциального кризиса.

Анализ соотношения показателей показал, что у обеих групп присутствует преобладание самотрансценденции над самодистанцированием SD < ST, что может говорить о том, что у респондентов обеих групп присутствует эмоциональная отзывчивость, сочувствие и сильное внутреннее переживание, которое может сопровождаться трудностью сохранения личного свободного пространства. Такая позиция может обнаруживаться при активной тревожности, о чем говорят показатели и по другим шкалам у группы респондентов из новых территорий РФ.

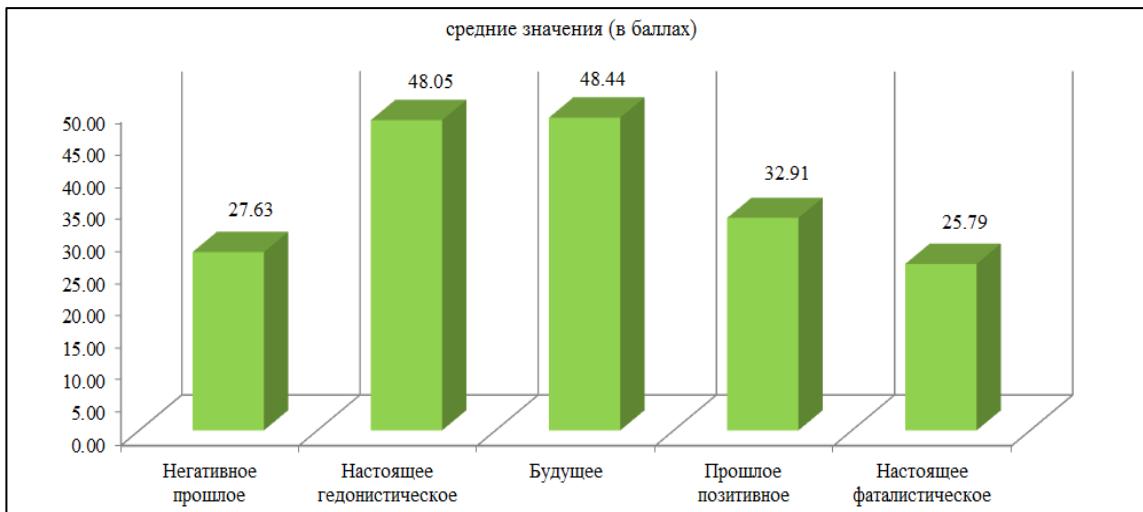
У обеих групп наблюдается комбинация F>V, которая характеризует поведение респондентов большей поспешностью, с желанием передавать ответственность более «компетентным» людям, при высокой значимости личной свободы, которая иногда принимает нарциссические тенденции.

У группы респондентов из новых территорий РФ, проживающих в зоне военного конфликта, наблюдается комбинация P>E, которая свидетельствует о том, что теоретически человек относительно силен в обхождении с самим собой и в эмоциональности, однако в реальности он скорее стеснен в осуществлении своей жизни.

У респондентов из ЮФО показатели равны P = E, что может говорить, что внутренняя открытость растет и дает возможность идти навстречу запросам внешнего мира.

Таким образом, можно заключить, что изучение экзистенциальной исполненности у первой группы респондентов, проживающих в зоне военного конфликта, показало, что выраженность базовых антропологических способностей находится в пределах средних, ближе к низким значениям.

С помощью методики «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо был изучен уровень выраженности временных перспектив у исследуемой выборки респондентов [Рисунок 11].

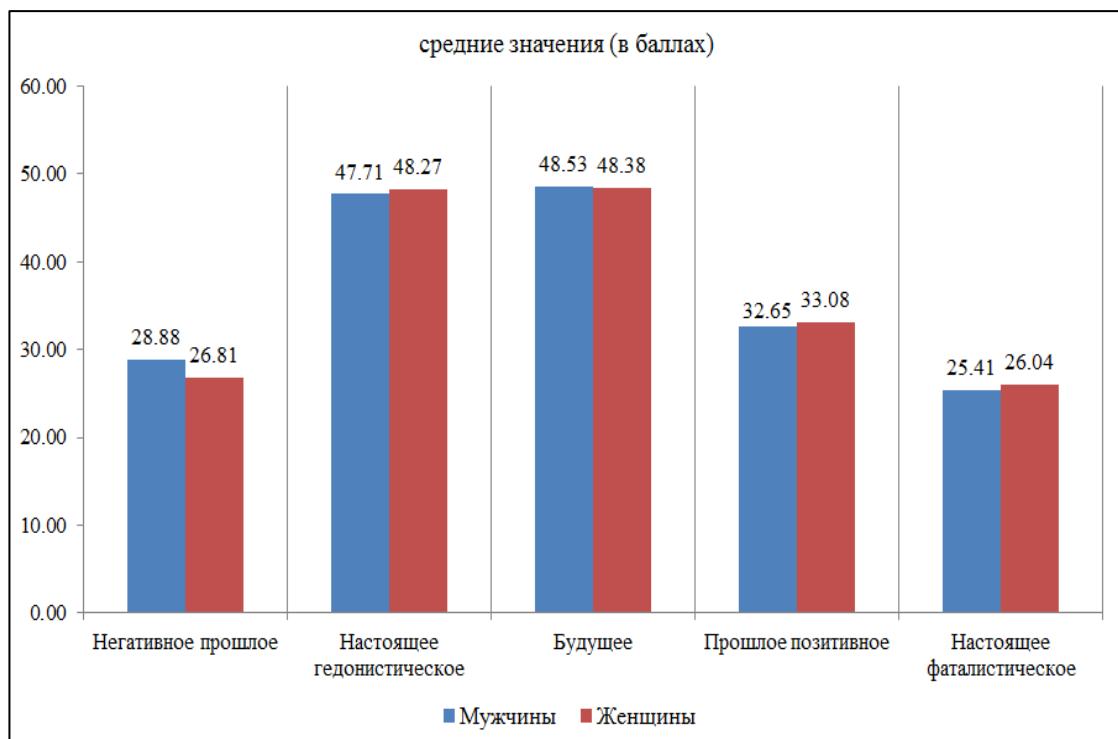


**Рисунок 11. Уровень выраженности временных перспектив у исследуемой выборки респондентов из новых территорий РФ**

Проведенный анализ результатов эмпирического исследования показал, что выраженность шкалы «негативное прошлое» имеет среднюю степень выраженности, что говорит о среднем уровне неприятия своего прошлого, вызывающего отрицательные эмоции.

Анализ результатов по группам мужчин и женщин показал, что негативное прошлое больше беспокоит мужчин. Высокий уровень негативного отношения к прошлому продемонстрировали 35% респондентов мужского пола и 23% женского пола.

Выраженность настоящего гедонистического у обеих групп респондентов приближается к высоким показателям, что свидетельствует о желании получать удовольствие от жизни, респонденты с такой доминирующей временной ориентацией часто ведут себя бесшабашно и нерационально. Анализ по группам свидетельствует о том, что высокий уровень гедонистического настоящего свойственен 35% респондентов мужского пола и трети (30%) женского пола [Рисунок 12].



**Рисунок 12. Выраженность настоящего гедонистического компонента у мужчин и женщин в группах сравнения**

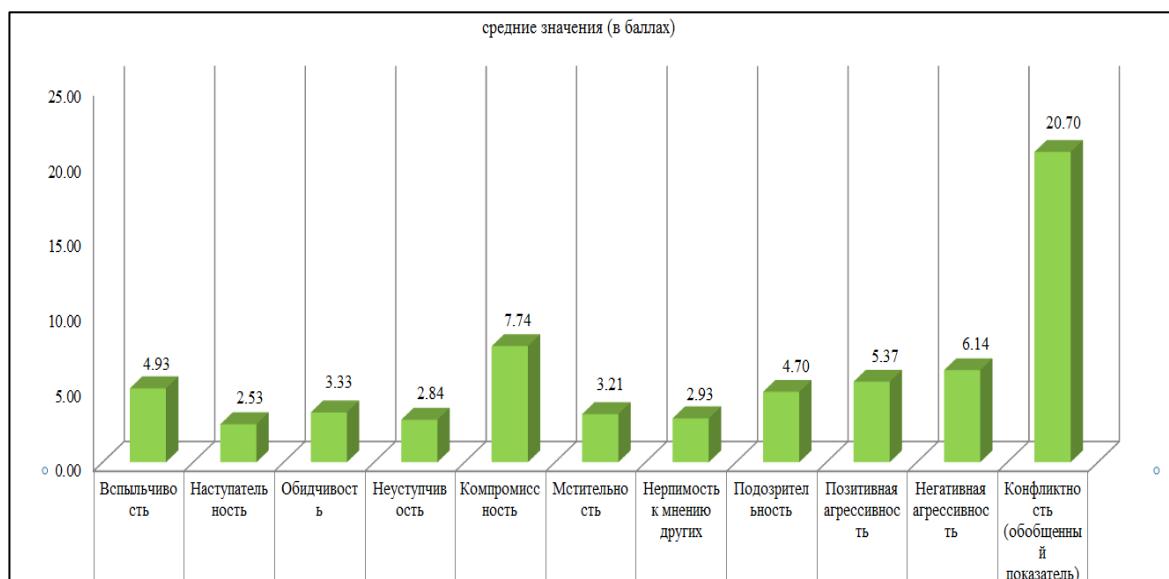
Настоящее фаталистическое у обеих групп респондентов также имеет среднюю степень выраженности. Высокий уровень фатализма относительно своей жизни, безнадежное отношение к будущему продемонстрировали 11,5% респондентов женского пола и 17,6% мужского пола.

Высокие значения респонденты обеих групп продемонстрировали по шкале «позитивное прошлое». Респонденты показали высокую степень принятия своего прошлого, теплое и несколько сентиментальное отношение к прошлой жизни, приобретенному опыту. Прошлое выступает для респондентов определенным жизненным ресурсом для совладания со стрессовыми ситуациями.

Обе группы респондентов продемонстрировали высокую ориентацию на будущее. Такие респонденты характеризуются наличием конкретных целей, которые выступают мотивацией для достижения будущих успехов. Они способны к прогнозированию и анализу событий, взвешиванию разных вариантов жизненных моделей при построении своего будущего, проявляют организованность и целенаправленность в разных сферах своей жизни.

Таким образом, можно подытожить, выраженность временных ориентаций не имеет значимых различий в группах респондентов мужского и женского пола. Средний уровень выраженности у обеих групп наблюдается по шкалам «негативное прошлое», «настоящее гедонистическое» и «настоящее фаталистическое», ориентация на будущее и позитивное прошлое имеют высокую степень выраженности у обеих групп респондентов.

С помощью методики «Личностная агрессивность и конфликтность» Е.П. Ильина П.А. Ковалева были изучены личностные характеристики респондентов [Рисунок 13].

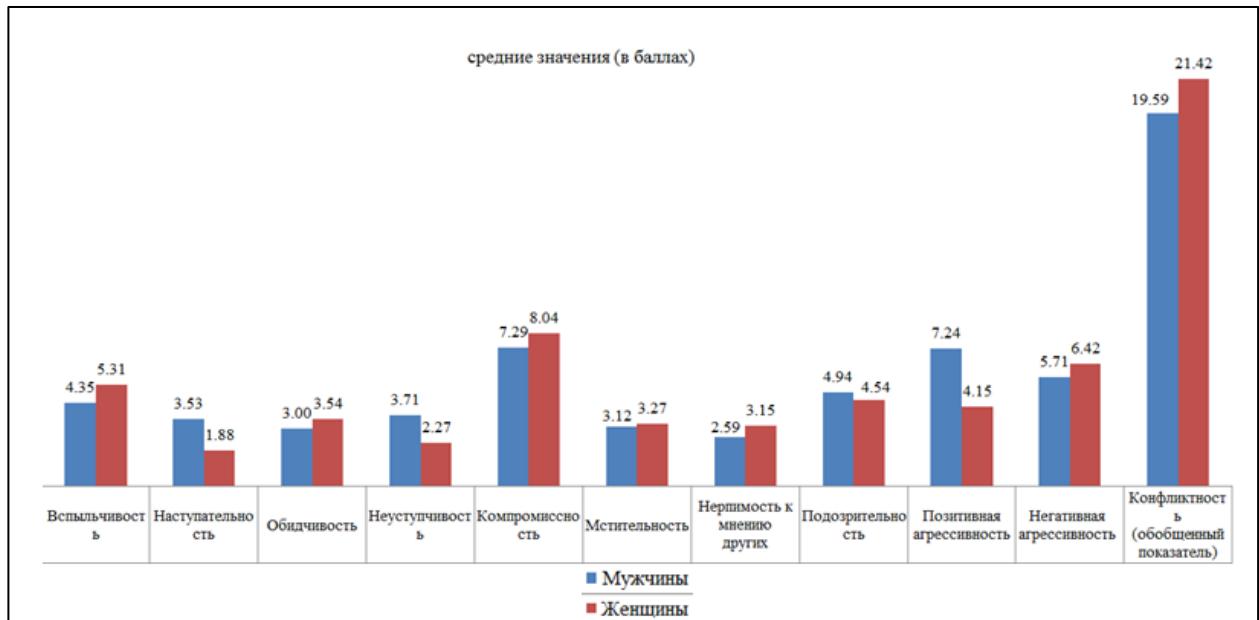


**Рисунок 13. Личностная агрессивность и конфликтность в группах из новых территорий РФ**

Анализ результатов по всей выборке респондентов показал, что низкий уровень выраженности агрессивности и конфликтности наблюдается по следующим шкалам – «наступательность», «обидчивость», «неуступчивость» «мстительность» и «нерпимость к мнению других».

Средний уровень выраженности имеют шкалы «вспыльчивость» и «подозрительность», «позитивная агрессивность» и «негативная агрессивность» и общий уровень конфликтности. Высокий уровень выраженности наблюдается только по шкале «готовность к компромиссу», то есть в конфликтных ситуациях

респонденты мужского и женского пола предпочитают искать решения, которые будут устраивать обе стороны конфликта [Рисунок 14].



**Рисунок 14. Сравнительный анализ выраженности личностной агрессивности и конфликтности у двух групп респондентов (мужчины и женщины)**

Сравнительный анализ выраженности личностной агрессивности, ее компонентов и конфликтности показал, что у двух групп респондентов наблюдаются различия.

Такие компоненты личностной агрессивности, как вспыльчивость, обидчивость, мстительность, нетерпимость к чужому мнению у респондентов женского пола выражены выше, чем у респондентов мужского пола.

Мужчины, по сравнению с женщинами, продемонстрировали большую наступательность, неуступчивость, подозрительность, что и определяет их позитивную агрессивность. Женщины в условиях ситуации военного времени больше, чем мужчины демонстрируют негативную агрессивность и конфликтность. Женщины своим поведением пытаются нанести больше вреда другим людям, проявляют мстительность и нетерпимость к мнению других, при этом они больше ориентированы на достижение компромисса в конфликтных ситуациях.

Проверка на достоверность различий в выраженности показателей личностной агрессивности с помощью U-критерия Манна Уитни показала, что статистически значимые различия установлены по следующим компонентам личностной агрессивности – «наступательность», «неуступчивость», «позитивная агрессивность» [Таблица 10].

**Таблица 10**

**Различия в выраженности показателей личностной агрессивности у двух респондентов разного пола с помощью U-критерия Манна Уитни**

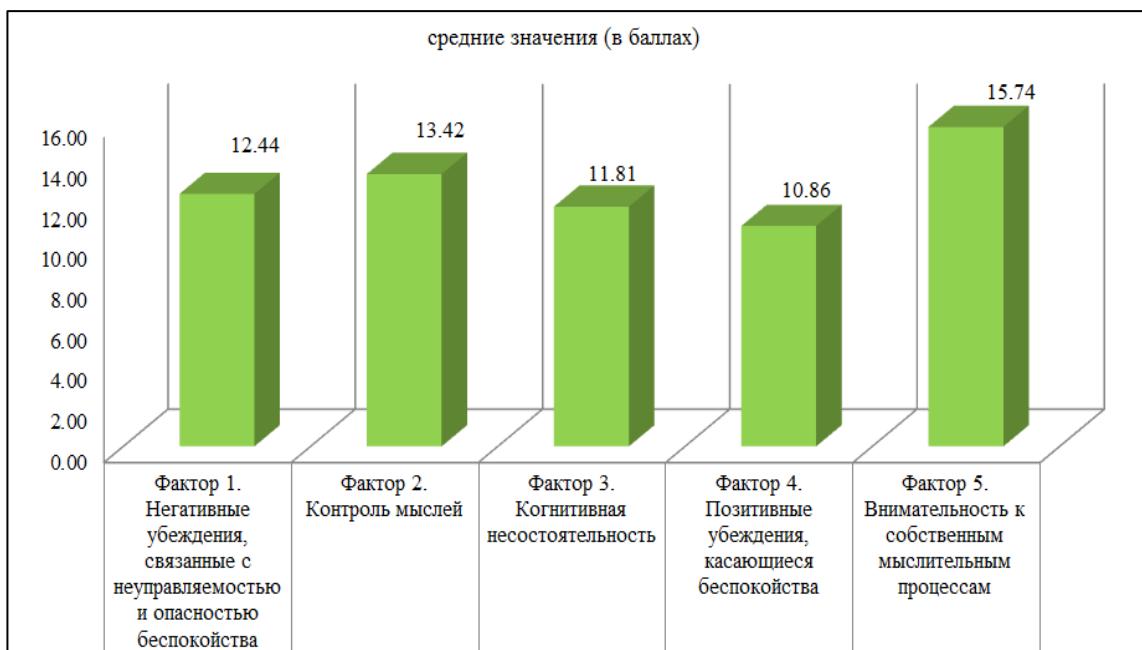
Шкалы	Средний ранг		Межгрупповые различия Uкр	Значимость различий Р<
	1 группа женщины	2 группа мужчины		
Наступательность	465,5	480,5	114,5	0,01
Неуступчивость	474,5	471,5	123,5	0,01
Позитивная агрессивность	448	498	97	0,01
Конфликтность	620	326	173	0,07

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у респондентов мужского пола значимо чаще проявляются такие качества как наступательность и неуступчивость, что характеризует их позитивную агрессивность.

С помощью методики «Опросник мета-когнитивных убеждений» была изучена направленность познавательной активности респондентов по поводу своего актуального психического состояния.

Проведенный анализ результатов показал, что по фактору «негативные убеждения, связанные с неуправляемостью и опасностью беспокойства» среднегрупповые показатели имеют среднюю степень выраженности, что говорит о том, что респонденты умеренно оценивают влияние беспокойства на свое состояние и уровень управляемости своим состоянием.

У респондентов женского пола наблюдается более высокая выраженность данной шкалы, что говорит о большем негативном влиянии беспокойства на психическое состояние женщин. Однако статистически значимых различий в выраженности данной шкалы между двумя выборками не установлено [Рисунок 15].



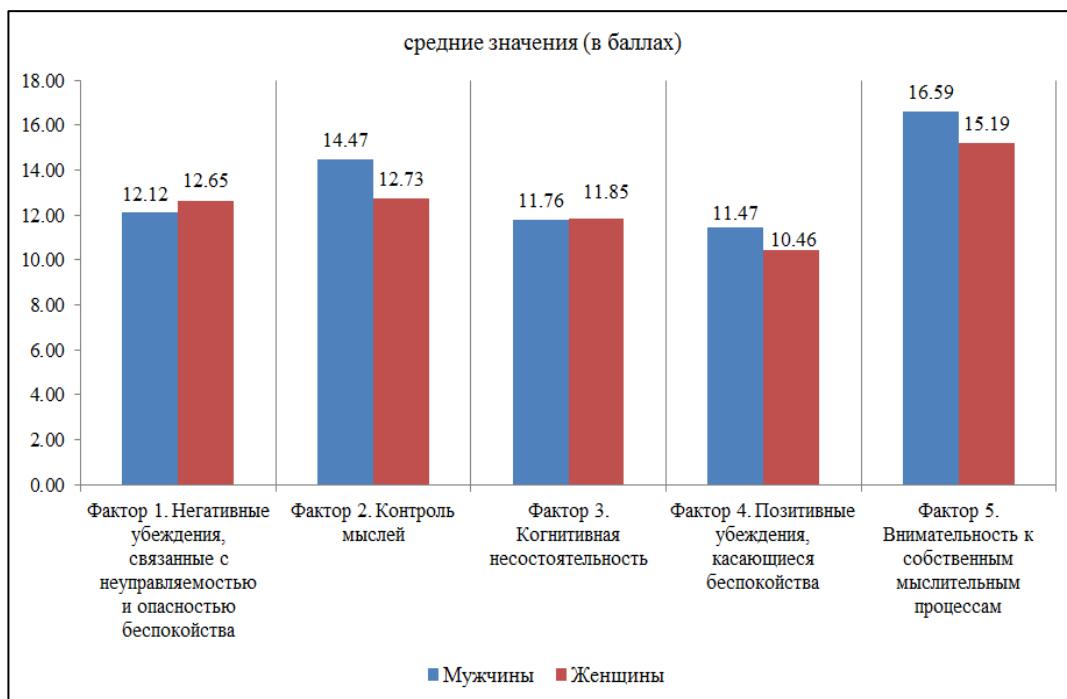
**Рисунок 15. Влияние беспокойства на психическое состояние женщин**

Сравнительный анализ выраженности факторов метакогнитивных убеждений продемонстрировал, что наибольшие показатели наблюдаются по факторам: «внимательность к собственным мыслительным процессам» и «контроль мыслей», что может свидетельствовать о способности респондентов отслеживать и контролировать свои мысли, в том числе негативные.

Факторы «позитивные убеждения, касающиеся беспокойства» и «когнитивная несостоятельность» имеют средний уровень выраженности у обеих групп респондентов. Низкий уровень позитивных убеждений наблюдается у 35% женщин и мужчин. Однако, у респондентов мужского пола, позитивные убеждения выражены несколько выше, чем у женщин. А негативные убеждения, наоборот больше свойственны респондентам женского пола.

Контроль над своими негативными мыслями лучше осуществляют мужчины, они также больше демонстрируют внимательность к собственным мыслительным процессам.

Когнитивная несостоятельность имеет среднюю степень выраженности у обеих групп респондентов, что говорит о том, что респонденты не страдают нарушением когнитивных процессов [Рисунок 16].



**Рисунок 16. Сравнительный анализ когнитивных особенностей в группах сравнения (мужчины и женщины)**

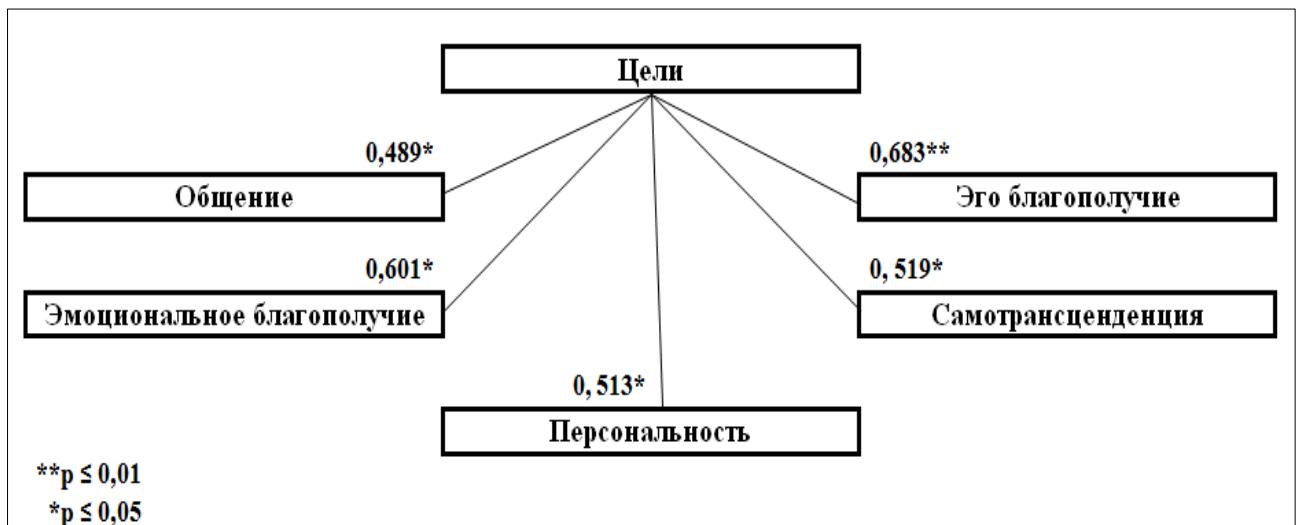
Таким образом, установлено, что у двух групп респондентов разного пола, наблюдается разная степень выраженности метакогнитивных убеждений. Установлено, что мужчины в большей степени, чем женщины характеризуются позитивными убеждениями, внимательностью к своим мыслительным процессам и способностью контролировать свои мысли. Женщины меньше способны контролировать свое беспокойство относительно ожидаемых событий и их негативных последствий.

### 2.3. Корреляционный анализ результатов

С целью изучения содержательных взаимосвязей между смысложизненными ориентациями и другими показателями был проведен корреляционный анализ с помощью критерия Спирмена.

Проведенный анализ показал, что нацеленность студентов на будущее позитивно связана со шкалами субъективного благополучия – «эмоциональное благополучие» (0,601\*,  $p<0,05$ ) и «Эго-благополучие» (0,683\*\*,  $p<0,01$ ) и шкалами экзистенции – «самотрансценденция» (0,519\*  $p<0,05$ ) и «персональность»

(0,513\*  $p < 0,05$ ) ценностной ориентацией на общение (0,489\*  $p < 0,05$ ) [Рисунок 17].

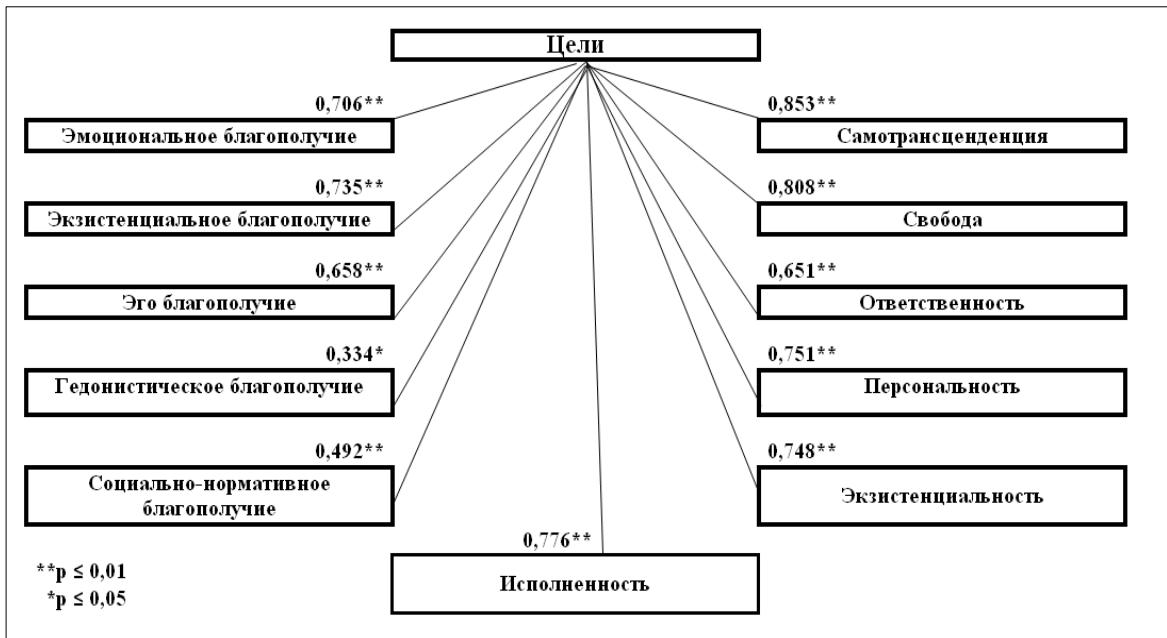


**Рисунок 17. Корреляционные связи шкалы «цели» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции в первой группе (новые территории РФ)**

Свою жизненную перспективу, планирование своего будущего студенты из новых территорий РФ, прежде всего, связывают с удовлетворенностью собой, внутренней согласованностью, уверенностью, с переживанием позитивно окрашенных эмоций – радости, счастья. Взаимосвязь направленности на будущее также имеет позитивные связи с самотрансценденцией, которая проявляется в понимании смысла своих действий, способности эмоционально откликаться на события жизни и ценностно к ним относиться. Взаимосвязь нацеленности на перспективу с общением, может говорить о том, что в общении они видят поддержку для реализации намеченных целей.

Анализ корреляционных связей между шкалой «цели» и другими показателями показал, что по сравнению с первой группой у студентов из ЮФО намного больше взаимосвязей.

Нацеленность на будущее у респондентов ЮФО прямые сильные и умеренные связи со всеми шкалами субъективного благополучия и шкалами экзистенции [Рисунок 18].



**Рисунок 18. Корреляционные связи шкалы «цели» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции (ЮФО)**

Сильные корреляционные связи выявлены со шкалой «эмоциональное благополучие» (0,706\*\*), «экзистенциальное благополучие» (0,735\*\*), «самотрансценденция» (0,853\*\*), «свобода» (0,808\*\*), «персональность» (0,751\*\*), «экзистенциальность» (0,748\*\*), «исполненность» (0,776\*\*).

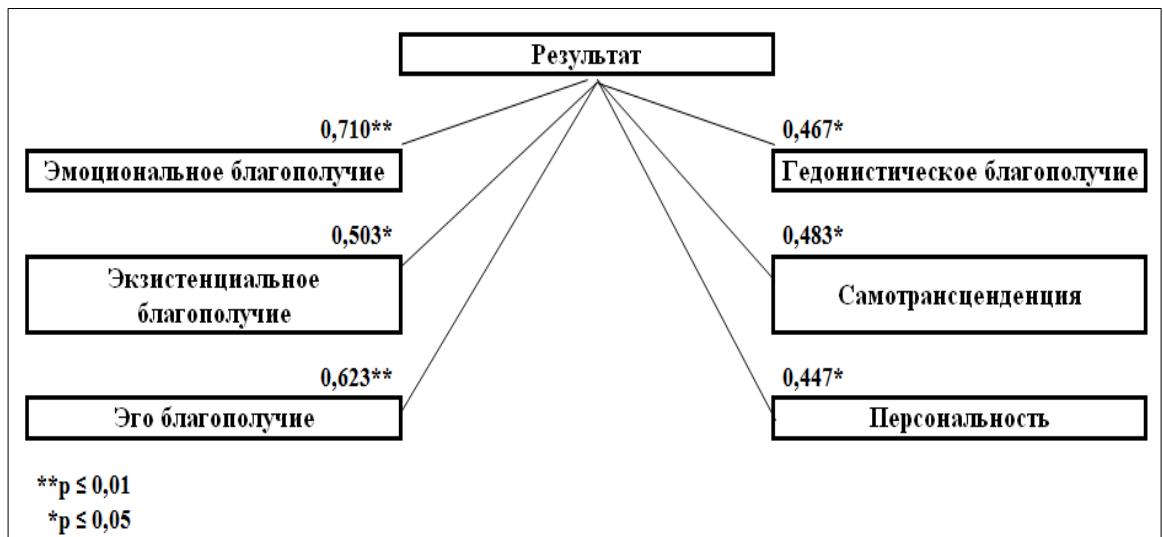
Полученные результаты могут свидетельствовать о том, что наличие целей в жизни является важным фактором субъективного благополучия личности и осознания своего смысла существования, способности чувствовать ценностные основания и ориентироваться на них в жизненных ситуациях.

Сравнительный анализ корреляционных матриц двух групп респондентов показал, что первая группа характеризуется меньшим количеством корреляционных связей, что может говорить о редуцированности видения будущего в связи с недостаточным ощущением субъективного благополучия.

Изучение взаимосвязей между результативностью жизни, показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у студентов показало, что наблюдаются прямые умеренные связи между изучаемыми параметрами.

Наличие результатов деятельности, прежде всего связано с показателями благополучия – «эмоциональное благополучие» (0,710\*\*), «гедонистическое

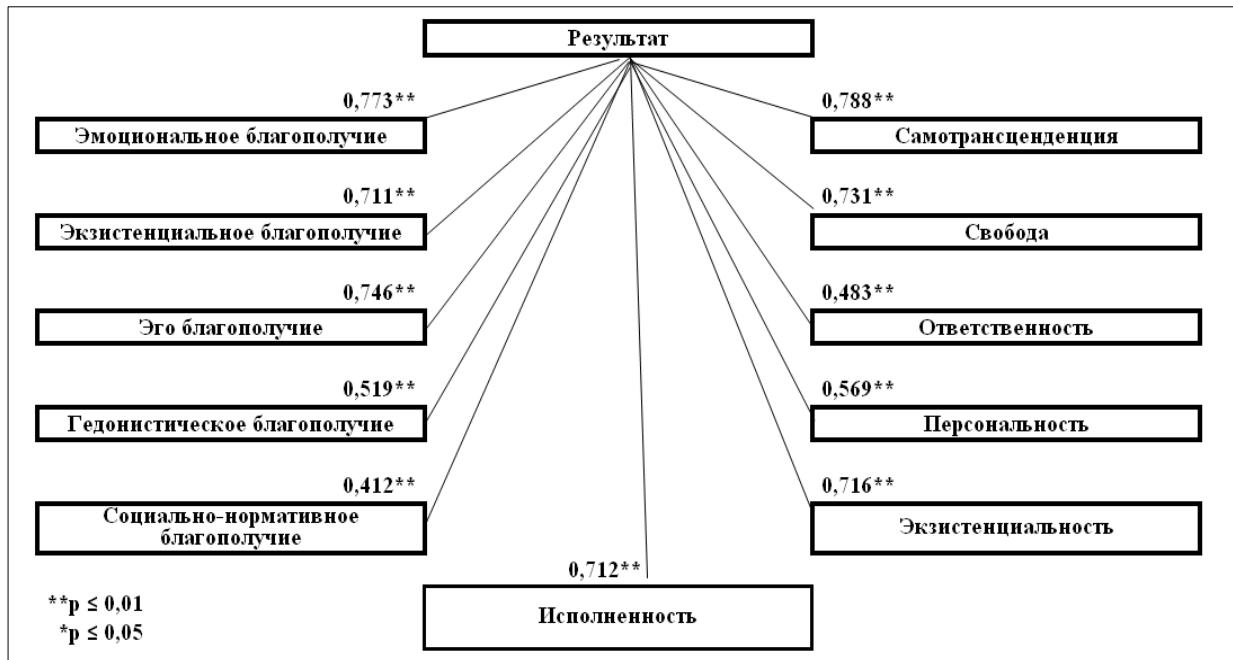
благополучие» (0,467\*), «экзистенциальное благополучие» (0,503\*), «Эго-благо-  
олучие» (0,623\*\*) и шкалами экзистенции – «самотрансценденция» (0,483\*),  
«персональность» (0,447\*) [Рисунок 19].



**Рисунок 19. Корреляционные связи шкалы «результат» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у первой группы (новые территории РФ)**

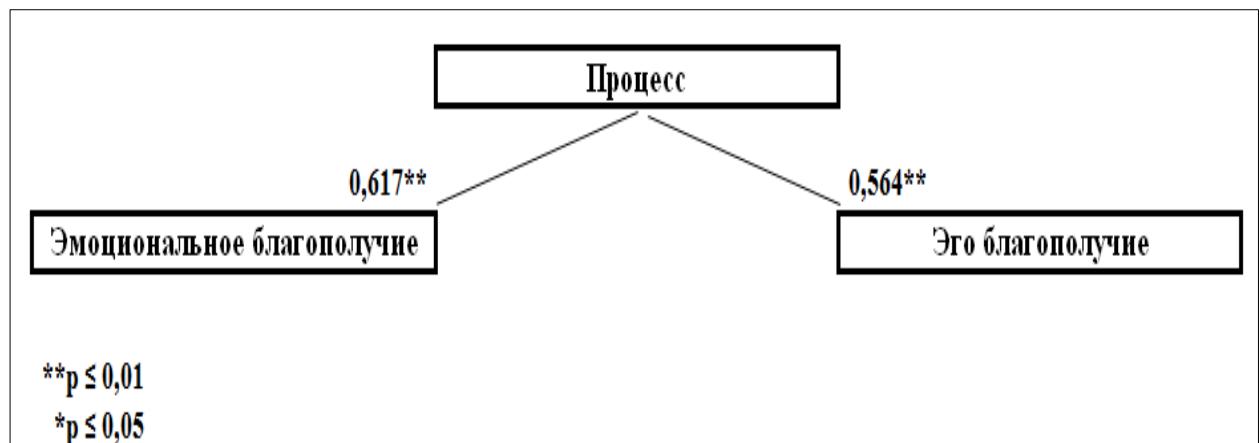
Связь результативности жизни с показателями субъективного благополучия говорит о том, что наличие результата в жизни способствует удовлетворению базовых потребностей респондентов, повышению их событийно-смысловой насыщенности жизни, уверенности в себе. Результативность жизни респондентов из зоны военного конфликта способствует открытости себе и миру, проявлению эмоциональности, большей захваченностью идеями и переживанию экзистенциальной значимости происходящего.

Корреляционная матрица группы ЮФО характеризуется большим количеством прямых сильных связей с показателями благополучия и экзистенциальной исполненностью. Наличие сильных корреляционных связей говорит о том, что удовлетворенность самореализацией прошлого отрезка своей жизни способствует экзистенциальной исполненности и отражает оценку качества уже пройденной жизни и ее осмысленности. У данной группы респондентов не выявлены связи только со шкалой самодистанцирование [Рисунок 20].



**Рисунок 20. Корреляционные связи шкалы «результат» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у второй группы (ЮФО)**

Интересные результаты были получены по шкале «процесс», которая имеет только две корреляционные связи со шкалами субъективного благополучия – «эмоциональное благополучие» (0,617\*\*) и «Эго-благополучие» (0,564\*\*) [Рисунок 21].

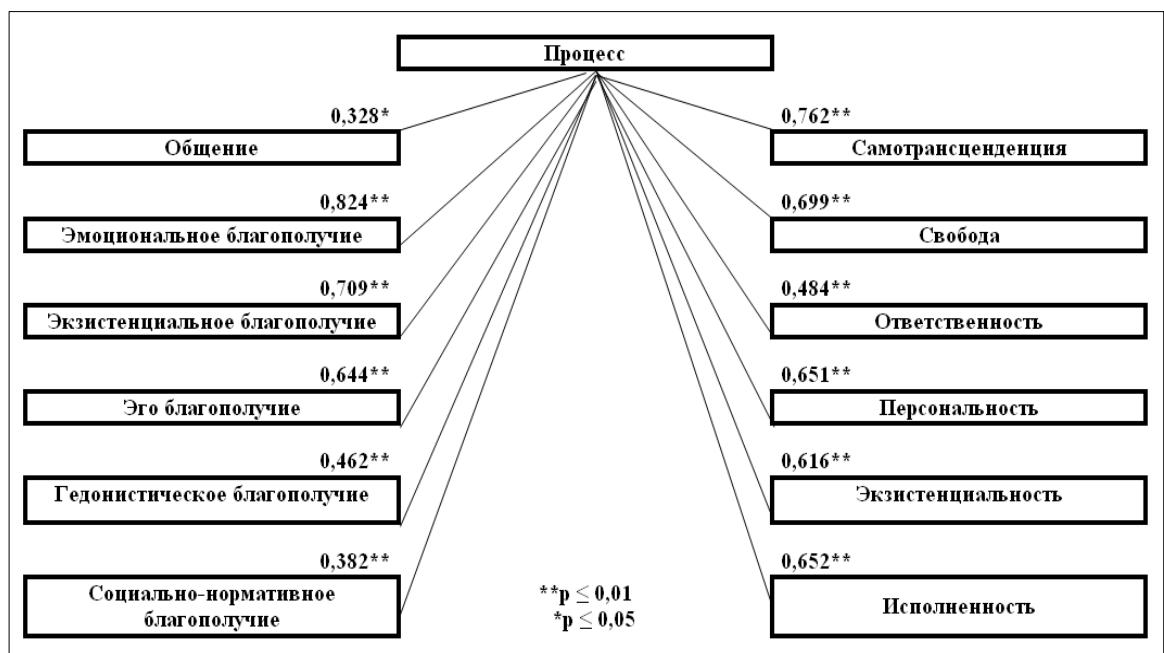


**Рисунок 21. Корреляционные связи шкалы «процесс» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у первой группы (новые территории РФ)**

Полученные результаты могут говорить о том, что эмоциональная насыщенность настоящего дает человеку возможность почувствовать себя более

счастливым и уверенным в себе. Однако не выявлены связи со шкалами экзистенции, что может говорить о восприятии своего настоящего как тревожного и противоречивого, не способствующего открыто вступать во взаимодействие с миром и с собой.

Прямо противоположную картину мы наблюдаем у группы респондентов из ЮФО. Шкала «процесс» имеет умеренные и сильные связи со всеми шкалами субъективного благополучия, шкалами экзистенции и ценностью «общение» [Рисунок 22].

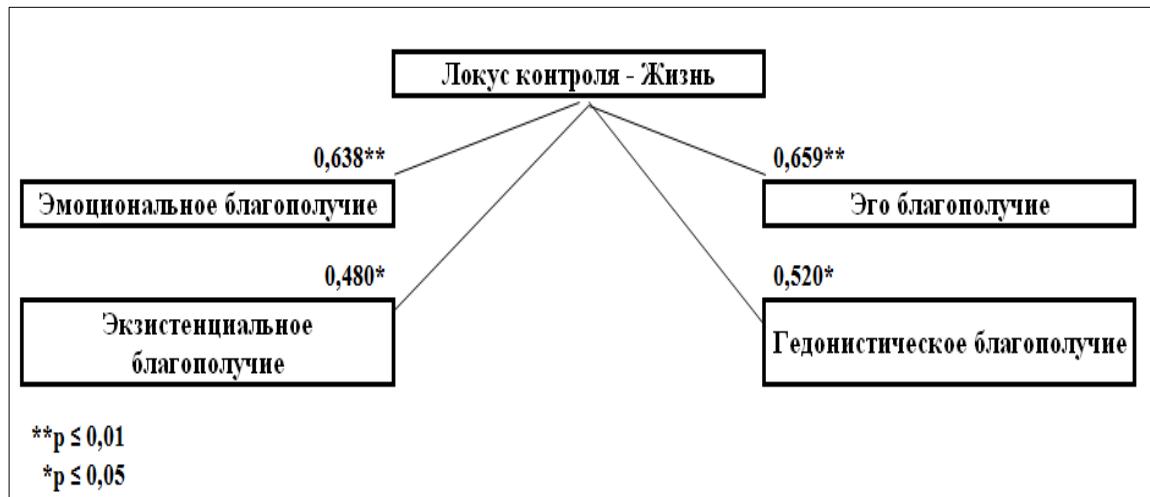


**Рисунок 22. Корреляционные связи шкалы «процесс» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у второй группы (ЮФО)**

Эмоциональную насыщенность своего бытия респонденты данной группы связывают с удовлетворением всех базовых потребностей, ощущением радости и наполненности своей жизни, чувством общей экзистенциальной исполненности.

Настоящее у респондентов данной группы связано с ценностью «общение», что говорит о значимости данной ценности для ощущения наполненности своей жизни смыслом.

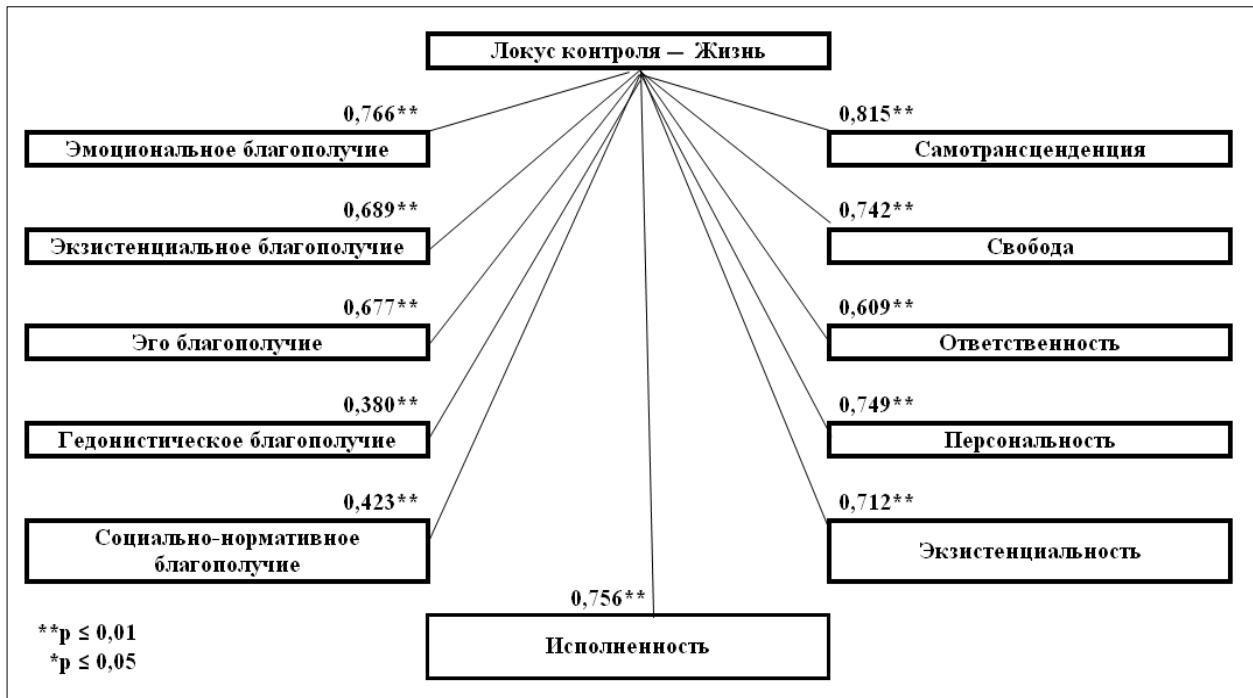
Выявлены прямые умеренные связи между шкалой «Локус контроля – Жизнь» и шкалами субъективного благополучия – «эмоциональное благополучие» (0,638\*\*), «экзистенциально-деятельностное благополучие» (0,480\*), «Эгоблагополучие» (0,659\*\*), «гедонистическое благополучие» (0,520\*) [Рисунок 23].



**Рисунок 23. Корреляционные связи шкалы «Локус контроля -Жизнь» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у первой группы (новых территорий РФ)**

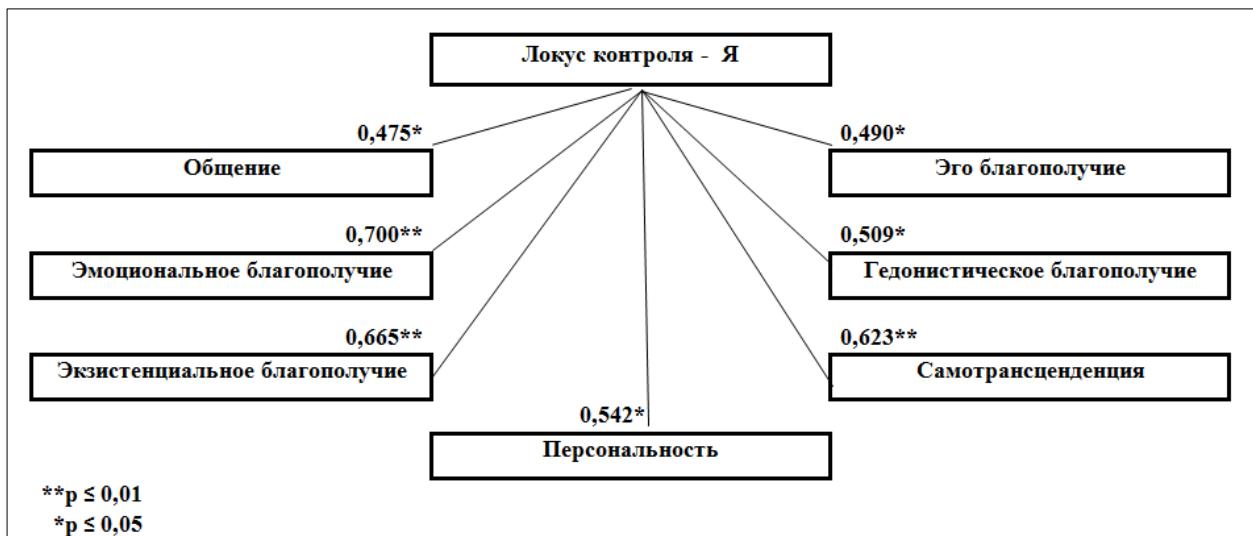
Управляемость жизни у респондентов из первой группы связана с показателями субъективного благополучия. От того насколько респонденты управляют своей жизни, настолько они испытывают радость и удовольствие от жизни, довольны собой и удовлетворены результатами своей жизни.

Шкала «Локус контроля-Жизнь» у второй группы респондентов имеет сильные прямые связи со всеми шкалами субъективного благополучия и шкалами экзистенции, кроме самодистанцирование [Рисунок 24].



**Рисунок 24. Корреляционные связи между шкалой «Локус контроля-Жизнь», показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у второй группы (ЮФО)**

Изучение взаимосвязей между шкалой «Локус контроля-Я» и другими изучаемыми показателями показало, что в отличие от способности управлять своей жизнью, способность контролировать себя и свое развитие имеет больше корреляционных связей [Рисунок 25].

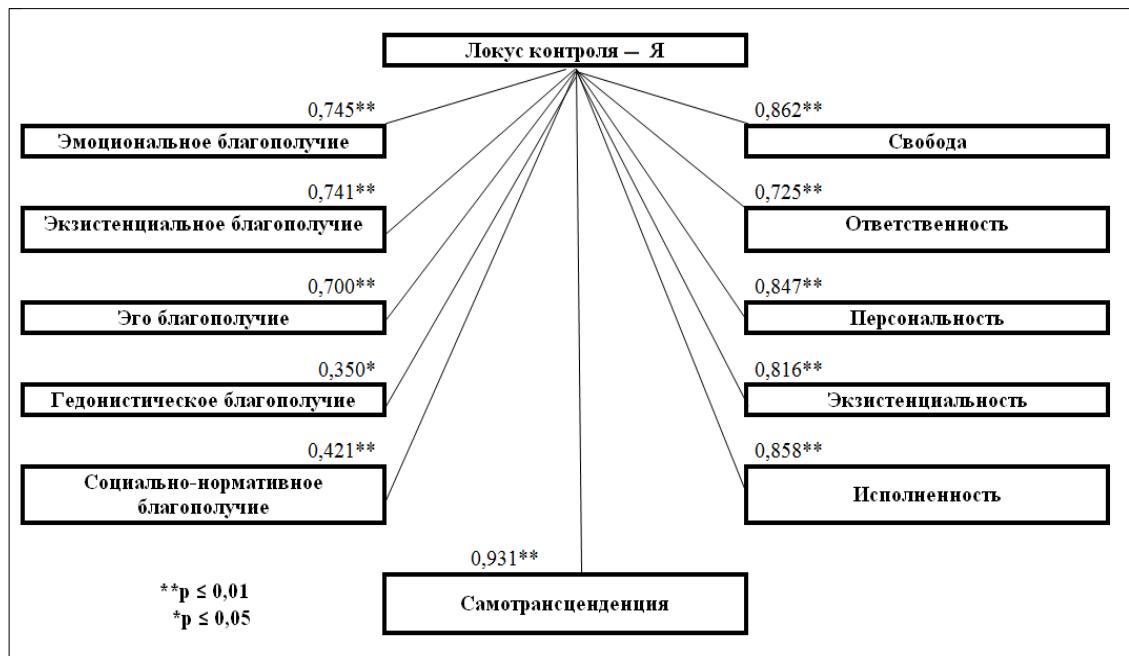


**Рисунок 25. Корреляционные связи шкалы «Локус контроля -Я» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у первой группы (новые территории РФ)**

Выявлены прямые умеренные и сильные связи между представлением о себе как сильной личности способной контролировать себя и показателями субъективного благополучия – «эмоциональное благополучие» (0,475\*), «экзистенциально-деятельностное благополучие» (0,665\*\*), «Эго-благополучие» (0,490\*), «гедонистическое благополучие» (0,509\*), шкалами экзистенции – «самотрансценденция» (0,623\*\*), и «персональность» (0,542\*). Позитивное представление о себе также имеет прямую умеренную связь с ценностью «общение» (0,475\*).

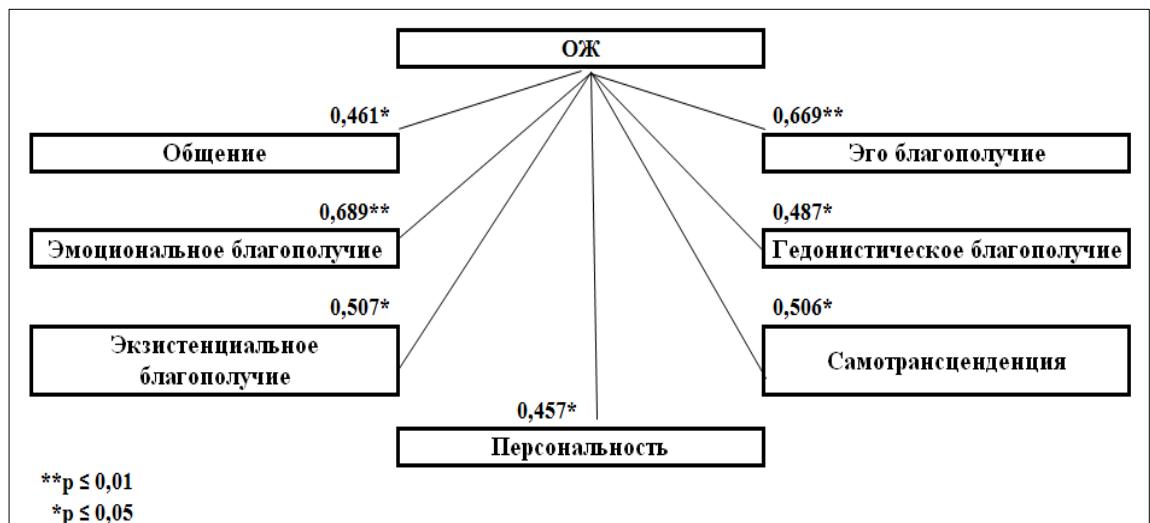
Можно подытожить, что чем увереннее чувствует себя личность, тем более благополучной она себя ощущает и способна откликаться на вызовы жизни.

У второй группы респондентов (ЮФО) корреляционная матрица связей между шкалой «Локус контроля-Я» и другими изучаемыми показателями аналогична результатам корреляционных связей шкалы «Локус контроля-Жизнь» [Рисунок 26].



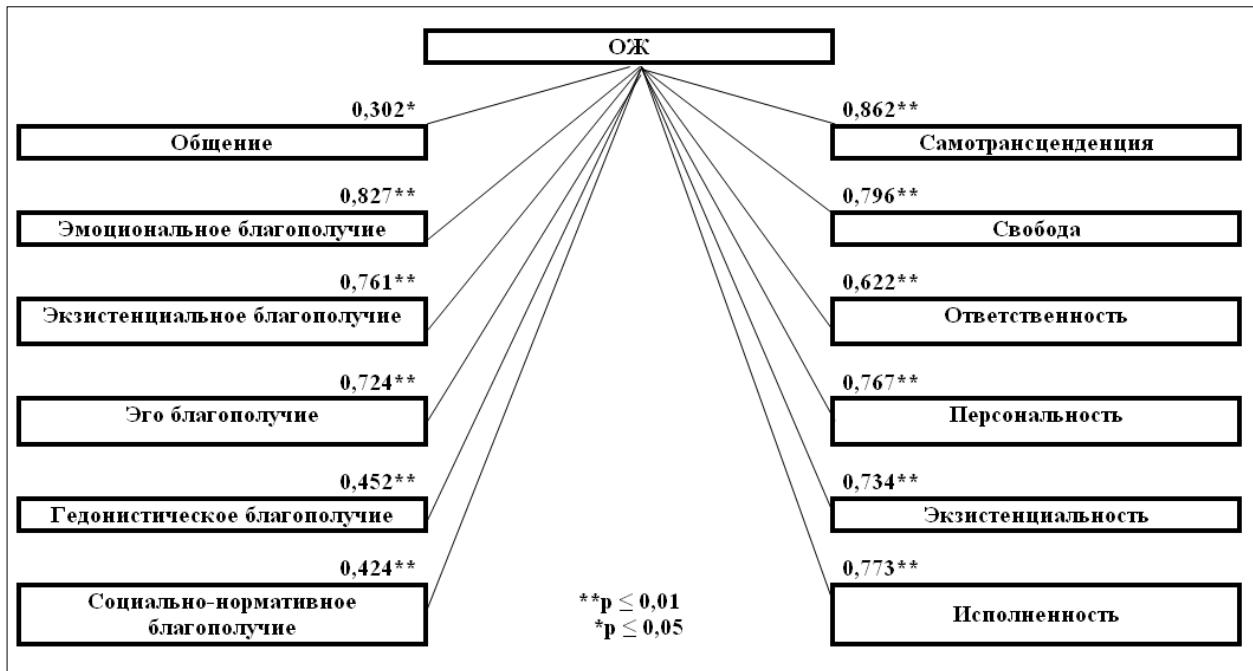
**Рисунок 26. Корреляционные связи шкалы «Локус контроля -Я» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у второй группы (ЮФО)**

Анализ корреляционных связей между шкалой «Осмысленность жизни» и другими изучаемыми показателями у первой группы (новые территории РФ) показал, что осмысленность жизни определяет субъективное благополучие личности, способность к самотрансценденции, открытости миру и ценностью «общение» [Рисунок 27].



**Рисунок 27. Корреляционные связи шкалы «осмысленность жизни» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у первой группы (новые территории РФ)**

Анализ корреляционных связей у второй группы студентов (ЮФО) показал, что общая шкала «Осмысленность жизни» имеет позитивные умеренные и сильные связи со шкалами субъективного благополучия и шкалами экзистенции. Тесные связи установлены между уровнем осмысленности жизни и «эмоциональным благополучием» (0,827\*\*), «экзистенциально-деятельностным благополучием» (0,761\*\*) и «Эго-благополучием» (0,724\*\*). Согласно полученным результатам, чем выше уровень осмысленности жизни, тем более счастливым и воодушевленным, и внутренне согласованным чувствует себя человек [Рисунок 28].



**Рисунок 28. Корреляционные связи шкалы «осмысленность жизни» с показателями субъективного благополучия и шкалами экзистенции у второй группы (ЮФО)**

Также выявлены сильные связи со шкалами экзистенции – «самотрансценденция» (0,862\*\*), «свобода» (0,796\*\*), «персональность» (0,767\*\*), «экзистенциальность» (0,734\*\*) и «исполненность» (0,773\*\*).

Таким образом, у данной выборки респондентов (ЮФО) выявлено, что уровень осмысленности жизни способствует развитию трех базовых антропологических способностей – способности чувствовать (самотрансценденция (ST)), способности выбирать (свобода (F)) и способности делать (ответственность (V)), однако у них не выявлены связи со шкалой «самодистанцирование», что может говорить о том, что респонденты недостаточно полно воспринимают поле возможностей, у них недостаточно реалистичности и трезвости, чтобы делать адекватные задачам жизненные выборы.

В группе респондентов мужского пола установлено, что «негативное прошлое» имеет прямые сильные и умеренные корреляционные связи компонентами личностной агрессивности и метакогнитивными убеждениями [Таблица 11].

Таблица 11

**Корреляционные связи между шкалой «негативное прошлое», метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности у группы респондентов мужского пола**

Шкалы	Негативное прошлое (Rs)	p-level
настоящее фаталистическое	0,723**	0,01
вспыльчивость	0,499*	0,05
неуступчивость	0,664**	0,01
мстительность	0,514*	0,05
подозрительность	0,686**	0,01
позитивная агрессивность	0,534*	0,05
негативные убеждения	0,854**	0,01
контроль мыслей	0,520*	0,95

Негативный, пессимистичный взгляд на свое прошлое имеет прямую связь с компонентами личностной агрессивности – вспыльчивостью ( $r=0,499$ , при  $\leq 0,05$ ), неуступчивостью ( $r=0,664$ , при  $\leq 0,01$ ), мстительностью ( $r=0,514$ , при  $\leq 0,05$ ), подозрительностью ( $r=0,686$  при  $\leq 0,01$ ) и позитивной агрессивностью ( $r=0,534$ , при  $\leq 0,05$ ). Можно констатировать, что негативный прошлый опыт у респондентов мужского пола провоцирует как позитивную, так и негативную агрессивность и конфликтность.

Сильная прямая связь установлена между негативным прошлым и негативными убеждениями ( $r=0,854$  при  $\leq 0,01$ ), что говорит о том, что переживание травматичных событий в прошлом провоцирует постоянное переживание беспокойства и ожидание негатива в будущем. Сильная прямая связь негативного прошлого с настоящим фаталистическим подчеркивает влияние негативного прошлого на восприятие будущего как безнадежного и неизбежного.

Анализ корреляционных связей в выборке респондентов женского пола между «негативным прошлым» и другими изучаемыми показателями показал несколько иную картину по сравнению с группой мужчин. В данной группе установлена обратная связь между негативным прошлым и будущим ( $r=-0,417$  при  $\leq 0,05$ ). Если респонденты имеют ориентацию на будущее, они менее всего обращаются к негативному опыту прошлого.

Негативный опыт прошлого, его травматизм имеют прямые умеренные связи с фатализмом настоящего, ожиданием от жизни неизбежного и пессимистичного.

Прямая связь негативного прошлого с настоящим гедонистическим ( $r=0,593$  при  $\leq 0,01$ ) может говорить об ориентации респондентов на удовольствие в настоящем, низкой способности предвидеть и взвешивать будущие последствия, слабым контролем и импульсивностью.

Установлены прямые связи между негативным прошлым и такими личностными качествами, как – вспыльчивость ( $r=0,499$  при  $\leq 0,05$ ), обидчивость ( $r=0,574$  при  $\leq 0,01$ ), наступательность ( $r=0,488$  при  $\leq 0,05$ ) (позитивная агрессивность), подозрительность ( $r=0,451$  при  $\leq 0,05$ ) и конфликтность ( $r=0,582$  при  $\leq 0,01$ ).

Таким образом, негативное прошлое у респондентов женского пола обуславливает позитивную агрессивность (стеническая реакция) и повышенную конфликтность [Таблица 12].

Таблица 12

**Корреляционные связи между шкалой «негативное прошлое», метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности у группы респондентов женского пола**

Шкалы	Негативное прошлое (Rs)	p-level
настоящее гедонистическое	0,593**	0,01
будущее	-0,417*	0,05
настоящее фаталистическое	0,496**	0,01
вспыльчивость	0,499*	0,05
наступательность	0,488*	0,05
обидчивость	0,574**	0,01
подозрительность	0,451*	0,05
конфликтность	0,582**	0,01
когнитивная несостоятельность	0,628**	0,01
контроль мыслей	0,411*	0,05
позитивные убеждения	0,396*	0,05

Выявлены сильные и умеренные связи между негативным прошлым и метакогнитивными убеждениями – когнитивной несостоятельностью ( $r=0,628$  при

$\leq 0,01$ ), позитивными убеждениями ( $r=0,411$  при  $\leq 0,05$ ) и контролем за своими мыслями ( $r=0,396$  при  $\leq 0,05$ ).

С одной стороны негативный прошлый опыт способствует убеждению в несостоятельности контролировать свои познавательные процессы – внимание и память, с другой стороны респонденты считают, что частое обращение к своему беспокойству позволит личности осуществлять управление ситуацией, а контроль за своими мыслями позволит в будущем избежать негатива.

Проведенный анализ корреляционных связей негативного прошлого с показателями личностной агрессивности и метакогнитивными убеждениями у двух групп респондентов показал различие в корреляционных матрицах. Женщины, по сравнению с мужчинами при наличии негативного прошлого опыта чаще демонстрируют обиду, повышенную конфликтность и когнитивную несостоятельность, а мужчины мстительность и негативные убеждения.

Изучение взаимосвязи между шкалой «настоящее фаталистическое» и другими показателями, показало, что в группе респондентов мужского пола выявлены сильные прямые связи со шкалами – «негативное прошлое» ( $r=0,723$  при  $\leq 0,01$ ), «подозрительность» ( $r=0,748$  при  $\leq 0,01$ ), «мстительность» ( $r=0,541$  при  $\leq 0,05$ ), «негативные убеждения» ( $r=0,744$  при  $\leq 0,01$ ) [Таблица 13].

Таблица 13

**Корреляционные связи между шкалой «настоящее фаталистическое», метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности у группы респондентов мужского пола**

Шкалы	Настоящее фаталистическое (Rs)	p-level
негативное прошлое	0,723**	0,01
мстительность	0,541*	0,05
подозрительность	0,748**	0,01
негативные убеждения	0,744**	0,01

Жизненный фатализм, вера в судьбу и личностная беспомощность, во многом определяются негативным прошлым опытом, сопровождаются ожиданием негативных событий в будущем, высоким уровнем подозрительности и мстительности. Полученные результаты могут говорить о том, что у респондентов

мужского пола с выраженным фатализмом наблюдается повышенная негативная агрессивность и конфликтность.

Настоящее фаталистическое у женщин, также, как и в группе мужчин имеет прямые связи с негативным прошлым ( $r=0,417$  при  $\leq 0,05$ ) и подозрительностью ( $r=0,461$  при  $\leq 0,05$ ) и обратные связи с будущим ( $r=-0,425$  при  $\leq 0,05$ ) и нетерпением к мнению других ( $r=-0,399$  при  $\leq 0,05$ ) [Таблица 14].

**Таблица 14**

**Корреляционные связи между шкалой «настоящее фаталистическое»,  
метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности  
у группы респондентов женского пола**

Шкалы	Настоящее фаталистическое (Rs)	p-level
негативное прошлое	0,417*	0,05
будущее	-0,425*	0,05
нетерпение к мнению других	-0,399*	0,05
подозрительность	0,461*	0,05

Таким образом, женщины, имеющие четкую ориентацию на будущее, ориентированные на достижение поставленных целей, считающиеся с мнением других видят в себе причину своей жизни и успехов, считают себя ответственными за те выборы, которые они делают. В обратных случаях женщины считают себя жертвами жизненных обстоятельств, не способных повлиять на свою судьбу.

Анализ взаимосвязей между гедонистическим настоящим и изучаемыми диагностическими показателями в выборке респондентов мужского пола позволил выявить обратную корреляционную связь со шкалой «обидчивость» ( $r=-0,502$  при  $\leq 0,05$ ). Чем ниже обидчивость, тем больше удовольствия могут получать от жизни респонденты мужского пола.

У респондентов женского пола наблюдается большее количество корреляционных связей [Таблица 15].

Таблица 15

**Корреляционные связи между шкалой «настоящее гедонистическое»,  
метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности  
у группы респондентов женского пола**

Шкалы	Настоящее гедонистическое (Rs)	p-level
вспыльчивость	0,519**	0,01
обидчивость	0,554**	0,01
конфликтность	0,490*	0,05
позитивные убеждения	0,415*	0,05

Прямые умеренные корреляционные связи установлены между настоящим гедонистическим и вспыльчивостью ( $r=0,519$  при  $\leq 0,01$ ), обидчивостью ( $r=0,554$  при  $\leq 0,01$ ) и конфликтностью ( $r=0,490$  при  $\leq 0,05$ ).

Настоящее гедонистическое отражает ориентацию на удовольствие в настоящем и неспособность принести что-то в жертву в настоящем, чтобы получить вознаграждение в будущем. Высокие баллы по этой шкале коррелируют с обидчивостью, которая часто отражает глубоко подавленный гнев, направленный на себя. Связь настоящего гедонистического со вспыльчивостью и конфликтностью говорит о том, что респонденты испытывают сложности в предвидении будущих событий, отличаются непоследовательностью, импульсивностью поведения.

Выявлена умеренная прямая связь настоящего гедонистического с позитивными убеждениями, отражающими веру в то, что более частое беспокойство поможет избежать проблем и справиться с трудностями.

Таким образом, у респондентов женского пола более представлена ориентация на гедонистическое настоящее, по сравнению с мужской выборкой.

Анализ корреляционных связей ориентации на будущее с другими изучаемыми психологическими характеристиками показал, что в мужской выборке наблюдаются обратные умеренные связи со шкалами – «неуступчивость» ( $r=-0,579$  при  $\leq 0,05$ ), «позитивная агрессия» ( $r=-0,548$  при  $\leq 0,05$ ), «конфликтность» ( $r=-0,538$  при  $\leq 0,05$ ), «когнитивная несостоятельность» ( $r=-0,512$  при  $\leq 0,05$ ).

Согласно полученным результатам, чем выше ориентация на будущее у респондентов-мужчин, тем меньше они проявляют неуступчивость, конфликтность и позитивную агрессивность, для них не свойственна когнитивная несостоятельность [Таблица 16].

**Таблица 16**

**Корреляционные связи между шкалой «будущее», метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности у группы респондентов мужского пола**

Шкалы	будущее (Rs)	p-level
неуступчивость	-0,579*	0,05
позитивная агрессия	-0,548*	0,05
конфликтность	-0,538*	0,05
когнитивная несостоятельность	-0,512*	0,05

Таким образом, у респондентов мужского пола при выраженной ориентации на будущее, планировании новых целей уменьшается позитивная агрессивность. Достижение любой цели требует стеничности, высокой жизненной активности и работоспособности, однако обратная связь с позитивной агрессивностью, настойчивостью отражает некоторое противоречие и в большей степени созерцание будущих планов, нежели активные действия, направленные на достижение результатов.

В группе респондентов женского пола наблюдается иная картина. Выявлены обратные умеренные связи между ориентацией на будущее и временными ориентациями – негативное прошлое ( $r=-0,417$  при  $\leq 0,05$ ) и настоящее фаталистическое ( $r=-0,425$  при  $\leq 0,01$ ), а также прямая связь с компромиссностью ( $r=0,422$  при  $\leq 0,05$ ) [Таблица 17].

**Таблица 17**

**Корреляционные связи между шкалой «будущее», метакогнитивными убеждениями и компонентами личностной агрессивности у группы респондентов женского пола**

Шкалы	Будущее (Rs)	p-level
негативное прошлое	-0,417*	0,05
настоящее фаталистическое	-0,425*	0,01
компромиссность	0,422*	0,05

Чем менее травматичность прошлого, чем менее фатально воспринимают респонденты свою жизнь, чем больше они считают себя ответственными за свою жизнь, тем больше они направлены на достижение поставленных целей и перспектив. Прямая связь будущего с компромиссностью может говорить о том, что поиск компромиссов в проблемных и конфликтных ситуациях позволяет женщинам добиваться поставленных целей и задач.

Таким образом, ориентация на будущее и новые перспективы характерна для женщин с низким уровнем негативного прошлого и настоящего фаталистического и способных к компромиссам в конфликтных ситуациях.

На основании проведенного эмпирического исследования были сделаны следующие выводы:

- выявлено, что у обеих групп респондентов, проживающих в условиях СВО, наблюдается сбалансированная временная перспектива;
- выявлено, что средние значения выраженности временных перспектив у респондентов мужского и женского пола, проживающих в условиях СВО, не имеют статистически значимых различий;
- выявлено, что процентное соотношение по шкале «негативное прошлое» в группе респондентов мужского пола выше, чем у респондентов женского пола, более трети мужчин (35%) и менее четверти женщин (23%), проживающих в условиях СВО, имеют высокий уровень выраженности негативного прошлого;
- высокие значения респонденты обеих групп продемонстрировали по шкале «позитивное прошлое», что говорит о наличии у них определенного жизненного ресурса, необходимого для преодоления стрессов;
- установлено, что обе группы респондентов, проживающих в условиях СВО, продемонстрировали уровень выше среднего относительно гедонистического настоящего, ориентация на получение удовольствия свойственна обеим группам респондентов;

– обе группы респондентов, проживающие в условиях СВО, продемонстрировали высокую ориентацию на будущее, которая характеризуется наличием конкретных целей и направленностью на достижение планируемых задач.

## Выводы по Главе 2

На основании проведенного эмпирического исследования были сделаны следующие выводы:

- установлено, что для всех респондентов, принимающих участие в диагностическом исследовании, важными ценностями являются:

- альтруизм как готовность жертвовать собой ради других;
- гедонизм (стремление к комфорту, ценность беспечной жизни без наличия кризисов и угроз);
- потребность в любви и уважении других;
- здоровье (как отдельно значимая позиция).

- установлено, что ценностная структура респондентов ЮФО представлена следующей иерархией: альтруистические ценности (помощь и милосердие к другим людям), социальные ценности (признание и уважение людей и влияние на окружающих) и гедонистические ценности (приятное времяпрепровождение и отдых);

- установлено, что уровень выраженности смысложизненных ориентаций в обеих группах респондентов находится в пределах средних значений, но все показатели у группы респондентов из зон локального военного конфликта имеют более низкую степень выраженности по средним значениям, статистически значимых различий не выявлено;

- установлено, что выраженность показателей благополучия у обеих групп респондентов находится в пределах средних значений, однако у обследуемых из ЮФО выраженность всех показателей имеет более высокие значения, чем у обследуемых из новых территорий РФ;

- установлено, что шкалы экзистенции у группы респондентов из ЮФО имеют большую степень выраженности, по сравнению с результатами группы из новых территорий РФ, респонденты, проживающие в зоне военного конфликта, показали меньшую уверенность в себе, недостаточную способность доводить до воплощения в жизнь собственных замыслов и проектов;

- установлено, что трансформация смысложизненных ориентаций, обследуемых из зоны военного конфликта, проявляется в снижении уровня осмысленности жизни, ценностного основания и экзистенциальной исполненности жизни, в скучности эмоционального реагирования на события, что выступает доказательством выдвинутых гипотез;

- установлено, что локальный военный конфликт является значимым фактором влияния на устойчивость жизненных перспектив, рефлексию жизненного благополучия, прагматичное целеполагание, личностно-эмоциональную стабильность переживающего субъекта.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ проблемы трансформации смысложизненных ориентаций личности в условиях военного конфликта позволяет сделать ряд общих выводов:

- ситуация военного конфликта может рассматриваться как экстремальная, которая связана с усилением общей неопределенности психологической, социальной и экономической нестабильности, что провоцирует изменения ценностей и трансформацию смысложизненных ориентаций;
- активизация позитивных характеристик личности и оптимальное использование внутреннего субъектного потенциала способствует снижению негативного воздействия экстремальной ситуации в большей мере определяется;
- инициация смыслообразования респондентов помогает им преодолеть возникшие адаптационные барьеры, активизирует поиск преодоления кризисной ситуации, расширяет границы личностных перспектив и смысложизненных ориентаций, моделирование новых возможностей в преодолении трудностей;
- эмоциональный дискомфорт, возникающий вследствие пребывания в зоне военного конфликта, провоцирует неудовлетворенность собой как субъектом актуальной жизненной ситуации, отсутствие четкого понимания планов на будущее и представлений о перспективах, что порождает изменения в системе смысложизненных ориентаций;
- продолжительное время находясь в зоне военного конфликта субъект начинает испытывать определенные трудности в осуществлении смыслового самоконтроля социального поведения, сомнения в достижимости желаемых целей, проявляет недоверие к ценностям и смыслам, которые были в приоритете в прошлом, а также ригидность эмоций и установок;
- лица, находящиеся длительное время в условиях вооруженного конфликта вынуждены переживать негативные эмоциональные состояния и могут демонстрировать трансформации различных компонентов смысловой сферы;

- сформированная индивидуальная система смысложизненных ориентаций обеспечивает устойчивое социальное поведения в разных обстоятельствах, определенную направленность личности, характер ее потребностей и интересов, последовательность принимаемых решений в трудной ситуации;
- процессе развития способности субъекта к преодолению и выходу из травматичной ситуации происходит становление ряда психологических новообразований, участвующих в детерминации выбора содержания и траектории активности, определенной модели поведения, таких как: личностные смыслы, ценности, смысложизненные ориентации, ответственность, субъективные представления.

Результаты исследования позволяют сделать следующее заключение:

- ценностная структура у респондентов из новых территорий РФ и ЮФО различается, а именно, обследуемые в новых территориях РФ большее значение отводят ценностям гедонизма (приятное времяпрепровождение), альтруизма (помощь и милосердие к другим людям) и ценностям безопасности (высокое материальное благополучие);
- ценностная структура респондентов из ЮФО представлена следующей иерархией: альтруистические ценности (помощь и милосердие к другим людям), социальные ценности (признание и уважение людей и влияние на окружающих) и гедонистические ценности (приятное времяпрепровождение и отдых);
- уровень выраженности смысложизненных ориентаций в обеих группах респондентов находится в пределах средних значений, но все показатели у группы респондентов из новых территорий РФ имеют более низкую степень выраженности по средним значениям, статистически значимых различий не выявлено;
- выраженность показателей благополучия у обеих групп респондентов находится в пределах средних значений, однако у жителей ЮФО выраженность всех показателей имеет более высокие значения, чем у респондентов из новых территорий РФ;

- показатели экзистенции у группы обследуемых из ЮФО имеют большую степень выраженности, по сравнению с результатами группы из новых территорий РФ, респонденты, проживающие в зоне военного конфликта, показали меньшую уверенность в себе, недостаточную способность доводить до воплощения в жизнь собственных замыслов и проектов;

- трансформация смысложизненных ориентаций респондентов из зоны военного конфликта проявляется в снижении уровня осмыслинности жизни, ценностного основания и экзистенциальной исполненности жизни, в скудности эмоционального реагирования на события, что доказывает вторую гипотезу;

- проживание в зоне военного конфликта в большей степени снижает процессуальность жизни, наполненность жизни в настоящем и переживание субъективного благополучия респондентов.

Теоретический анализ проблемы трансформации временной перспективы как компонента смысложизненой ориентации личности в условиях военного конфликта позволяет сделать следующие общие выводы:

- наличие гармоничной временной перспективы субъекта рассматривается как фактор, обеспечивающий психологическое благополучие и ощущение стабильности, поддержания целостности восприятия процесса жизни, в том числе в сложных жизненных ситуациях;

- временная перспектива как интегральная характеристика обеспечивает восприятие комплексности и целостности опыта, одновременно повышает внутренний ресурс стрессоустойчивости субъекта;

- длительное воздействие стресса, травмы, экстремальной ситуации приводит к нарушению целостности временной перспективы, провоцирует дисбаланс в ее структуре, ригидность восприятия и отношения к времени, порождает ощущение дезориентации во времени;

- существует совокупность факторов, детерминирующих специфику деструктивных трансформаций временной перспективы личности в условиях

стресса: степень травмы, стрессогенность условий, длительность воздействия стрессоров, уровень временной организации жизнедеятельности;

- важное значение в реконструкции временной перспективы личности играет психотерапия, целью которой является восстановление и гармонизация темпоральной структуры личности, сбалансированность временных зон жизненного пути;

- важно достижение на уровне субъекта целостности взаимосвязи событий жизни, поддержка и стимулирование конструктивной активности в настоящем и формирование позитивного образа будущего.

- как у респондентов мужчин, так и у женщин, проживающих в условиях СВО, наблюдается сбалансированная временная перспектива;

- на уровне средних значений выраженности временных перспектив у респондентов мужского и женского пола не показывают статистически значимых различий;

- в отношении показателей по шкале «негативное прошлое» в группе респондентов мужского пола они выше, чем у респондентов женского пола, при этом, более трети мужчин и только менее четверти женщин имеют высокий уровень выраженности негативного прошлого;

- достаточно высокие значения, как мужчины, так и женщины продемонстрировали по шкале «позитивное прошлое», что говорит о наличии у них определенного психологического ресурса, необходимого для преодоления стрессов;

- респонденты обоего пола продемонстрировали уровень выше среднего относительно гедонистического настоящего и ориентация на получение удовольствия свойственна женщинам и мужчинам;

- обе группы респондентов показали высокую ориентацию на будущее, которая характеризуются наличием конкретных целей и направленностью на достижение планируемых задач;

Таким образом, выдвинутые гипотезы нашли свое подтверждение на уровне подученных эмпирических результатов.

Сегодня важна научная разработка и компетентное внедрение в практику комплексной программы психологической помощи, адресованной лицам, находящимся в зоне военного конфликта, столкнувшимся с тяжелыми травмирующими жизненными обстоятельствами, порождаемые чрезвычайными ситуациями с высоким индексом опасности.

**Практические рекомендации.** Материалы данного исследования могут быть использованы в качестве руководства по выработке психотехнических воздействий с целью нормализации психоэмоциональных состояний лиц, проживающих в зоне локального военного конфликта. Полученные результаты могут лечь в основу разработки методических рекомендаций по организации психологической помощи людям, находящимся длительное время в зоне военного конфликта. Материалы данного исследования используются при чтении курсов «Экстремальная психология» и «Психология личности». Подготовлен методический пакет материалов в помощь психологам и педагогам к курсам «Разговоры о важном», кураторским часам «Психолого-социальное сопровождение студентов, участников СВО». Опубликованы методические рекомендации в помощь психологам, работающим на новых территориях РФ.

**Перспективы дальнейшего изучения проблемы исследования.** Современная ситуация в России актуализирует вопрос о психическом и эмоциональном состоянии человека, проживающего в зоне протекания боевых действий, что не может не сказываться негативно на его психическом состоянии. В настоящее время крайне необходимо найти способ, который поможет людям повысить уровень своего психического здоровья, жизнестойкости и научить их конструктивно переносить тяжести военного конфликта. Сегодня делается акцент на важности психологической готовности человека к конструктивному поведению в экстремальной ситуации как значимому фактору адаптации к новым условиям жизни в контексте рисков. Субъект, вынужденный находиться в зоне военного конфликта, неминуемо сталкивается с проблемами переживания страха как эмоци-

нального состояния и попыткой осмыслить эти переживания. Одной из актуальных проблем для человека, оказавшегося в ситуации потенциальной угрозы жизни, является страх смерти. Исследователи, при этом подчеркивают, что наряду с негативным влиянием этого типа страха на жизнь субъекта, его переживание может приводить к более глубокому постижению смысла человеческого существования. Данные, полученные в настоящем исследовании, как раз и характеризуют те основные экзистенциальные проблемы, которые актуализируются в различных возрастных группах в связи с реальной угрозой жизни в ситуации военного конфликта. Предложенная программа применения психологических методов по инициации смысловых интенций личности для стабилизации эмоционально-психологического статуса может быть расширена и дополнена пролонгированными модулями, направленными на конкретные возрастные (например, подростки) и профессиональные (например, военные, участники СВО) группы.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абакумова, И. В. Психолингвистические детерминанты отношения юношой и девушек к временной перспективе / И. В. Абакумова, Е. М. Азарко, Н. Е. Комерова // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. – 2023. – Т. 6, № 1. – С. 13-23.
2. Абакумова, И. В. Отношение к неопределенности и смысложизненные ориентации студентов с разной временной перспективой / И. В. Абакумова, М. В. Годунов, Н. Е. Комерова // Известия Чеченского государственного педагогического университета Серия 2. Психологические и философские науки. – 2024. – № 1 (1). – С. 7-14.
3. Абакумова, И. В. Специфика индивидуально-психологических реакций личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта / И. В. Абакумова, Е. Н. Рядинская // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2017. – № 7 (256). – Вып. 33. – С. 177-181.
4. Абакумова, И. В. Организация психологического сопровождения детей беженцев и вынужденных переселенцев из регионов локальных военных конфликтов: учебное пособие / И. В. Абакумова, А. В. Гришина, П. Н. Ермаков – Москва: КРЕДО, 2015. – С. 44
5. Абакумова, И. В. Влияние средств массовой коммуникации на ценностно-смысловые установки различных групп населения / И. В. Абакумова, Л. Ю. Крутелева / Сборник материалов по проблемам организации и оказания психологической помощи на различных этапах чрезвычайных ситуаций, в том числе радиационного характера (Москва, 19 мая 2016 г.) / Под общей редакцией Ю. С. Шойгу. – Москва, 2016. – С. 4-17.
6. Аванесян, М. О. Воплощенное Я во временной перспективе личности / М. О. Аванесян // Петербургский психологический журнал. – 2022. – № 41. – С. 48-61.

7. Аванесян, М. О. Потенциал самоизменений и временная перспектива личности / М. О. Аванесян, М. В. Макарова // Вестник Вятского государственного университета. – 2023. – № 3 (149). – С. 136-146.
8. Авдентова, В. Б. Временная перспектива в психологии счастья / В. Б. Авдентова // Восточно-Европейский научный журнал. – 2023. – № 2-1 (87). – С. 7-11.
9. Авдентова, В. Б. Изменение временной перспективы у взрослого человека в стрессовых ситуациях [Электронный ресурс] / В. Б. Авдентова / Universum: психология и образование, 2022. – 1 (103) электрон. научн. журн. – URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/14838> (дата обращения: 06.03.2025).
10. Алексеева, Е. М. Влияние личностных смыслов и смысловых установок на психические состояния: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Алексеева Екатерина Михайловна; Казанский государственный университет. – Казань, 2007. – 202 с.
11. Аль-Шаер, Е. С. Теоретический анализ понятия «Временная перспектива» в отечественной и зарубежной психологии / Е. С. Аль-Шаер // Интернаука. – 2024. – № 8-2 (325). – С. 17-21.
12. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания. Избранные труды / Б. Г. Ананьев; Рос. акад. образования, Моск. психолого-социальный ин-т под ред. А. А. Бодалева. – 3-е изд., стер. – Москва Воронеж: Изд-во Московского психолого-социального института МОДЭК, 2008. – 431 с.
13. Ананьева, Е. С. Военный конфликт как фактор формирования индивидуальной и групповой идентичности / Е. С. Ананьева // Трансформация современной войны: материалы II Всероссийской научной конференции (Омск, 2022 г.). – Омск : Военная академия материально-технического обеспечения им. генерала армии А.В. Хрулева, 2022. – С. 27-30
14. Анисимова, Д. О. Временная перспектива юношей с разным уровнем жизнестойкости / Д. О. Анисимова // Мировая наука. – 2022. – № 11 (68). – С. 17-25.

15. Анциферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анциферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3 – 18.
16. Балина, Т. Н. Факторы формирования смысложизненных ориентаций / Т. Н. Балина, А. Н. Пудов // Вестник Таганрогского института управления и экономики. – 2023. – № 3 (39). – С. 60-64.
17. Баранов, А. А. Влияние переживания ситуации расторгнутого брака на временную перспективу личности / А. А. Баранов, Г. Л. Протопопова // Ярославский педагогический вестник. – 2023. – № 1 (130). – С. 116-125.
18. Барышева, Е. И. Особенности жизнестойкости молодых людей, переживших ситуацию военного конфликта / Е. И. Барышева // The Scientific Heritage. – 2019. – № 38-2 (38). – С. 57-60.
19. Богатов, В. В. Социально-психологические последствия жертв военных конфликтов / В. В. Богатов // Вестник Московского государственного областного университета. – 2015. – № 2. – С. 14.
20. Бойко, О. В. Индивидуально-психологические особенности переживания личностью ситуации военного конфликта / О. В. Бойко, Н. В. Новикова // Вестник Вятского государственного университета. – 2019. – № 4. – С. 94-105.
21. Бойко, О. В. Исследование индивидуально-психологических особенностей переживания личности в ситуации военного конфликта / О. В. Бойко, Н. В. Новикова // Научная сокровищница образования Донетчины. – 2019. – № 1. – С. 89-92.
22. Бойко, О. В. Результаты исследования индивидуально-психологических особенностей переживания личностью ситуации военного конфликта / О. В. Бойко, Н. В. Новикова // Научная сокровищница образования Донетчины. – 2021. – № 2. – С. 87-92.
23. Бондарев, М. А. Психическое напряжение и качество жизни студентов, проживающих в зоне военного конфликта / М. А. Бондарев, А. И. Бобровицкая //

Донецкие чтения 2020: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности: материалы V Международной научной конференции (Донецк, 17-18 ноября 2020 г.) / под редакцией С. В. Беспаловой. – Донецк, 2020. – С. 219-222.

24. Борисов, Р. Б. Взаимосвязь ценностей и смысложизненных ориентаций личности / Р. Б. Борисов // Психологические проблемы смысла жизни и акме: электронный сборник материалов XXIV Международного симпозиума. Посвящается 95-летию со дня рождения В.Э. Чудновского. – 2019. – С. 37-41.

25. Борисова, Н. Р. Факторы, определяющие необходимость социально-психологической адаптации лиц, прибывших с территории военных конфликтов / Н. Р. Борисова, Д. В. Ильязарова // Актуальные проблемы правового, экономического и социально-психологического знания: теория и практика: материалы VII Международной научно-практической конференции: [в 3-х томах] (Донецк, 2023 г.). – Донецк, 2023. – С. 60-65.

26. Братусь, Б. С. Аномалии развития личности: монография / Б. С. Братусь. – Москва: Мысль, 1988. – 301 с.

27. Братухина, Е. А. Особенности самоотношения, смысложизненных ориентаций и ценностей лиц с различным уровнем толерантности к неопределенности / Е. А. Братухина, А. Г. Братухин, Н. Ю. Ражина // International Journal of Medicine and Psychology. – 2023. – Т. 6, № 4. – С. 178-184.

28. Букреева, Д. Б. Смысложизненные ориентации поколений X, Y, Z / Д. Б. Букреева // Интернаука. – 2023. – № 4-3 (274). – С. 53-55.

29. Васильева, О. С., Взаимосвязь уровня переживания одиночества со смысложизненными ориентациями, качеством жизни, самоотношением / О. С. Васильева, С. Н. Соколюк // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2019. – № 17/1. – С. 13-19.

30. Виноградова, Е. Е. Временная перспектива как отражение личностного потенциала / Е. Е. Виноградова / Человеческий потенциал: личность, деятельность, образование: материалы международной научно-практической конференции (Екатеринбург, 2023 г.). – Екатеринбург, 2023. – С. 144-156.

31. Гайсина, А. Д. Взаимосвязь уровня счастья и смысложизненные ориентации у студентов / А. Д. Гайсина // Студенческий вестник. – 2023. – № 22-2 (261). – С. 48-51.
32. Гаращук, С. С. К вопросу о смысложизненных ориентациях при проживании кризиса середины жизни / С. С. Гаращук, Н. А. Павлова // Universum: психология и образование. – 2024. – № 1 (115). – С. 30-32.
33. Глазкина, М. Н. Социально-психологические факторы самореализации современной молодежи / М. Н. Глазкина, Л.В. Яновская / Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 80-летию В.Д. Потаповой (Донецк, 2022.). – Донецк, 2022. – С. 136-141.
34. Годунов М. В. Рефлексия как предиктор отношения к временной перспективе / М. В. Годунов, Н. Е. Комерова // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. – 2023. Т. 6, № 4. – С. 64-72.
35. Головаха, Е. И. Психологическое время личности. / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – Киев: Наукова думка, 1984. – 207 с.
36. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности / Е. И. Головаха / Психология личности в трудах отечественных психологов: хрестоматия / составитель Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург: Питер Принт, 2009. – С. 256-269.
37. Голоденко, О. Н. Особенности совладания с посттравматическим стрессом в сфере управления собственной жизнью у лиц молодого возраста / О. Н. Голоденко, Т. Н. Мангуш // Университетская клиника. – 2017. – № 3-2 (24). – С. 49-53.
38. Голояд, С. И. Особенности морально – психологической устойчивости населения Донбасса, проживающего в экстремальных условиях военного конфликта / С. И. Голояд, М. М. Викторова / Гражданская оборона на страже мира и безопасности: материалы VII Международной научно-практической конференции, посвященной Всемирному дню гражданской обороны. В Год 90-летия со дня

образования Академии ГПС МЧС России: в 5 частях (Москва, 01 марта 2023 г.). – Академия Государственной противопожарной службы Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (Москва), 2023. – С. 197-205.

39. Горькая, Ж. В. Смысложизненные ориентации представителей разных поколений / Ж. В. Горькая / Социальная психология: вопросы теории и практики: материалы VIII Международной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева (Москва, 2023 г.). – Москва, 2023. – С. 225-228.

40. Гребенюк, И. Ю. Поддержка социального и эмоционального благополучия студентов-беженцев / И. Ю. Гребенюк // Инновационная наука. – 2023. – № 2-2. – С. 94-98.

41. Гречкина И.Н., Ярошенко Г.В. Феноменология личности через призму ее временной перспективы и психологических границ / И. Н. Гречкина, Г. В. Ярошенко / Феноменология личности: ресурсность и многоаспектность: материалы Всероссийской научно-практической конференции (Чебоксары, 2022 г.). / под редакцией И. В. Ткаченко. – Чебоксары, 2022. – С. 75-78.

42. Гудименко, О. В. Особенности временной перспективы в юношеском возрасте / О. В. Гудименко, Т. В. Чарикова // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2023. – № 4. – С. 101-104.

43. Гудименко, О. В. Смысложизненные ориентации жизнедеятельности в период молодости / О. В. Гудименко // Обзор педагогических исследований. – 2023. – Т. 5 № 2. – С. 97-102.

44. Гуляихин, В. Н. Страх и его социальные функции / В. Н. Гуляихин, Н. А. Тельнова // Философия социальных коммуникаций. Научно-теоретический журнал. – 2010. – № 1 (10). – С. 49-56.

45. Денисов, Е. М. Оценка выраженности психопатологических симптомов у студентов, находящихся в зоне военного конфликта / Е. М. Денисов, В. А. Абрамов, Д. В. Плотников // Университетская клиника. – 2015. – Т. 11 № 2. – С. 84-86.

46. Деревянкина, Н. А. Психологическая диагностика эмоциональных реакций подростков и юношей из ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий / Н. А. Деревянкина, М. А. Юферова // Ярославский педагогический вестник. – 2023. – № 3 (132). – С. 137-147.
47. Довгялло, Ю. В. Структура копинг-стратегий подростков, проживающих в зоне военного конфликта / Ю. В. Довгялло, Э. Л. Крюков, Е. А. Горбачева, К. М. Вельма / Прорывные научные исследования: проблемы, закономерности, перспективы: сборник статей XV Международной научно-практической конференции (Пенза, 2020 г.). – Пенза, 2020. – С. 182-186.
48. Долгова, Ю. Н. Связь смысложизненных ориентаций с копингами в стрессовой ситуации / Ю. Н. Долгова, Э. В. Лихачева, А. С. Огнев / Актуальные проблемы общества, экономики и права в контексте глобальных вызовов: материалы XVIII Международной научно-практической конференции (Санкт-Петербург, 2023 г.). – Санкт-Петербург, 2023. – С. 54-61.
49. Дуркина, О. С. Временная перспектива в картине жизненного пути молодых людей с разным уровнем благополучия в период ранней взрослости / О. С. Дуркина // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2023. – Т. 4, № 7. – С. 27-36.
50. Евтушенко, Е. И. Особенности и закономерности распространенности расстройств психики и поведения у детей Донецкого региона в условиях локального военного конфликта / Е. И. Евтушенко, Д. О. Ластков, А. В. Дубовая // Архив клинической и экспериментальной медицины. – 2021. – Т. 30, № 1. – С. 37-42.
51. Ермолаева, А. В. Особенности межкультурной адаптации обучающихся общеобразовательных организаций, находящихся в трудной жизненной ситуации в период проведения специальной военной операции / А. В. Ермолаева / Социально-психологические проблемы просоциального поведения современного поколения детей и молодежи: материалы II всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Симферополь, 2023 г.). – Симферополь, 2023. – С. 449-456.

52. Ефремкина, И. Н. Особенности временной перспективы у лиц студенческого возраста с разным уровнем психологического благополучия в условиях социальной нестабильности / И. Н. Ефремкина // Человеческий капитал. – 2023. – № 7 (175). – С. 221-228.
53. Захарова Н.М., Цветкова М.Г. Психические и поведенческие нарушения у мирного населения региона, подвергшегося локальным военным действиям // Психология и право. 2020. Т. 10. № 4. С. 185-197.
54. Зекова, Н. Н. Ценностные и смысловые установки в структуре адаптивного поведения: возрастной аспект / Н. Н. Зекова // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. – 2017. – № 1 (7). – С. 78-81.
55. Зеленова, М. Е. Особенности Я-концепции и успешность социально-психологической адаптации участников военных действий / М. Е. Зеленова // Социальная психология и общество. – 2011. – № 1. – С. 97-110.
56. Зеленова, М. Е. Смысложизненные ориентации и самооценка как корреляты преодоления последствий военного стресса / М. Е. Зеленова // Стress, выгорание, совладание в современном контексте. – Москва, 2011. – С. 81-101.
57. Зимбардо, Ф. Доктор время: как жить, если нет сил забыть, исправить, вернуть / Ф. Зимбардо, Р. Сворт // –Санкт-Петербург: Питер, 2018. – 288 с.
58. Зинченко, Е. В. Признаки тревожности в рисунках детей, эвакуированных с территории Донбасса / Е. В. Зинченко, Л. Ю. Мироненко / Человеческий потенциал: личность, деятельность, образование: материалы международной научно-практической конференции (Екатеринбург, 2023 г.). – Екатеринбург, 2023. – С. 357-361.
59. Золотова, Н. В. Психологические воззрения Б. В. Зейгарник: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Золотова Наталья Владимировна; Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского. – Ярославль, 2007. – 198 с.

60. Зудова, Е. А. Взаимосвязь психологической травмы и временной перспективы личности / Е. А. Зудова // Инновационная наука. – 2024. – № 1-2. – С. 181-186.
61. Иванников, В. А. Осмысленность жизни и ориентация на действие как предикторы самооценок волевых качеств. / В. А. Иванников, А. Н. Гусев, Д. Д. Барабанов, Е. В. Эйдман // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2020. – № 2. – С. 3-25.
62. Иванова, В. П. Особенности базовых смысловых установок студентов / В. П. Иванова, А. И. Сулайманова // Актуальные процессы формирования науки в новых условиях: сборник статей Международной научно-практической конференции (Москва, 10 марта 2016 г.). – Москва: ООО «Европейский фонд инновационного развития», 2016. – С. 125-128.
63. Ильин, Е. П. Психология страха / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2017. – 261 с.
64. Казак, Т. В. Динамика категориальной представленности смысложизненных ориентаций у студентов / Т. В. Казак, Н. И. Тукальская // Право. Экономика. Психология. – 2023. – № 1 (29). – С. 61-68.
65. Каменева, А. А. Особенности временной перспективы у обучающихся с различным уровнем саморегуляции в юности / А. А. Каменева / Молодой исследователь: от идеи к проекту: материалы VII студенческой научно-практической конференции (Йошкар-Ола, 2023 г.) / под редакцией Д. А. Михеева. – Йошкар-Ола, 2023. – С. 313-315.
66. Камышникова, Н. Н. Временная перспектива матерей, воспитывающих детей с ментальными нарушениями / Н. Н. Камышникова, А. В. Нестеренко, А. С. Шевченко // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 76-1. – С. 361-364.
67. Кацеро, А. А. Смысловые установки лиц в понимании жизни и смерти: обусловленность уровнем саморегуляции / А. А. Кацеро, И. А. Ярмыш / Психо-

логически безопасная образовательная среда: проблемы проектирования и перспективы развития: материалы международной научно-практической конференции. Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого (Тула, 10–11 октября 2019 г.). – Тула, 2019. – С. 243-246.

68. Квасова, О. Г. Трансформация временной перспективы личности в экстремальной ситуации: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Квасова Ольга Григорьевна; Московский государственный университет имени Михаила Васильевича Ломоносова. – Москва, 2013. – 34 с.

69. Климкович, М. В. Временная перспектива как феномен психологического исследования / М. В. Климкович // Право. Экономика. Психология. – 2024. – № 1 (33). – С. 77-80.

70. Ковалевская, А. П. Влияние экстремальной ситуации военного конфликта на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста / А. П. Ковалевская // Вестник Вятского государственного университета. – 2020. – № 2 (136). – С. 142-149.

71. Ковалевская, А. П. Воздействие экстремальной ситуации военного конфликта на человека / А. П. Ковалевская / Донецкие чтения 2020: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности: материалы V Международной научной конференции (Донецк, 17–18 ноября 2020.) / под редакцией С. В. Беспаловой. – Донецк, 2020. – С. 271-273.

72. Ковалевская, А. П. Переживание актуального эмоционального состояния детьми дошкольного возраста, проживающими в условиях военного конфликта / А. П. Ковалевская // Научная сокровищница образования Донетчины. – 2020. – № 2. С. – 94-97.

73. Колобова, С. В. Жизнестойкость женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий / С. В. Колобова / Психология

безопасности и психологическая безопасность: проблемы взаимодействия теоретиков и практиков: сборник научных статей XII Всероссийской научной конференции (Сочи, 2022.). – Сочи, 2022. – С. 115-120.

74. Колобова, С. В. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала женщин старших возрастных групп, проживающих в зоне ведения боевых действий / С. В. Колобова // Человеческий капитал. – 2022. – № 12-1 (168). – С. 306-311.

75. Колобова, С. В. Психосоциальные характеристики людей старшего возраста, проживающих на прифронтовых территориях / С. В. Колобова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – № 11 (103). – С. 100-105.

76. Колобова, С. В. Экзистенциальная отважность – фактор жизнестойкости людей старшего возраста проживающих на прифронтовых территориях / С. В. Колобова / Лучшая научно-исследовательская работа 2022: сборник статей XXXVII Международного научно-исследовательского конкурса (Пенза, 15 октября 2022) / под редакцией Г. Ю. Гуляева. – Пенза, 2022. – С. 97-102.

77. Кольчик, Е.Ю. Особенности копинг-стратегий лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, с различным восприятием временной перспективы / Е. Ю. Кольчик // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2022. – Т. 24 № 6 (94). – С. 778-784.

78. Комиссарова, О. А. Проблема смысла жизни в отечественной психологии / О. А. Комиссарова / Инновационные исследования в науке и образовании: материалы I Международной научно-практической конференции (Смоленск, 28 февраля 2018 г.). – Смоленск: ООО, 2018. – С. 127-128.

79. Коршак, А. А. Взаимосвязь толерантности к неопределенности и смысложизненных ориентаций как личностных компонентов мотивационно-нравственной сферы / А. А. Коршак // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2023. – № 3 (175). – С. 235-254.

80. Коршак, А. А. Взаимосвязь толерантности к неопределенности и смысложизненных ориентаций как личностных компонентов мотивационно-нравственной сферы / А. А. Коршак // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2023. – № 3 (175). – С. 235-254.
81. Коршак, А. А. Психологические особенности смысложизненных ориентаций активной студенческой молодежи / А. А. Коршак // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. – Социология. Педагогика. Психология. – 2023. – Т. 9, (75) № 4. – С. 121-127.
82. Кудряшова, С. К. Ценностно-смысловые установки: анализ понятия / С. К. Кудряшова // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2018. – Т. 9, № 5-2. – С. 90-94.
83. Кузнецова, С. В. Особенности и факторы формирования временной перспективы / С. В. Кузнецова / Generation Ψ: материалы IV Всероссийской научно-практической студенческой конференции (Новосибирск, 2023.). – Новосибирск: 2023. – С. 167-170.
84. Кулик, А. А. Специфика временной перспективы личности в условиях социальной экстремальности / А. А. Кулик // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2024. – № 14. – С. 117-128.
85. Куприна, О. А. Концептуальное обоснование феномена смысла жизни в отечественной психологии / О. А. Куприна. // Вестник университета. – 2014. – № 1. – С. 254-257.
86. Курицына, К. И. Ощущения временной перспективы / К. И. Курицына // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2022. – № 5. – С. 90-97.
87. Лебедев, М. А. Схема и методы психологической реабилитации лиц, переживших военный конфликт / М. А. Лебедев, Н. В. Говорухин // Новое слово в науке: перспективы развития. – 2016. – № 1-1 (7). – С. 126-129.
88. Левин, К. Определение понятия «поле в данный момент» / К. Левин / Период открытого кризиса: хрестоматия. – Москва: МГУ, 1980. – С. 131-145. – С. 139

89. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – 2-е издание. – Москва: Политиздат, 1977. – 304 с.
90. Леонтьев, Д. А. Психология смысла. Природа, строение и динамика смысловой реальности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Сер. Фундаментальная психология / Д. А. Леонтьев. – 3-е издание, дополненное – Москва: Смысл, 2007. – 487 с.
91. Леонтьев, Д. А. Смыслообразование и его контексты: жизнь, структура, культура, опыт / Д. А. Леонтьев // Мир психологии. – 2014. – № 1 (77). – С. 104-117.
92. Леонтьев, Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля / Д. А. Леонтьев // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1 (155). – С. 14-37.
93. Леонтьев, Д. А. Удары судьбы как стимулы личностного развития: феномен посттравматического роста / Д. А. Леонтьев // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты. – Москва: Институт психологии РАН, 2016. – С. 144-158.
94. Леонтьев, Д. А. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов / Д. А. Леонтьев, О. А. Тараненко, О. Э. Калашникова // Мир психологии. – 2017. – № 3 (91). – С. 190-201.
95. Лисняк, М. А. Психологическое исследование особенностей смысложизненных ориентаций у пациентов-участников боевых действий / М. А. Лисняк, Ю. В. Живаева // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2023. – Т. 12, № 11А. – С. 64-74.
96. Лисняк, М. А. Психологическое исследование особенностей смысложизненных ориентаций у пациентов-участников боевых действий / М. А. Лисняк, Ю. В. Живаева // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2023. – Т. 12, № 11А. – С. 64-74.

97. Лунин, С. Л. Особенности личностных трансформаций юношей и девушек мигрантов и вынужденных переселенцев из территорий локальных военных конфликтов: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук 19.00.13 / Лунин Сергей Леонидович Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону, 2016. – 142 с.
98. Лучистая, Р. С. Социальное время и временная перспектива личности / Р. С. Лучистая // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2023. – № 3 (47). – С. 207-219.
99. Лучистая Р.С. Категория «Субъективное время» в контексте исследования психологического времени / Р. С. Лучистая // Методология современной психологии. – 2023. – № 18. – С. 271-284.
100. Магомед-Эминов, М. Ш. Культурно-деятельностный подход к посттравматическому стрессу / М. Ш. Магомед-Эминов / От истоков к современности. 130 лет организации психологического общества при Московском университете: материалы юбилейной конференции; [в 5-и томах] (Москва, 29 сентября – 01 октября 2015 г.) / под редакцией Д. Б. Богоявленская. – Москва: ООО «Когито-Центр», 2015. – С. 190-191.
101. Магомед-Эминов, М. Ш. Посттравматический рост как модель реагирования на геополитический кризис / М. Ш. Магомед-Эминов, О. Г Квасова, О. О. Савина // Современные исследования социальных проблем. – 2015. – № 1 (21). – С. 5-25.
102. Мадылова, А. А. Гендерные исследования специальной мониторинговой миссии ОБСЕ: влияние Российско-Украинского конфликта на гражданское население Украины / А. А. Мадылова // Вестник Дипломатической академии Министерства иностранных дел Кыргызской Республики имени Казы Дикамбаева. – 2022. – № 17. – С. 103-107.

103. Макеева Н.Ю. Особенности психоэмоционального благополучия детей в условиях специальной военной операции / Н. Ю. Макеева // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2023. – № 2 (63). – С. 31-39.
104. Макеева, Н. Ю. Психолого-педагогическое сопровождение несовершеннолетних подростков из семей, прибывших с территорий проведения СВО / Н. Ю. Макеева / Современные направления исследований в психологии: вызовы третьего десятилетия XXI века: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию со дня рождения заслуженного деятеля науки РФ, доктора философских наук, профессора Георгия Викторовича Телятникова, 30-летию факультета психологии Тверского государственного университета (Тверь, Тверской государственный университет 2023 г.). – Тверь, 2023. – С. 392-397.
105. Максименко, Е. Г. Психологическая поддержка семьи и молодежи в условиях военного конфликта / Е. Г. Максименко / Социокультурные и психологические проблемы современной семьи: актуальные вопросы сопровождения и поддержки: материалы VII Международной научно-практической конференции (Тула, 17 ноября 2021 г.). – Тула: «Издательский дом «Среда», 2021. – С. 27-36.
106. Марцинковская, Т. Д. История психологии / Т. Д. Марцинковская. – Москва: Издательский центр «Академия», 2001. – 544 с.
107. Марьенко И. С. Нравственное становление личности школьника / И. С. Марьенко. – Москва: Педагогика, 1985. – 368 с.
108. Мочалова, Т. С. Временная перспектива как фактор стрессоустойчивости личности / Т. С. Мочалова / Молодость. Интеллект. Инициатива: материалы XII Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов, Витебск, 26 апреля 2024 года: в 2 т. Т. 2. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2024. – 339 с.
109. Муздыбаев, К. Психология ответственности / К. Муздыбаев. – Москва: Стереотип, 2017. – 238 с.

110. Нагдалян, М. К. Временные перспективы в психотерапии военных травм: пример кейс анализа / М. К. Нагдалян // Регион и мир. – 2023. – Т. 14, № 2. – С. 92-94.
111. Нагдалян, М. К. Посттравматическое стрессовое расстройство и временная перспектива / М. К. Нагдалян // Регион и мир. – 2023. – Т. 14, № 3 (46). – С. 124-127.
112. Натанзон, Э. Ш. Психологический анализ поступков ученика / Э. Ш. Натанзон. – Москва: Просвещение, 1991 г. – 128 с.
113. Немов, Р. С. Психология: [в 3-х книгах] Книга 1. Общие основы психологии. – Москва: ВЛАДОС, 2000. – 688 с.
114. Нестик, Т. А. Влияние военных конфликтов на психологическое состояние общества: перспективные направления исследований / Т. А. Нестик // Социальная психология и общество. – 2023. – Т. 14, № 4. – С. 5-22.
115. Новикова, Е. В. Психологические последствия психотравмирующих событий военного конфликта / Е. В. Новикова // Медико-социальные проблемы семьи. – 2019. – Т. 24, № 1. – С. 57-65.
116. Новикова, Е. В. Психологические особенности переживания страхов мирным населением в ситуации военного конфликта / Е. В. Новикова, И. В. Ревуцкая // Вестник Донецкого педагогического института. – 2018. – № 2. – С. 95-104.
117. Новикова, Н. В. Исследование жизнестойкости личности в ситуации военного конфликта / Н. В. Новикова / Донецкие чтения 2022: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности: материалы VII Международной научной конференции (Донецк, 27–28 октября 2022 г.) / под редакцией С. В. Беспаловой. – Донецк, 2022. – С. 209-211.
118. Новикова, Н. В. Социально-психологическая характеристика военного конфликта в Донбассе / Н. В. Новикова / Донецкие чтения 2021: образова-

ние, наука, инновации, культура и вызовы современности: материалы VI Международной научной конференции (Донецк, Донецк, 26–28 октября 2021 г.) / под редакцией С. В. Беспаловой. – Донецк, 2021. – С. 241-244.

119. Новикова, Н. В. Структура индивидуально-психологических особенностей переживания ситуации военного конфликта / Н. В. Новикова // Ярославский педагогический вестник. – 2024. – № 1 (136). – С. 130-137.

120. Новикова, Н. В. Психологические особенности деструктивного переживания ситуации военного конфликта / Н. В. Новикова, Ю. Н. Слепко // Психология. Психофизиология. – 2024. – Т. 17, № 1. – С. 26-35.

121. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен. – Москва: Смысл, 2004. – 608 с.

122. Овчинников, Н. В. Влияние военных конфликтов на психику и жизнь человека / Н. В. Овчинников, М. С. Хавров, В. С. Матиевский // Матрица научного познания. – 2023. – № 11-1. – С. 554-560.

123. Оплетаева, Ю. Н. Психологическая характеристика смысложизненных ориентаций студентов вуза / Ю. Н. Оплетаева // Тенденции развития науки и образования. – 2023. – № 96-3. – С. 111-115.

124. Островский, И. М. Оценка состояния здоровья подростков в условиях длительного военного конфликта (по данным интернет-анкетирования) / И. М. Островский, Е. В. Прохоров, А. В. Налетов, М. Ю. Нарижный // Университетская клиника. – 2020. – № 2 (35). – С. 57-59.

125. Панич, О. Е. Особенности временной перспективы юношей в состоянии стресса (на материале студентов Белгородской области) / О. Е. Панич / Экстремальная психология в экстремальном мире: материалы III научного форума с международным участием (Москва, 24–25 ноября 2024 г.). – Москва: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2024. – С. 257-262.

126. Позняков, В. П. Значение работ В.Н. Мясищева для развития социальной психологии / В. П. Позняков, А. Л. Журавлев // Психологический журнал. – 2018. – Т. 39, № 5. – С. 59-68.

127. Пугач, Н. А. Теоретические аспекты влияния военного конфликта на эмоциональное и когнитивное развитие детей дошкольного возраста / Н. А. Пугач, И. В. Ревуцкая / Психология личности в трансформирующемся мире: воспитание, развитие, социализация: материалы Международной научно-практической конференции (Калуга, Калуга, 26–27 мая 2023 г.) / под редакцией И. П. Краснощеченко, И. И. Пацакула. – Калуга: ФГБОУ ВО "Калужский государственный университет им. К.Э.Циолковского", 2023. – С. 300-306.
128. Пыханова, И. В. Эмоциональное состояние подростков, проживающих в условиях военного конфликта / И. В. Пыханова, И. В. Ревуцкая / Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека: материалы Всероссийской научно-практической конференции (Донецк, Донецк, 07 декабря 2023 г.). – Донецк: Донецкий государственный университет, 2023. – С. 203-208.
129. Пятакова, Г. В. Характеристики временной перспективы у подростков с последствиями тяжелых физических травм / Г. В. Пятакова, А. Д. Осипова / Ананьевские чтения – 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития: материалы международной научной конференции (Москва, Санкт-Петербург, 17–20 октября 2023 г.). – Москва: ООО "Союзкниг", 2023. – С. 267.
130. Рассудова, Л. А. Смысложизненные ориентации юношей и девушек / Л. А. Рассудова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2023. – Т. 12, № 1 (42). – С. 175-177.
131. Рогозина, М. Ю. Особенности функционирования семьи, проживающей в зоне военного конфликта / М. Ю. Рогозина /Донецкие чтения 2016. Образование, наука и вызовы современности: материалы I Международной научной конференции (Донецк, 16–18 мая 2016 г.) / под редакцией С. В. Беспаловой. – Ростов-на-Дону, 2016. – С. 94-96.

132. Романова, М. С. Деформация ценностно-смысловой сферы у студентов, проживающих в условиях военного конфликта / М. С. Романова, Е. Н. Рядинская // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология. – 2024. – Т. 7, № 5. – С. 9-19. – DOI: 10.23947/2658-7165-2024-7-5-9-19.
133. Романоф, Н. А. Психологические последствия пребывания детей Донбасса в ситуации военного конфликта / Н. А. Романоф // Человек. Наука. Сочиум. – 2022. – № 1 (9). – С. 239-257.
134. Рубцова, В. А. Формирование сбалансированной временной перспективы у лиц, склонных к депрессии / В. А. Рубцова / Экспериментальные и теоретические исследования в современной науке: материалы ХCVII международной научно-практической конференции (Новосибирск, Новосибирск, 31 января 2024.). – Новосибирск: ООО "Сибирская академическая книга", 2024. – С. 94-99.
135. Руденко, С. В. Динамика временной перспективы в условиях нестабильной военно-политической ситуации / С. В. Руденко // Вестник Донецкого национального университета. Серия Д: Филология и психология. – 2023. – № 1. – С. 99-106.
136. Руденко, С. В. К проблеме динамики временной перспективы студентов в условиях неопределенности / С. В. Руденко / Донецкие чтения 2023: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности: материалы VIII Международной научной конференции (Донецк, Донецк, 25–27 октября 2023 г.). – Донецк: Донецкий государственный университет, 2023. – С. 193-197.
137. Рудик, В. В. Особенности временной перспективы у лиц юношеского возраста, переживших экстремальную ситуацию / В. В. Рудик // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет". – 2022. – Т. 2, № 14-2. – С. 130-136.
138. Рядинская, Е. Н. Особенности адаптационных ресурсов мирных жителей, проживающих в зоне вооруженного конфликта, в контексте изучения трансформаций личности / Е. Н. Рядинская // Клиническая и специальная психология. – 2017. – Т. 6, – № 4. – С. 105-124.

139. Рядинская, Е. Н. Системно-структурный анализ теорий психологических трансформаций личности / И. В. Абакумова, Е. Н. Рядинская, В. М. Голубова // Российский психологический журнал. – 2017. – Т.14, – № 1. – С. 10-24.
140. Рядинская, Е. Н. Ценностно-смысловые установки как фактор социальной интеграции личности в условиях вооруженного конфликта / И. В. Абакумова, Е. Н. Рядинская // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2017. – Т. 27. – Вып. 1. – С. 52-58.
141. Рядинская, Е. Н. Особенности разработки комплексно-структурной модели формирования смысложизненных стратегий личности в условиях вооруженного конфликта / Е. Н. Рядинская // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия «Психолого-педагогические науки». – 2018. – № 2 (38). – С 114-132.
142. Рядинская, Е. Н. Токсичное сознание как результат нарушений психологического здоровья личности / Е. Н. Рядинская, Н. И. Ковальчишина // Казанский педагогический журнал. – 2022. – № 5. – С. 224-229.
143. Рядинская, Е. Н. Анализ факторов, действующих на психическое состояние мирных жителей, проживающих на территориях вооруженного конфликта с различной интенсивностью боевых действий / Е. Н. Рядинская, В. В. Волобуев, Р. М. Литвинова // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – № 4 (61). – 2022. – С.14-28.
144. Рядинская, Е. Н. Отношение к смерти гражданского населения, проживающего в зоне вооруженного конфликта, в контексте экзистенциональной исполненности / Е. Н. Рядинская, Н. И. Ковальчишина, В. В. Волобуев // Электронный научно-практический журнал «Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология». – 2023. – Т. 6, – № 2. – С. 6-14.
145. Рядинская, Е. Н. Исследование эмоциональной сферы гражданских лиц, пострадавших вследствие боевых действий / Е. Н. Рядинская, В. В. Волобуев // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия «Психолого-педагогические науки». – 2022. – № 2 (38). – С. 114-132.

буев, М. А. Тахтарова // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики». Серия: Познание. – 2024. – №9. – С. 82-85. DOI 10.37882/2500-3682.2024.09.14

146. Ряполова, Т. Л. Копинг-стратегии и личностный потенциал в экстремальных жизненных ситуациях / Т. Л. Ряполова, Д. Р. Тахташова // Журнал психиатрии и медицинской психологии. – 2016. – № 2 (36). – С. 27-36.

147. Сарафанникова, А. С. Негативные переживания как источник рефлексии смысложизненных ориентаций / А. С. Сарафанникова / Материалы XXIII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов (с международным участием), посвященной памяти первого Президента Республики (Саха) Якутия М.Е. Николаева: материалы конференции (Якутск, Якутск, 26–28 октября 2023 г.). – Якутск: Издательский дом СВФУ, 2023. – С. 490-494.

148. Свешникова, Н. О. Исследование временной перспективы в период системного кризиса / Н. О. Свешникова, З. М. Евтухова // Ананьевские чтения – 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития: материалы международной научной конференции (Москва, Санкт-Петербург, 17–20 октября 2023 г.). – Москва: ООО "Союзкниг", 2023. – С. 215.

149. Семья, Г. В. Особенности оценки собственной безопасности и благополучия подростками на территориях военных конфликтов / Г. В. Семья, Г. О. Зайцев, Н. Г. Зайцева, А. Ю. Телицына // Психология и право. – 2023. Т. 4, № 13. – С. 308-328.

150. Сергеева, И.А. Гендерные проявления смысловых установок студентов / И. А. Сергеева, Ю. А. Малыш // Культура. Наука. Образование. – 2017. – № 3 (44). – С. 158-165.

151. Серебряная, М. В. Временная перспектива вынужденных переселенцев с разными типами социально-психологической адаптации / М. В. Серебряная, А. А. Бучек // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2023. Т. 12, № 2 (46). – С. 149-158.

152. Сиренко, М. В. Роль социально-психологических установок в жизни человека / М. В. Сиренко // Вестник современных исследований. – 2018. – № 4.1 (19). – С. 69-71.
153. Ситнова, И. В. Донбасский характер как фактор психологической устойчивости жителей ДНР и ЛНР к условиям локального военного конфликта на востоке Украины / И. В. Ситнова // Причерноморье в контексте обеспечения национальной безопасности России: к 75-летию победы в Великой отечественной войне: материалы Международной научно-практической конференции (Краснодар, Донецк, 17–18 ноября 2020 г.). – Краснодар, 2020. – С. 461-464.
154. Слижевская, А. Н. Временная перспектива и особенности формирования отношения ко времени в юношеском возрасте / А. Н. Слижевская, О. В. Гудименко, И. В. Лоткин // Международный научно-исследовательский журнал. – 2023. – № 8 (134).
155. Смысловые пространства современного человека: сборник научных статей. – Санкт-Петербург, 2005.
156. Соловьева, М. А. Исследование субъективного благополучия у лиц, пребывающих в зоне военного конфликта / М. А. Соловьева // Журнал психиатрии и медицинской психологии. – 2016. – № 1 (35). – С. 48-54.
157. Сорокин, Н. С. Роль смысложизненных ориентаций в социализации подростков / Н. С. Сорокин // Социализация подрастающего поколения в условиях реальной и цифровой среды: материалы Международной научно-практической конференции (Курск, Курск, 20–21 апреля 2023 г.) / под редакцией С. И. Беленцова. – Курск, 2023. – С. 211-215.
158. Страй, Г. В. Генезис понятия «личностный смысл» в психологии / Г. В. Страй // Образование. Наука. Научные кадры. – 2011. – № 3. – С. 212-214.
159. Сулайманова, А. И. Особенности смысложизненных ориентаций студентов и их взаимосвязь с базовыми смысловыми установками / А. И. Сулайманова // Сборник статей международной научно-практической конференции (Екатеринбург, 15 октября 2016 г.). – Уфа: ООО «Аэтерна», 2016. – С. 206-211.

160. Сущий, С. Я. Военный конфликт на востоке Украины: демографические потери и сдвиги в национальной структуре населения Донбасса / С. Я. Сущий // Наука Юга России. – 2016. – Т. 12, № 2. – С. 82-90.
161. Сычева-Передеро, Е. Э. Факторы, влияющие на временную перспективу личности / Е. Э. Сычева-Передеро / Актуальные проблемы социальных и психологических наук: теория, методология, практика: материалы симпозиума XIX (LI) Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых (Кемерово, 24–29 апреля 2024.). – Кемерово, 2024. – С. 107-110.
162. Талалай, А. А. Психологические приемы совладающего поведения в ситуации утраты / А. А. Талалай // Вестник Таганрогского института управления и экономики. – 2024. – № 1 (41). – С. 83-89.
163. Тананакина, Т. П. Проявления посттравматического стрессового состояния у студентов медиков г. Луганска в условиях длительного действия военного конфликта / Т. П. Тананакина, О. А. Колесникова, Э. П. Плотникова / Наука и образование в условиях глобальных вызовов: сборник статей по итогам Пятого профессорского форума 2022 (Москва, 22–24 ноября 2023 г.). – Москва: Общероссийская общественная организация «Российское профессорское собрание», 2023. – С. 23-28.
164. Турков Д.И. Специальная информационная операция, или как Украина стала полигоном гибридной войны / Д. И. Турков / Государство, право, политика и экономика в условиях цифровой трансформации: сборник докладов I Всероссийской (национальной) научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов (Ростов-на-Дону, 16 марта 2022 г.). – Ростов-на-Дону: ЮРИУФ РАНХиГС, 2022. – С. 164-170.
165. Унгурян Д.Л. Личность в условиях военного конфликта / Д. Л. Унгурян // Гуманитарный вестник (Горловка). – 2017. – № 5. С. – 171-178.
166. Фокина, Т. А. Анализ особенностей смысложизненных ориентаций и уровня личностной зрелости студентов высших и средних специальных учебных

заведений / Т. А. Фокина // Живая психология. – 2023. – Т. 10, № 6 (46). – С. 92-100.

167. Фортова, Л. К. К вопросу о смысложизненных ориентациях личности / Л. К. Фортова, Ю. И. Сехина // Глобальный научный потенциал. – 2023. – № 8 (149). – С. 41-43.

168. Христенко, А. Н. Особенности личностных трансформаций студентов, находящихся в зоне военного конфликта: постановка проблемы / А. Н. Христенко / Личность в трудных жизненных ситуациях: ресурсы и преодоление: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 25-летию факультета психологии Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского (Омск, 04 октября 2018 г. – 05 октября 2018 г.). – Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – С. 431-434.

169. Шабалина, М. А. Исследование смысложизненных ориентаций подростков / М. А. Шабалина / Профессиональное образование: методология, технологии, практика. Сборник научных статей. Челябинск, 2023. – С. 164-167.

170. Шелиспанская, Э. В. Особенности психоэмоционального состояния подростков, проживающих в регионах локальных военных конфликтов / Э. В. Шелиспанская, Ю. М. Васина / Приверженность вопросам психического здоровья: материалы III Международной научно-практической конференции (Москва, Москва, 05–07 октября 2022 г.). – Москва, 2022. – С. 417-427.

171. Щербакова, Н. В. Смысложизненные ориентации в студенческом возрасте / Н. В. Щербакова // Национальное здоровье. – 2023. – № 1. – С. 84-86.

172. Эрдынеева, К. Г. Депривированность хронотопа в контексте аксиологически-смысловых установок / К. Г. Эрдынеева / Человек и его ценности в современном мире: материалы XI Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 64-71.

173. Besika, A. A relationship that makes life worth-living: levels of value orientation explain differences in meaning and life satisfaction / A. Besika, J. W Schooler, B. Verplanken, A. J. Mrazek, E. D. Ihm // Heliyon. – 2022. – Т. 8. – №. 1.

174. Leshkevich T. Worldview through the Prism of Personal Life-Meaning Orientations / T. Leshkevich, A. Motozhanets // *Philosophia*. – 2021. – T. 49. – №. 4. – C. 1619-1629.
175. Miconi, D. Meaning in life, future orientation and support for violent radicalization among Canadian college students during the COVID-19 pandemic / D. Miconi, G. Geenen, R. L. Frounfelker, A. Levinsson, C. Rousseau // *Frontiers in psychiatry*. – 2022. – T. 13. – C. 765.
176. Prusak, J. The quality of life, meaning in life, positive orientation to life and gratitude of Catholic seminarians in Poland: A comparative analysis / J. Prusak, K. Kwapis, B. Pilecka, A. Chemperek // *Archive for the Psychology of Religion*. – 2021. – T. 43. – №. 1. – C. 78-94.
177. Russo-Netzer, P. The path to life satisfaction in adolescence: life orientations, prioritizing, and meaning in life / P. Russo-Netzer, R. Tarrasch // *Current Psychology*. – 2024. – C. 1-13.

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

## ОГЛАВЛЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЙ

стр.

Приложение 1. Тест смысложизненные ориентации (Д.А. Леонтьев) .....	153
Приложение 2. Первичные данные. Результаты диагностики по методике «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С.С. Бубнова).....	156
Приложение 3. Статистика исследования. Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями (группа респондентов из новых территорий РФ).....	158
Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями (группа респондентов ЮФО) .....	159
Приложение 4. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо...	161
Приложение 5. Первичные данные. Результаты диагностики по методике «Опросник временной перспективы» (ZTP) Ф. Зимбардо, А. Гонзалес.....	164
Приложение 6. Статистика исследования временной перспективы личности. Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями в группе женщин, проживающих в условиях СВО .....	165

## Приложение 1

## Тест смысложизненные ориентации (Д.А. Леонтьев)

**Инструкция:** Вам предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача выбрать одно из утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0), если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны).

		3	2	1	0	1	2	3	
1.	Обычно мне очень скучно.								Обычно я полон энергии
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей								Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений								В жизни я имею очень ясные цели и намерения
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной								Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие								Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться								Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал								Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.								Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.								Моя жизнь наполнена интересными делами
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.								Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.								Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто								Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем

		3	2	1	0	1	2	3	
	приводит меня в растерянность и беспокойство.								не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.								Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.								Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.								Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16.	В жизни я еще не нашел своего призыва и ясных целей.								В жизни я нашел свое призвание и целя.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.								Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.								Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.								Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение								Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

### Ключ к тесту СЖО

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (процентили).

Для подсчета баллов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3210123 в оценки по восходящей или нисходящей асимметричной шкале.

Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайному порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) – полюсу ее отсутствия.

При подсчете баллов по ключу придерживаются следующего правила:

— в восходящую шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

— в нисходящую шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.:

После этого суммируются баллы ассиметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченных испытуемым.

Субшкала 1 (цели в жизни) — 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процесс жизни) — 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат жизни) — 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контроля — Я) — 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контроля — жизнь) — 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Общий показатель — осмысленность жизни (ОЖ) — все 20 пунктов.

## Первичные данные

## Результаты диагностики по методике «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С.С. Бубнова)

Имя	1. Лю- бите ли вы ле- жать на диване и ни- чего не делать?	2. Лю- бите ли вы сами зара- бывать деньг и и полу- чать от этого удо- воль- ствие ?	3. Часто ли вас посе- щает мысль, что хо- чется сходить в театр или на вы- ставку?	4. Час- то ли вы помо- гаете близ- ким по хо- зяй- ству?	5. Счи- таете ли вы, что лю- бовь — опре- деля- ющее чув- ство в жизн и?	6. Лю- бите ли вы чи- тать книги о чем-то новом и неиз- вестном вам?	7. Хотите ли вы стать боссом (началь- ником какой- нибудь компа- нии)?	8. Хо- тите ли вы, чтобы vas ува- жали васи друзья за ваши личные каче- ства?								
	РЕА	МЕА	БВВ	Е.А.	Ф.А. О.	Юлия	Ш.А. Д	С.П.И .	Ма- рия	Евге- ния	ЗАР	Ф.А. А	ПЕЕ	КДП	ПАО	ОДО
РЕА	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
МЕА	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
БВВ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Е.А.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Ф.А. О.	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Юлия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Ш.А. Д	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
С.П.И .	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Ма- рия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
Евге- ния	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1
ЗАР	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
Ф.А. А	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1
ПЕЕ	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
КДП	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1
ПАО	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ОДО	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1

АР	1	1	0	0	1	1	1	1
СЮД	1	1	1	1	1	1	0	0
МЛО	1	1	1	1	0	1	1	1
АДП	0	1	1	1	0	1	0	1
ПДД	0	1	1	0	1	1	1	1
Т.М. А	1	1	1	1	1	1	0	1
П.В.	1	1	0	1	0	0	1	1
Ш.А. А.	0	1	1	1	1	1	0	1
П.Л.	1	1	0	1	0	0	1	1
ГКА	1	1	1	1	1	1	1	1
САС	1	1	0	1	1	0	1	1
Щер	0	1	1	1	1	1	1	1
НГА	0	1	1	0	0	1	1	1
ЯАВ	1	1	0	1	0	1	1	0
СВВ	0	1	0	1	0	1	1	1
МД	1	1	0	1	1	1	0	1
ПВВ	0	1	1	1	0	1	1	1
МИА	0	1	1	1	1	1	1	1
ТЕВ	0	0	0	1	1	1	0	1
Осс	1	1	1	1	0	1	1	1
ПАР	1	1	0	1	0	0	0	1
АИ	0	1	1	1	0	1	1	1
ГАВ	1	1	1	1	0	1	1	1
МАВ	1	1	0	0	0	0	1	1

### Статистика исследования

**Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями  
(группа респондентов из новых территорий РФ)**

Переменные	Коэффициент корреляции (Rs)	Значимость (p-value)
цели & общение	0,489	0,05
цели & эмоциональное благополучие	0,601	0,05
цели & Эго благополучие	0,683	0,01
цели & самотрансценденция	0,519	0,05
цели & персональность	0,513	0,05
процесс & эмоциональное благополучие	0,617	0,01
процесс & Эго благополучие	0,564	0,01
результат & эмоциональное благополучие	0,710	0,01
результат & экзистенциальное благополучие	0,503	0,05
результат & Эго благополучие	0,623	0,01
результат & гедонистическое благополучие	0,467	0,05
результат & самотрансценденция	0,483	0,05
результат & персональность	0,447	0,05
Локус Я & общение	0,475	0,05
Локус Я & эмоциональное благополучие	0,700	0,01
Локус Я & экзистенциальное благополучие	0,665	0,01
Локус Я & Эго благополучие	0,490	0,05
Локус Я & гедонистическое благополучие	0,509	0,05
Локус Я & самотрансценденция	0,623	0,01
Локус Я & персональность	0,542	0,05
Локус К-жизнь & эмоциональное благополучие	0,638	0,01
Локус К-Жизнь & экзистенциальное благополучие	0,480	0,05
Локус К-Жизнь & Эго благополучие	0,659	0,01
Локус К-Жизнь & гедонистическое благополучие	0,520	0,05
ОЖ& общение	0,461	0,05
ОЖ& эмоциональное благополучие	0,689	0,01
ОЖ& экзистенциальное благополучие	0,507	0,05
ОЖ& Эго благополучие	0,669	0,01
ОЖ& гедонистическое благополучие	0,487	0,05
ОЖ& самотрансценденция	0,506	0,05
ОЖ& персональность	0,457	0,05

**Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями  
(группа респондентов ЮФО)**

Переменные	Коэффициент корреляции (Rs)	Значимость (p-value)
цели & эмоциональное благополучие	0,706	0,01
цели & экзистенциальное благополучие	0,735	0,01
цели & Эго благополучие	0,658	0,01
цели & гедонистическое благополучие	0,334	0,05
цели & социально-нормативное благополучие	0,492	0,01
цели & самотрансценденция	0,853	0,01
цели & свобода	0,808	0,01
цели & ответственность	0,651	0,01
цели & персональность	0,751	0,01
цели & экзистенциальность	0,748	0,01
цели & исполненность	0,776	0,01
процесс & общение	0,328	0,05
процесс & эмоциональное благополучие	0,824	0,01
процесс & экзистенциальное благополучие	0,709	0,01
процесс & Эго благополучие	0,644	0,01
процесс & гедонистическое благополучие	0,462	0,01
процесс & социально-нормативное благополучие	0,382	0,01
процесс & самотрансценденция	0,762	0,01
процесс & свобода	0,699	0,01
процесс & ответственность	0,484	0,01
процесс & персональность	0,651	0,01
процесс & экзистенциальность	0,616	0,01
процесс & исполненность	0,652	0,01
результат & эмоциональное благополучие	0,773	0,01
результат & экзистенциальное благополучие	0,711	0,01
результат & Эго благополучие	0,746	0,01
результат & гедонистическое благополучие	0,519	0,01
результат & социально-нормативное благополучие	0,412	0,01
результат & самотрансценденция	0,788	0,01
результат & свобода	0,731	0,01
результат & ответственность	0,483	0,01
результат & персональность	0,569	0,01
результат & экзистенциальность	0,716	0,01
результат & исполненность	0,712	0,01
Локус Я & эмоциональное благополучие	0,745	0,01
Локус Я & экзистенциальное благополучие	0,741	0,01
Локус Я & Эго благополучие	0,700	0,01
Локус Я & гедонистическое благополучие	0,350	0,05
Локус Я & социально-нормативное благополучие	0,421	0,01
Локус Я & самотрансценденция	0,931	0,01
Локус Я & свобода	0,862	0,01
Локус Я & ответственность	0,725	0,01
Локус Я & персональность	0,847	0,01

Локус Я & экзистенциальность	0,816	0,01
Локус Я & исполненность	0,858	0,01
Локус Я	0,542	0,05
Локус К-жизнь & эмоциональное благополучие	0,766	0,01
Локус К- Жизнь & экзистенциальное благополучие	0,689	0,01
Локус К-Жизнь & Эго благополучие	0,677	0,01
Локус К-Жизнь & гедонистическое благополучие	0,380	0,01
Локус К-Жизнь && социально-нормативное благополучие	0,423	0,01
Локус Ж &самотрансценденция	0,815	0,01
Локус Ж &свобода	0,742	0,01
Локус Ж & ответственность	0,609	0,01
Локус Ж& персональность	0,749	0,01
Локус Ж& экзистенциальность	0,712	0,01
Локус Ж & исполненность	0,756	0,01
ОЖ& общение	0,302	0,05
ОЖ& эмоциональное благополучие	0,827	0,01
ОЖ& экзистенциальное благополучие	0,761	0,01
ОЖ& Эго благополучие	0,724	0,01
ОЖ& гедонистическое благополучие	0,452	0,01
ОЖ& социально-нормативное благополучие	0,424	0,01
ОЖ& самотрансценденция	0,862	0,01
ОЖ &свобода	0,796	0,01
ОЖ & ответственность	0,622	0,01
ОЖ & персональность	0,767	0,01
ОЖ & экзистенциальность	0,734	0,01
ОЖ & исполненность	0,773	0,01

**Приложение 4****Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо**

Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (англ. Zimbardo Time Perspective Inventory, сокр. ZTPI) представляет собой методику, направленную на диагностику системы отношений личности к временному континууму. Разработана Ф. Зимбардо в 1997 году.

Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо разработан Ф. Зимбардо в соавторстве с А. Гонсалесом в 1997 году. При обследовании 12000 респондентов, авторами было выделено 7 временных факторов, количество которых при дальнейшем скрупулёзном статистическом анализе было сокращено до 5. Данная пятифакторная структура является устойчивой и воспроизводимой, что подтверждено дальнейшими исследованиями.

Оригинальная версия опросника состоит из 56 пунктов, ответы по которой распределяются по 5-балльной шкале Ликкерта. Из опросника возможно извлечение 5 показателей:

Фактор восприятия негативного прошлого. Выражает степень неприятия собственного прошлого, вызывающего отвращение, полного боли и разочарований.

Фактор восприятия позитивного прошлого. Выражает степень принятия собственного прошлого, при котором любой опыт является опытом, способствующим развитию и приведшим к сегодняшнему состоянию.

Фактор восприятия гедонистического настоящего. При этом настоящее видится оторванным от прошлого и будущего, единственная цель – наслаждение.

Фактор восприятия фаталистического настоящего. При этом оно видится независимым от воли личности, изначально предопределённым, а личность – подчинённым судьбе.

Степень ориентации на будущее. Выражает наличие у личности целей и планов на будущее.

#### Русскоязычная адаптация

На первом этапе проводился перевод методики согласно международному стандарту:

Несколько независимых прямых переводов

Согласование и создание предварительной версии опросника

Несколько независимых обратных переводов

Экспертиза с участием специалистов по английскому и русскому языкам, создание тест-версии опросника

Второй этап включал в себя этнолингвистическую адаптацию: обследование 63 респондентов при помощи тест-версии с последующим интервью, создание итоговой версии опросника

На третьем этапе оценивались психометрические показатели инструмента на выборке из 146 студентов ВУЗов Москвы и Санкт-Петербурга

#### Оценка внутренней надёжности

Оценка воспроизводимости

Оценка валидности

Измерение корреляции с другими психодиагностическими методиками:

Шкала депрессии Бека

Шкала самооценки Розенберга

Шкала тревоги Спилбергера

Пятифакторный опросник личности, шкала «добросовестность», сокращённая форма S в адаптации М.В. Бодунова

Опросник «Импульсивность» I 7 в адаптации Т.В. Корниловой и А.А. Долныковой.

Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки.

В результате было установлено, что наиболее согласованными являются шкалы «негативное прошлое» и «гедонистическое настоящее». Некоторые суждения, в итоге, стали относиться более чем к одному фактору, некоторые были перенесены из одного фактора в другой.

«Негативное прошлое» наиболее коррелирует с импульсивностью, обидой, депрессией, тревогой, низкой самооценкой, агрессивностью, подозрительностью, раздражительностью; отрицательно коррелирует с факторами «добросовестность» и «поиск новых ощущений». Особенно интересным является корреляция этого фактора с фактором «Фаталистическое настоящее».

Фактор «Гедонистическое настоящее» коррелирует фактором «Позитивное настоящее» с импульсивностью и поиском новых ощущений; негативно связан с добросовестностью и фактором «Будущее».

Фактор «Будущее» положительно коррелирует с добросовестностью, положительной самооценкой; отрицательно – с импульсивностью, тревогой и депрессией.

Фактор «Позитивное прошлое» позитивно связан с эмпатией и отрицательно – с физической агрессией, с остальными факторами связь не подтвердилась.

Фактор «Фаталистическое настоящее» связан с низкой самооценкой, импульсивностью, депрессией, обидой и подозрительностью; отрицательно коррелирует с добросовестностью.

## Интерпретация

Шкала	В прямых значениях	В обратных
Негативное прошлое	4, 5, 16, 22, 27, 33, 34, 36, 50, 54	
Гедонистическое настоящее	1, 8, 12, 17, 19, 23, 26, 28, 31, 32, 42, 44, 46, 48, 55	
Будущее	6, 10, 13, 18, 21, 30, 40, 43, 45, 51	9, 24, 56
Позитивное прошлое	2, 7, 11, 15, 20, 29, 49	25, 41

Фаталистическое настоящее	3, 14, 35, 37, 38, 39, 47, 52, 53	
---------------------------	-----------------------------------	--

### Практическое применение

Методика направлена на оценку отношения к времени, а через это – на оценку отношения личности к окружающей действительности вообще, а также к самому себе, своему опыту и грядущим перспективам.

Вместе с тем, авторы подчёркивают, что необходимо больше экспериментальных данных для расширения применения опросника у различных контингентов лиц и более дифференциированного его использования.

**Приложение 5****Первичные данные****Результаты диагностики по методике «Опросник временной перспективы»  
(ZTPI) Ф. Зимбардо, А. Гонзалес**

Респондент №	Негативное прошлое	Настоящее гедонистическое	Будущее	Прошлое позитивное	Настоящее фаталистическое
1	19	46	60	38	30
2	21	47	45	34	29
3	43	50	49	20	27
4	22	51	53	33	19
5	34	63	47	28	30
6	21	49	51	37	18
7	22	54	49	33	23
8	40	55	44	37	30
9	14	35	45	41	25
10	25	53	51	29	28
11	32	48	53	37	25
12	35	63	38	44	31
13	32	44	50	31	33
14	24	36	51	35	33
15	22	34	42	29	29
16	34	47	48	27	22
17	31	50	52	34	27
18	19	36	57	38	20
19	17	48	49	28	22
20	35	60	43	34	35
21	21	45	50	35	21
22	32	51	42	30	28
23	27	49	36	26	25
24	29	48	48	32	20
25	28	47	44	30	30
26	18	46	61	40	17
27	41	43	46	30	29
28	44	62	57	40	35
29	32	53	46	31	25
30	17	50	60	32	23
31	20	48	49	39	22
32	27	33	54	33	22
33	18	34	52	26	12
34	34	41	40	25	26
35	24	55	48	40	19
36	40	38	44	31	29

**Приложение 6****Статистика исследования временной перспективы личности****Таблица ранговой корреляции Спирмена между показателями в группе женщин, проживающих в условиях СВО**

		нег- Про- шл	наст Гедо- нист	Буду- щее	прошл Пози- тив	наст Фата- лист	вспыль- чи- вость	насту- патель- ность	обид- чи- вость	не- уступ- чи- вость
Возраст	Коэффици- ент коррек- ляции	0.054	-0.166	-0.233	-0.147	-0.153	-0.087	0.103	0.040	0.157
	Знач. (двух- сторонняя)	0.793	0.418	0.252	0.474	0.455	0.672	0.616	0.847	0.443
нег- Прошл	Коэффици- ент коррек- ляции	1.000	,593**	-,417*	-0.333	,496**	,618**	,488*	,574**	0.104
	Знач. (двух- сторонняя)		0.001	0.034	0.097	0.010	0.001	0.012	0.002	0.612
настГе- денист	Коэффици- ент коррек- ляции	,593**	1.000	-0.277	-0.187	0.165	,519**	0.382	,554**	0.094
	Знач. (двух- сторонняя)	0.001		0.171	0.361	0.422	0.007	0.054	0.003	0.647
Будущее	Коэффици- ент коррек- ляции	-,417*	-0.277	1.000	0.336	-,425*	-0.109	-0.211	-0.323	-0.299
	Знач. (двух- сторонняя)	0.034	0.171		0.094	0.030	0.595	0.300	0.107	0.138