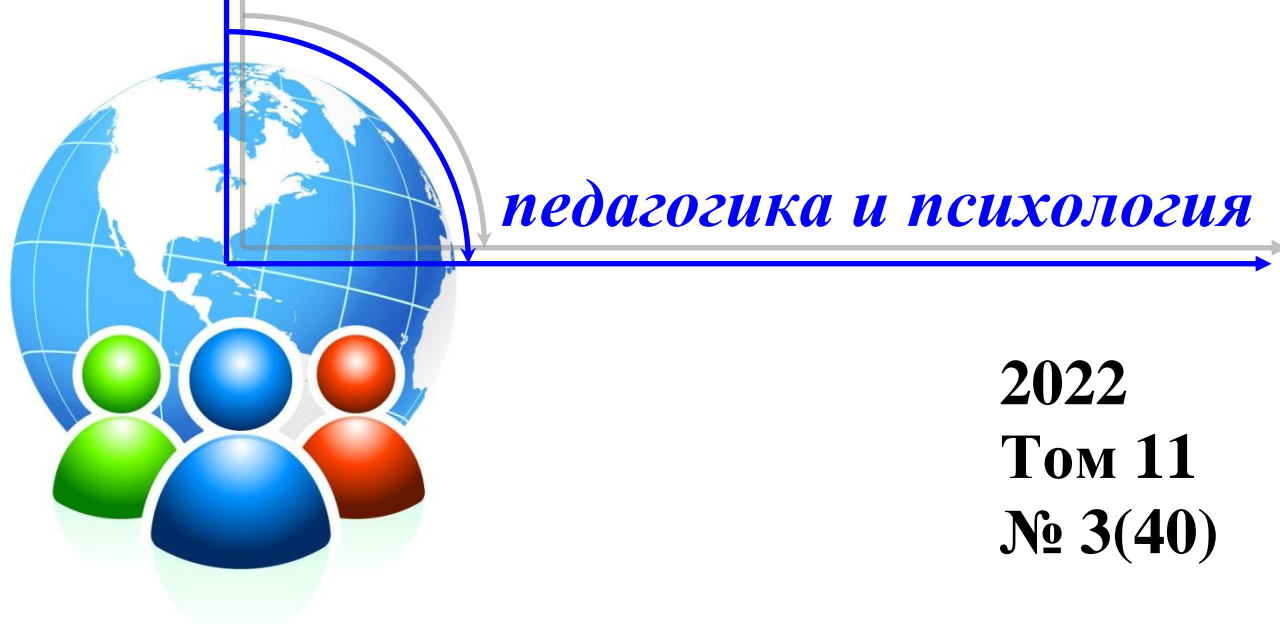


16+

e-ISSN: 2712-8474

# Азимут научных исследований:



2022  
Том 11  
№ 3(40)



# АЗИМУТ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

Основан в 2012 г.

16+

Том 11  
№ 3 (40)  
2022

Ежеквартальный  
научный электронный  
журнал

Учредитель – Общество с ограниченной ответственностью «Ландрейл»»

**Главный редактор**

Коростелев Александр Алексеевич, доктор педагогических наук, доцент

**Заместители главного редактора:**

Александрова Екатерина Александровна, доктор педагогических наук, профессор

Анискин Владимир Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент

Зюкин Данил Алексеевич, кандидат экономических наук, старший научный сотрудник

Кондаурова Инесса Константиновна, кандидат педагогических наук, доцент

Лейфа Андрей Васильевич, доктор педагогических наук, профессор

Микляева Анастасия Владимировна, доктор психологических наук, доцент

Морозова Ирина Станиславовна, доктор психологических наук, профессор

Петрук Галина Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент

Родионов Михаил Алексеевич, доктор педагогических наук, профессор

**Редакционная коллегия:**

Аббасова Кызылгюль Ясин кызы, доктор философских наук, профессор

Акопов Гарник Владимирович, доктор психологических наук, профессор

Ахаев Андрей Васильевич, доктор педагогических наук, профессор

Ахметова Дания Загриевна, доктор педагогических наук, профессор

Бендас Татьяна Владимировна, доктор психологических наук, доцент

Горьковская Ирина Алексеевна, доктор психологических наук, профессор

Григорьева Марина Владимировна, доктор психологических наук, профессор

Денисова Оксана Петровна, доктор педагогических наук, кандидат

психологических наук, доцент

Макарова Елена Александровна, доктор психологических наук, кандидат

педагогических наук, профессор

Мерлина Надежда Ивановна, доктор педагогических наук, кандидат физико-

математических наук, профессор

Осадченко Инна Ивановна, доктор педагогических наук, доцент

Платонова Раиса Ивановна, доктор педагогических наук, доцент

Равен Джон, доктор философии в области психологии, профессор

Романова Марина Александровна, доктор психологических наук, кандидат

педагогических наук, доцент

Тагарева Кирилка Симеоновна, доктор психологических наук, профессор

Тарантей Виктор Петрович, доктор педагогических наук, профессор

Шаповалова Ольга Евгеньевна, доктор психологических наук, профессор

**Ответственный секретарь**

Степина Наталья Валерьевна

Входит в ПЕРЕЧЕНЬ рецензируемых научных изданий, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук.

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Эл № ФС77-83766 от 29.08.2022 г.

Компьютерная верстка:  
Коростелев А.А.

Технический редактор:  
Коновалова Е.Ю.

Адрес редколлегии, учредителя, редакции и издателя Общества с ограниченной ответственностью «Ландрейл»:

445051, Российская Федерация, Самарская область, г. Тольятти, ул. Фрунзе, влд. 8, к. 8-17

Тел.: +79270290177

E-mail: ANI-ped-i-psych@ya.ru

Сайт: <http://landrailpip.ru/>

Подписана верстка 10.12.2022.

Выход в свет 10.12.2022.

Формат 60x84 1/8.

Заказ 3-07-12.

## INFORMATION ABOUT THE MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD

### **Chief Editor**

Korostelev Alexander Alekseevich, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Informatics, Applied Mathematics and Methods of Their Teaching  
(Samara State Social and Pedagogical University, Samara, Russia)

### **Deputy Chief Editors:**

Alexandrova Ekaterina Aleksandrovna, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department «Methodology of education»  
(Saratov State University, Saratov, Russia)

Aniskin Vladimir Nikolaevich, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Information and Communication

Technologies in Education, Dean of the Faculty of Mathematics, Physics and Informatics

(Samara State Social and Pedagogical University, Samara, Russia)

Zyukin Danil Alekseevich, Candidate of Economic Sciences, Senior Researcher, Research Center

(Kursk State University, Kursk, Russia)

Kondaurova Inessa Konstantinovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of chair of mathematics and methods of teaching

(Saratov State University, Saratov, Russia)

Leifa Andrey Vasilievich, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

(Amur State University, Blagoveshchensk, Russia)

Miklyaeva Anastasia Vladimirovna, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department «Human psychology»

(Russian State Pedagogical University, St. Petersburg, Russia)

Morozova Irina Stanislavovna, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department «General psychology and developmental psychology»

(Kemerovo State University, Kemerovo, Russia)

Petruk Galina Vladimirovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Director of the Department of Scientific Research (Vladivostok State University of Economics and Service, Vladivostok, Russia)

Rodionov Mikhail Alekseevich, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department «Informatics and Methods of Teaching Informatics and Mathematics»

(Penza State University, Penza, Russia)

### **Editorial team:**

Abbasova Kyzylgul Yasin kyzy, Doctor of Philosophical Sciences, Professor, Deputy Dean of the Faculty of Social Sciences and Psychology

(Baku State University, Baku, Azerbaijan)

Akopov Garnik Vladimirovich, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department «General and Social Psychology» (Volga State Socio-Humanitarian Academy, Samara, Russia)

Ahaev Andrey Vasilievich, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

(Center for International Partnership, Ust-Kamenogorsk, Kazakhstan)

Akhmetova Dania Zagrievna, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department «Theoretical and Inclusive Pedagogy», Director of the Institute of Distance Education

(Kazan Innovation University, Kazan, Russia)

Bendas Tatyana Vladimirovna, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Social Psychology (Orenburg State University, Orenburg, Russia)

Gorkovaya Irina Alekseevna, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Human Psychology (Russian State Pedagogical University, St. Petersburg, Russia)

Grigorieva Marina Vladimirovna, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department «Educational Psychology and Psychodiagnosics»

(Saratov State University, Saratov, Russia)

Denisova Oksana Petrovna, Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Management of Support of the Educational Process

(Togliatti State University, Togliatti, Russia)

Makarova Elena Aleksandrovna, Doctor of Psychological Sciences, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Humanitarian Disciplines

(Taganrog Institute of Management and Economics, Taganrog, Russia)

Merlina Nadezhda Ivanovna, Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Physical and Mathematical Sciences, Professor, Professor of the Department of Discrete Mathematics and Informatics

(Chuvash State University, Cheboksary, Russia)

Osadchenko Inna Ivanovna, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

(Uman State Pedagogical University, Uman, Ukraine)

Platonova Raisa Ivanovna, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Sports Martial Arts (North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russia)

Raven John, Honorary Professor University of Edinburgh, University of Pecs (Hungary), Catholic University of Lublin (Poland) (University of Edinburgh, Edinburgh, Scotland)

Romanova Marina Alexandrovna, Doctor of Psychological Sciences, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Vice-rector for Academic Affairs

(Sakhalin State University, Yuzhno-Sakhalinsk, Russia)

Tagareva Kirilka Simeonova, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor

(University of Plovdiv, Plovdiv, Bulgaria)

Tarantei Victor Petrovich, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

(Grodno State University, Grodno, Belarus)

Shapovalova Olga Evgenievna, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Correctional Pedagogy, Psychology and Speech Therapy

(Priamur State University named after Sholom-Aleikhem, Birobidzhan, Russia)

**СОДЕРЖАНИЕ**

*педагогические науки*

<b>ДОКЛАД КАК ФОРМА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ СТУДЕНТОВ: ПОСТАНОВКА ЗАДАЧИ, ОЦЕНИВАНИЕ И ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ</b> АГЕЕВА Евгения Валерьевна, КУЗНЕЦОВА Надежда Васильевна, СТЕПАНОВА Марина Николаевна.....	5
<b>ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</b> ГАЛКИНА Ирина Александровна, ШИНКАРЕВА Надежда Алексеевна, КАНАНЧУК Лидия Александровна.....	10
<b>РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК У ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ</b> КИСЕЛЕВА Жанна Ивановна, ВАЛЕТОВ Максим Рамильевич, ШЛЯПНИКОВА Виктория Викторовна.....	17
<b>ЭТНОМАРАФОН ДЛЯ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ «МАТЕМАТИЧЕСКАЯ ИГРОГРАФИЯ РАЗНЫХ СТРАН И НАРОДОВ»</b> КОНДАУРОВА Инесса Константиновна, НЕСТЕРОВА Наталья Сергеевна.....	21
<b>АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ - ВАЖНЫЙ ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ</b> ЛЕХТЯНСКАЯ Лариса Владимировна.....	27
<b>РЕАЛИЗАЦИЯ СОЦИОКУЛЬТУРНОГО ПРОЕКТА «МУЛЬТФИЛЬМ ДОБРА» В СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ</b> ОСИН Виктор Сергеевич, ПАК Любовь Геннадьевна.....	32
<b>ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ЦИФРОВЫХ НАВЫКОВ</b> ХАБЛИЕВА Светлана Руслановна.....	36

*психологические науки*

<b>ВЗАИМОСВЯЗЬ ТИПА РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ И ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ</b> ЧЕРЕМИСКИНА Ирина Игоревна, АНДРЕЕВА Ольга Владимировна.....	43
<b>МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ КАК ОСНОВА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ</b> БОГДАН Надежда Николаевна, МАСИЛОВА Марина Григорьевна.....	49
<b>ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ, ДЕТЕРМИНИРУЮЩЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ СУВЕРЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ</b> МАРТЫНЕНКО Елена Александровна.....	54
<b>РАННИЕ ДЕЗАДАПТИВНЫЕ СХЕМЫ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ В КОНТЕКСТЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА</b> ЧЕРЕМИСКИНА Ирина Игоревна, ЛЮКШИНА Дарья Сергеевна.....	59
<b>Условия размещения материалов.....</b>	64

УДК 159.9.072.43

DOI: 10.57145/27128474\_2022\_11\_03\_11



©2022 Контент доступен по лицензии CC BY-NC 4.0  
This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 license  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

## РАННИЕ ДЕЗАДАПТИВНЫЕ СХЕМЫ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ В КОНТЕКСТЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА

© Автор(ы) 2022

**ЧЕРЕМИСКИНА Ирина Игоревна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры философии и юридической психологии

*Владивостокский государственный университет  
690014, Россия, Владивосток, irina-cheremiski@mail.ru*

SPIN: 456-5420

AuthorID: 721029

ORCID: 0000-0003-4201-1990

**ЛЮКШИНА Дарья Сергеевна**, старший преподаватель кафедры общепсихологических дисциплин

*Тихоокеанский государственный медицинский университет  
690002, Россия, Владивосток, danyasergeevna@gmail.com*

SPIN: 7011-2338

AuthorID: 731739

ResearcherID: F-1211-2019

ORCID: 0000-0001-8227-5670

ScopusID: 57197810659

**Аннотация.** Период ранней взрослости характеризуется многочисленными вызовами, которые могут приводить к возникновению кризисных состояний у молодых людей. Последствия этих состояний могут быть деструктивными как для личности, так и для общества в целом. Определение факторов, обуславливающих возникновение кризисных состояний у людей разных возрастов является актуальной задачей научной психологии, также, как и поиск ресурсов, способствующих их преодолению. В данной статье в качестве личностной predisпозиции возникновения кризисных состояний рассматриваются ранние дезадаптивные схемы и жизнестойкость, отсутствуют научные данные по их связи в контексте переживания личностного кризиса. В работе апробирован методический комплекс психодиагностической оценки состояния переживания личностного кризиса, имеющий теоретические основания, который показал высокую дифференцирующую способность. В исследовании приняли участие 113 человек, из которых почти третья часть находится в состоянии переживания личностного кризиса, что соотносится с имеющимися научными данными. У этих молодых людей выявлены и статистически подтверждены выраженные ранние дезадаптивные схемы, а также низкие показатели жизнестойкости. Полученные данные демонстрируют связь раннего детского опыта и кризисных состояний, которые возникают в более взрослых возрастных периодах. Также описанные дезадаптивные схемы могут стать мишенью терапевтической работы с молодыми людьми, находящимися в состоянии переживания личностного кризиса.

**Ключевые слова:** молодые люди, трудные жизненные ситуации, переживание личностного кризиса, диагностика кризисного состояния, ранний детский опыт, ранние дезадаптивные схемы, жизнестойкость, личностные ресурсы, статистически значимые различия, преодоление кризисного состояния.

## EARLY MALADAPTIVE SCHEMES AND RESILIENCE IN YOUNG PEOPLE IN THE CONTEXT OF EXPERIENCING A PERSONAL CRISIS

© The Author(s) 2022

**CHEREMISKINA Irina Igorevna**, PhD in Psychology, associate professor at the Department of Philosophy and Legal Psychology

*Vladivostok State University and Service  
690014, Russia, Vladivostok, irina-cheremiski@mail.ru*

**LYUKSHINA Darya Sergeevna**, senior lecturer at the Department of General Psychological Disciplines

*Pacific State Medical University  
690002, Russia, Vladivostok, danyasergeevna@gmail.com*

**Abstract.** The early adulthood period is characterized by numerous challenges that can lead to crisis conditions in young people. The consequences of these states can be destructive both for the individual and for society as a whole. Determining the factors that cause the emergence of crisis states in people of different ages is an urgent task of scientific psychology, as well as the search for resources that contribute to overcoming them. In this article, early maladaptive schemes and resilience are considered as a personal pre-presentation of the emergence of crisis states, there is no scientific data on their connection in the context of experiencing a personal crisis. The work tested the methodological complex of psychodiagnostic assessment of the state of experiencing a personal crisis, which has theoretical foundations, which showed a high differentiating ability. The study involved 101 people, of which almost a third is in a state of experiencing a personal crisis, which correlates with the available scientific data. In these young people, pronounced early maladaptive regimens were identified and statistically confirmed, as well as low rates of resilience. The findings demonstrate a link between early childhood experiences and crisis conditions that occur in more adult age periods. Also, the maladaptive schemes described may be the target of therapeutic work with young people in a state of personal crisis.

**Keywords:** young people, difficult life situations, experiencing a personal crisis, diagnosing a crisis state, early childhood experience, early maladaptive schemes, resilience, personal resources, statistically significant differences, overcoming a crisis state.

### ВВЕДЕНИЕ

Студенчество для большинства обучающихся очной формы обучения приходится на период ранней взрослости, где отчетливо стоят задачи принятия ответственности за собственную жизнь, за самого себя, за выбор собственного жизненного пути, часто решение этих задач приводит молодых людей к возникновению кризисного состояния [1]. В состоянии переживания личностного кризиса практически для всех людей разных

возрастов характерны чувство отчаяния, агрессия, преимущественно направленная на себя, тревога, которые сопровождают смену ценностей. Такое состояние сопряжено с пессимистичными установками в отношении будущего, отсутствием веры в то, что что-либо может поменяться [2]. Как указывают некоторые авторы, около 33-35% молодых людей переживают состояние личностного кризиса [3], опасность заключается в том, что при отсутствии помощи окружения, поддержки, в том числе



профессиональной, сознательного использования внутренних ресурсов велика вероятность неблагоприятных последствий переживания кризиса молодыми людьми, что проявляется в дезадаптивном поведении, например, алкоголизации и наркотизации молодежи, суицидальных тенденциях [4]. Особенности переживания кризисной ситуации, ресурсы и готовность к его преодолению обуславливаются не только внешними обстоятельствами, но и личностной предрасположенностью.

Одним из личностных факторов, обуславливающих успешность преодоления человеком жизненных трудностей является жизнестойкость. Жизнестойкость опосредует влияние стрессогенных факторов, в том числе и хронических, на здоровье человека, как соматическое, так и душевное, позволяя сохранять успешность деятельности [5, 6]. Современные авторы под жизнестойкостью понимают базовый ресурс, который позволяет человеку совладать с проблемной ситуацией и преодолеть её, она включает в себя систему убеждений и установок, которые позволяют человеку быть готовым к действиям в трудных ситуациях [7]. Традиционно принято выделять компоненты или уровни функционирования жизнестойкости, а именно: поведенческий, когнитивный и смысловой [8]. Авторы, которые придерживаются концепции жизнестойкости как основы гармоничного развития личности считают, что здоровая личность для сохранения оптимальной работоспособности в стрессе должна иметь выраженными все три компонента жизнестойкости [9]. Исследования жизнестойкости у молодых людей показывают, что её высокие показатели способствуют улучшению как физического, так и психического здоровья молодежи, жизнестойкость помогает молодым людям адаптироваться в стрессовых ситуациях с выходом на уровень трансадаптации, то есть адаптации связанной с самоутверждением, самореализацией, самотрансценденцией личности [10, с.192]. Таким образом, молодыми людьми с высоким уровнем жизнестойкости кризис воспринимается не как препятствие, а как новая возможность [11]. Обращаясь к вопросу формирования жизнестойкости многие авторы [2, 6, 8-13] сходятся в идее о том, что компоненты жизнестойкости берут начало своего развития в детском и, отчасти, подростковом возрасте, ключевым фактором в развитии жизнестойкости является отношение родителей к ребенку, например, поддержка родителей формирует вовлеченность ребенка, также для её формирования важны их принятие и одобрение. Когда родители поддерживают инициативу ребенка при столкновении с трудностями выполнения каких-либо задач – формируется вовлеченность. Когда у ребенка есть богатые впечатления, он растет в изменчивой и неоднородной среде, то формируется такой компонент жизнестойкости как принятие риска [9].

Понятие ранних дезадаптивных схем (далее РДС) введено в научную психологию Дж. Янгом совсем недавно, сами дезадаптивные схемы представляют собой некоторое мнение человека о себе, окружающем мире и других людях, ранние дезадаптивные схемы формируются в детстве, но развиваются в течение всей жизни человека, при этом они представляют собой достаточно устойчивый комплекс убеждений, эмоций и телесных ощущений [14]. По мнению Дж. Янга ранние дезадаптивные схемы дисфункциональны, они нарушают адаптивные возможности взрослого человека. Однако в детском возрасте, модели поведения, характерные для тех или иных схем позволили ребенку адаптироваться в нарушенных, дисгармоничных отношениях со своими родителями, в период, когда базовые потребности были угнетены, что и способствовало формированию этих схем [15]. Ранние дезадаптивные схемы характеризуются однообразными и привычными, сохраняющимися программами. Ранние дезадаптивные схемы способствуют искажению воспринимаемой информации, под их влиянием поведение человека также ограничивается, что приводит, в свою очередь, к нарушению

социальной адаптации. В большинстве случаев ранние дезадаптивные схемы являются неосознаваемыми и не проявляются, пока не происходит событие, которое является «пусковым механизмом» для активизации той или иной схемы, это могут быть как релевантные события, так и настроение человека, которое «запускает» ранние дезадаптивные схемы. Обычно это сопровождается высоким эмоциональным всплеском, приближенно к аффекту и низким уровнем критичности к своему состоянию. Выраженные ранние дезадаптивные схемы во взрослом возрасте препятствуют удовлетворению базовых потребностей и приводят человека к нарушению процесса построения гармоничных отношений, оставляя негативные последствия. Также, следует отметить, что ранние дезадаптивные схемы усложняются в возрастном диапазоне, воздействуя на все сферы жизнедеятельности [15]. Стоит отметить, что за рубежом приобретают популярность исследования выраженности ранних дезадаптивных схем у здоровых людей. Так, на данный момент времени существуют исследования ранних дезадаптивных схем в области консультативной психологии, где их диагностика позволяет психологу-практику в кратчайшие сроки установить причины жизненных затруднений и разработать максимально эффективный план психологической коррекционной работы [5, 16-19]. В большинстве своем исследования ранних дезадаптивных схем связаны с изучением взаимосвязи между ними и психологической травматизацией в детском возрасте, вызванной различными типами жестокого обращения, эмоциональной депривацией, насилием и дисфункциональным типом воспитания [20]. Феномен РДС в психологии изучается в рамках практической клинической деятельности: при расстройствах связанных с применением психоактивных веществ [21-25], невротического [14, 26] и аффективного [23, 27] спектра, поведенческих [28-29] и личностных расстройств [30-31]. Тема ранних дезадаптивных схем интересует отечественных психологов особенно в сфере психологии здоровья в последние годы. Ученые акцентируют внимание на отрицательной взаимосвязи ранних дезадаптивных схем с уровнем психического благополучия. Наиболее выражены ранние дезадаптивные схемы в молодом возрасте, наименьшая выраженность – в среднем [32]. Выявлено, что степень выраженности ранних дезадаптивных схем влияет на социальную адаптацию, а именно, чем выше выраженность ранних дезадаптивных схем, тем ниже уровень социальной адаптированности. Предполагается, что особенности переживания людей с ранними дезадаптивными схемами зависят от накопленного в течение жизни опыта, основанного на самых ранних переживаниях, формирующих собой ранние дезадаптивные схемы [33-34].

По данным Заварзиной А.А. и Романовой Е.В. ранние дезадаптивные схемы могут оказывать влияние на возникновение особенностей переживания и поведения человека в стрессовых ситуациях [35]. В то время как, высокий уровень жизнестойкости позволяет благополучнее преодолевать напряженные условия жизни и успешнее справляться с кризисами, воспринимая их как новые возможности для личностного роста и развития. Учитывая частоту переживания личностного кризиса молодыми людьми, поиск ресурсов профилактики и преодоления этого состояния представляет особую актуальность. В теоретическом плане полученные данные в результате нашего исследования позволят прояснить модель включенности ранних дезадаптивных схем и жизнестойкости в переживание кризисных состояний молодыми людьми. В практическом плане данные могут стать основой для составления практических рекомендаций и профилактических мероприятий при работе с молодыми людьми, находящимися в состоянии переживания личностного кризиса, что может быть особ значимо для учебных заведений. Целью исследования стало выявление и описание выраженности РДС и уровня жизне-

стойкости у молодых людей, пребывающих в кризисном состоянии, по сравнению с теми, кто в кризисном состоянии не пребывает.

#### МЕТОДОЛОГИЯ

В основе исследования лежало предположение о том, что у молодых людей в состоянии личностного кризиса отличаются выраженные дезадаптивные схемы и уровень жизнестойкости по сравнению с лицами, не пребывающими в кризисном состоянии.

Репрезентативную выборку респондентов составили 113 молодых людей в возрасте от 20 до 25 лет. Данная возрастная категория относится к периоду ранней зрелости, по мнению Э. Эриксона [36]. Из всех исследуемых - 101 девушка, 12 юношей. Основной вид деятельности опрошенных – учебная деятельность – 69 человек, 35 исследуемых совмещают учебу и работу, 9 человек имеют основным видом деятельности только работу. Данная выборка в дальнейшем была разделена на основную эмпирическую группу – лица, пребывающие в состоянии личностного кризиса (N=29), и группы сравнения – исследуемые, которые не находятся в состоянии переживания личностного кризиса (N=60), либо, пребывают в предкризисном состоянии (N=24). Для определения лиц, которые находятся в состоянии личностного кризиса была использована трехкомпонентная модель Л.Г. Жедуновой (эмоциональный компонент, когнитивный компонент, поведенческий компонент) [37]. В качестве показателей для разделения всей выборки на группы были выбраны: субъективная оценка смысловознания кризиса, осмысленность жизни, субъективная оценка актуального состояния (активация, тонус, физическое самочувствие, спокойствие) и депрессии, субъективная оценка показателей когнитивных процессов, методическое обеспечение для комплексной оценки этих показателей представлено и обосновано в нашей статье [2]. Молодые люди, отнесенные нами в группу находящихся в кризисном состоянии продемонстрировали высокие значения по оценке смысловознания кризиса и депрессии, и низкие значения по осмысленности жизни, актуальному состоянию и когнитивным процессам. Молодые люди, которые были отнесены нами в группу, находящихся в предкризисном состоянии, имеют высокие показатели смысловознания кризиса, средние по осмысленности жизни, низкие и средние по актуальному состоянию, находятся в состоянии субдепрессии, и высоко оценивают снижение показателей когнитивных процессов. Молодые люди, отнесенные нами в группу без признаков переживания кризисного состояния, демонстрируют низкие и средние значения выраженности смысловознания кризиса, средние и высокие показатели осмысленности жизни, средние и высокие оценки актуального состояния, низкие значения по шкале депрессии и они не отмечают у себя снижения продуктивности когнитивных процессов.

В исследовании был использован опросный метод и следующие методики: «Опросник жизнестойкости» С. Мадди (адаптация Леонтьева Д.А.); «Опросник ранних дезадаптивных схем» Дж. Янга (адаптация Касьяник П.М., Романова Е.В.). Для статистической обработки данных эмпирического исследования использовался критерий Н Крускала–Уоллиса. Данный критерий предназначен для оценки различий одновременно между тремя выборками по уровню какого-либо признака.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ

Результаты оценки показателей жизнестойкости показали, что 2/3 респондентов в кризисном состоянии имеют низкий уровень жизнестойкости, что характеризует их как людей, у которых нет ощущения, что они живут полной жизнью, они не получают удовольствия от нее. При возникновении трудностей данная категория лиц не может с ними справиться из-за убеждения, что у них не получится. Им сложно принимать решения и делать какой-либо значимый выбор (таблица 1).

В выборке лиц, находящихся в предкризисном со-

стоянии чуть менее половины респондентов тоже не чувствуют радости от своей жизни и погруженности в нее. Однако, в большинстве своем, данные исследуемые готовы к преодолению трудностей, и верят в свои силы, что отсутствует у лиц, пребывающих в состоянии личностного кризиса (Таблица 1).

От лиц, в кризисном состоянии, респондентов без признаков переживания личностного кризиса отличает то, что среди них чаще встречаются лица, с высокими показателями жизнестойкости, а лиц, с низкими показателями жизнестойкости почти нет. Это свидетельствует о том, что данные респонденты обладают выраженной внутренней силой, с помощью которой они могут и готовы преодолевать трудности, и для них стрессовые ситуации, в большей степени, становятся стимулом к развитию (Таблица 1).

Таблица 1 – Выраженность показателей жизнестойкости у молодых людей

	Молодые люди в кризисном состоянии	Молодые люди в предкризисном состоянии	Молодые люди без признаков переживания кризисного состояния
Вовлеченность	27 (низкий)	10 (низкий)	12 (низкий)
	2 (средний)	13 (средний)	43 (средний)
	0 (высокий)	1 (высокий)	5 (высокий)
Контроль	17 (низкий)	9 (низкий)	3 (низкий)
	12 (средний)	15 (средний)	48 (средний)
	0 (высокий)	0 (высокий)	9 (высокий)
Принятие риска	9 (низкий)	2 (низкий)	1 (низкий)
	18 (средний)	18 (средний)	29 (средний)
	2 (высокий)	4 (высокий)	30 (высокий)
Уровень жизнестойкости	21 (низкий)	8 (низкий)	7 (низкий)
	8 (средний)	16 (средний)	39 (средний)
	0 (высокий)	0 (высокий)	14 (высокий)

Статистически доказанные различия в выраженности уровня жизнестойкости обнаружены по трем группам сравнения. Таким образом, мы можем заключить, что для группы лиц, пребывающих в кризисе, в отличие от двух других групп сравнения, характерна низкая выраженность жизнестойкости в целом, и каждого компонента жизнестойкости в частности, что характеризует данную группу лиц как менее устойчивую к стрессовым воздействиям, а также подтверждает одну часть нашей гипотезы о разнице в выраженности уровня жизнестойкости между молодыми людьми, пребывающими в кризисном состоянии и людьми, не находящимися в данном состоянии (Таблица 2).

Таблица 2 – Показатели значимости различий по шкалам опросника жизнестойкости (Н Крускала–Уоллиса)

	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Хи-квадрат	48,950	40,380	26,871	51,959
Асимптотическая значимость	,000	,000	,000	,000

Анализ выраженности ранних дезадаптивных схем в трех группах показал, что в группе людей, пребывающих в кризисном состоянии наиболее часто, по сравнению с двумя другими группами сравнения, встречаются выраженные ранние дезадаптивные схемы. Если проводить анализ самих схем, то следует отметить, что выраженные схемы Покорность и Поиск одобрения, говорят о наличии выраженного домена «направленности на других», а схемы Негативизм и Жесткие стандарты, о домене «сверхбдительность и запреты». Таким образом, в данной эмпирической группе есть лица, характеризующиеся требовательностью к себе и окружающим, наличием перфекционизма, бдительностью. Респонденты склонны к скрыванию своих эмоций, им тяжело получить удовольствие от происходящих событий ввиду завышенных требований и направленностью их поведения на исполнения желаний других людей, в ущерб себе. Также, данная группа характеризуется недоверчивостью к окружающим, отсутствием веры в свои силы, неуверением справляться с фрустрирующими ситуациями и вследствие этого, желанием избегать ответственности (Таблица 3).

Для лиц, которые пребывают в предкризисном состоянии характерно меньшее количество выраженных РДС, по сравнению с людьми в кризисе. В основном, данная категория лиц, характеризуется чрезмерной озабоченностью своим положением по отношению к другим людям



ми. Из-за желания добиться признания от окружающих также имеются ярко выраженные попытки избежать стыда и неодобрения, зависимость от чужого мнения, высокие внутренние стандарты, перфекционизм (таблица 3).

Молодые люди, которые не пребывают в кризисном состоянии, практически не имеют выраженных схем. Ярко выраженные схемы наблюдаются лишь у 1/5 группы и по своему описанию соответствуют схемам лиц, пребывающих в предкризисном состоянии (Таблица 3).

Таблица 3 – Эмпирические показатели частоты встречаемости выраженных РДС у молодых людей

	Молодые люди в кризисном состоянии	Молодые люди в предкризисном состоянии	Молодые люди без признаков переживания кризисного состояния
1/3 исследуемых имеют выраженные РДС	Недоверие Неуспешность Жесткие стандарты Покорность Поиск одобрения Негативизм	Поиск одобрения	нет
1/2 исследуемых имеют выраженные РДС	Недостаточность самоконтроля	Жесткие стандарты	нет
Количество выраженных схем	8	2	0

Оценка статистически значимых отличий по выраженным ранним дезадаптивным схемам показала наличие значимых различий среди преобладающих схем между лицами, пребывающими в кризисном состоянии, по сравнению с двумя другими группами сравнения и доказывает значимость в разнице психологического описания трех групп сравнения, описанной выше (Таблица 4).

Таблица 4 – Показатели значимости различий по шкалам Опросника ранних дезадаптивных схем (Н Крускалла-Уоллиса)

Название схемы	Хи-квадрат	Асимптотическая значимость
Недоверие	18,021	,000
Неуспешность	27,414	,000
Покорность	33,121	,000
Жесткие стандарты	11,090	,004
Недостаточность самоконтроля	32,871	,000
Негативизм	31,484	,000

#### ОБСУЖДЕНИЕ

В результате анализа эмпирических данных были сформированы три группы сравнения по уровню выраженности переживания личностного кризиса: людей, находящихся в кризисном состоянии – 25,7% от общей выборки, лиц, пребывающих в предкризисном состоянии – 21,2%. Для людей, находящихся в кризисном состоянии характерна скрытность, осторожность, недоверчивость, нерешительность, неуверенность, требовательность, высокий уровень притязаний, гипенгиофобия, низкая толерантность к фрустрации и стрессоустойчивость. Для людей, пребывающих в предкризисном состоянии, характерны высокий уровень притязаний, внутренние стандарты и требования, ориентированы на признание окружающих, зависимость от их мнения, готовы к преодолению фрустрации. Для людей без признаков переживания личностного кризиса характерен высокий уровень жизнестойкости, готовность воспринимать трудности и стрессовые ситуации как стимул к развитию и преодолевать их. Данное процентное соотношение результатов частично соответствует данным, представленным в исследованиях, авторы которых также занимались изучением личностного кризиса у молодых людей [38, 39]. Черемискина И.И. и Капустина Т.В. [38] отмечали, что переживание личностного кризиса свойственно большей части выборки молодых людей, принявших участие в их исследовании, что проявляется в преувеличении проблем, ранимости, впечатлительности, тревожности, мотивации избегания неудач, отсутствия лидерских качеств. Постникова М.И. в 2016 году указывала на низкий уровень жизнестойкости молодых людей и возможный пессимистичный прогноз будущего [39]. Таким образом, можно отметить важность изучения ранних дезадаптивных схем, как факторов возникновения кризисного состояния у молодых людей, что может способствовать определению психологических мишеней воздействия в целях профилактики этих состояний, в том числе за счет

повышения жизнестойкости.

#### ВЫВОДЫ

Полученные результаты позволяют сформулировать следующие выводы:

Проведен статистический анализ полученных данных, в результате которого было выявлено, что у лиц, пребывающих в кризисном состоянии, доминируют такие часто встречаемые схемы, как: Недоверие, Неуспешность, Жесткие стандарты, Покорность, Негативизм, Недостаточность самоконтроля. Таким образом, подтверждается гипотеза о том, что лица в состоянии личностного кризиса имеют отличные от групп сравнения выраженные РДС.

Также, статистический анализ подтвердил, что лица в кризисе имеют статистически доказанную значимость в уровне выраженности показателей жизнестойкости, а именно, преимущественно низкие значения, что доказывает вторую часть гипотезы о разнице в выраженности данного показателя среди молодых людей, пребывающих в состоянии переживания личностного кризиса и молодых людей, не пребывающих в данном состоянии.

Таким образом, полученные данные в ходе проведенного исследования позволили посмотреть на возникновение кризисных состояний с другого ракурса, раскрыв взаимосвязь РДС с жизнестойкостью и их влияние на переживание личностного кризиса.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Чернобровкина С.В. Кризис ранней взрослости: особенности его переживания и преодоления молодыми людьми с различными социальными демографическими характеристиками // Вестник Омского университета. 2007. № 2. С. 27-36.
2. Яценко А.Е., Черемискина И.И. Ранние дезадаптивные схемы и жизнестойкость у молодых людей в состоянии переживания личностного кризиса // Актуальные проблемы социально-гуманитарного и научно-технического знания. 2021. № 3 (27). С. 26-29.
3. Галимзянова М.В., Касьяник П.М., Романова Е.В. Выраженность ранних дезадаптивных схем и режимов функционирования схем у мужчин и женщин в период ранней, средней и поздней взрослости // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. 2016. № 3. С. 109-125.
4. Козлов В.В. Социальная работа с кризисной личностью. Методическое пособие. Ярославль, 1999. 303 с.
5. Касьяник П.М., Фаррелл Д.М., Шоу А.А. Схемно-ориентированный подход в практической работе психолога // Карминские чтения: материалы Международ. науч.-практ. конф. «Философия, психология, педагогика развития социальной активности и творчества личности». 2013. С. 5-7.
6. Khoshaba D., Maddi S. Early antecedents of hardiness // Consulting psychology journal. Spring 1999. V. 51. № 2. P. 106-117.
7. Воронкина Л.Б. Обеспечение социальной безопасности в условиях экстремальных ситуаций // Университетские чтения 2015: материалы науч.-метод. чтений ПГУ. Пятигорск. 2015. С. 17-21.
8. Картузова Н.А. К проблеме определения психологических основ функционирования жизнестойкости личности // Материалы 4 Международной научной конференции. Донецкие чтения 2019: образование, наука, инновации, культура и вызовы. 2019. С. 274-277.
9. Loose C., Graaf P., Zarbock G. Schematherapie mit kindern und jugendlichen. Weinheim, Beltz Publ. 2013. 352 p.
10. Одинова М.А. Стресспреодолевающее поведение старшеклассников с разным уровнем жизнестойкости // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2016. № 2. С. 191-198.
11. Ярославкина Е.В. Динамика жизнестойкости студентов ВУЗа // Психология обучения № 3. 2011. С. 60-67.
12. Аликин И.А., Аликин М.И., Лукьянченко Н.В. Связь жизнестойкости студентов с отношением к ним родителей // Психологическая наука и образование. 2020. Т.25. № 3. С. 75-89.
13. Куликова Т.И., Филиппова С.А., Степанова Н.А. Взаимосвязь жизнестойкости и дезадаптивных схем у студентов разных возрастных групп // Перспективы науки и образования. 2022. № 1 (55). С. 463-476.
14. Young J.E., Klosko J.S., Weishaar M.E. Schema therapy: a practitioner's guide. New York: Guilford Press. 2003. 436 p.
15. Yoosefi N., Etemadi O., Bahrami F., Fatehizade M.A.S., Ahmadi S.A. An investigation on early maladaptive schema in marital relationship as predictors of divorce // Journal of Divorce & Remarriage. 2010. V. 51(5). P. 269-292.
16. Капустина Т.В., Кадыров Р.В., Люкшина Д.С. Стратегии совладающего поведения и психологические защиты у девушек с разными ранними дезадаптивными схемами // Психолог. 2018. № 5. С. 25-33.
17. Касьяник П.М., Романова Е.В., Фаррелл Д.М., Шоу А.А. Концептуальные основы групповой и индивидуальной схематерапии // Российский психотерапевтический журнал. 2013. № 1. С. 23-26.
18. Эльзесер А.С., Люкшина Д.С., Боленкова Е.Ф. Концепция ранних дезадаптивных схем в структуре когнитивной психологии // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования.

ния. 2018. Т. 7. № 5А. С. 144-149.

19. Pinto-Gouveia J., Castilho P., Galhardo A., Cunha M. Early maladaptive schemas and social phobia // *Cognitive Therapy and Research*. 2006. V. 30, P. 571-584.

20. Кадыров Р.В., Мироненко Т.А. Обзор зарубежных исследований ранних дезадаптивных схем в клинической практике // *Вектор науки тольяттинского государственного университета*. 2017. №3 (30). С. 60-65.

21. Черемискина И.И., Медведев Д.Г. Ранние дезадаптивные схемы и совладающее поведение у лиц, зависимых от психоактивных веществ // *Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. Сборник научных статей XI Международной научно-практической конференции*. Ульяновск. 2022. С. 63-68.

22. Rijkeboer M.M., de Boo G.M. Early maladaptive schemas in children: development and validation of the schema inventory for children // *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 2010. № 41. P. 102-109.

23. Shorey R.C., Gregory L.S., Scott A. Differences in early maladaptive schemas in a sample of alcohol and opioid dependent women: Do schemas vary across disorders? // *Addiction research & theory*. 2013. V. 21. P. 132-140.

24. Shorey R.C., Gregory L.S., Scott A. Early maladaptive schemas among young adult male substance abusers: a comparison with a non-clinical group // *Journal subst abuse treat*. 2013. V. 42. P. 271-278.

25. Shorey R.C., Stuart G.L., Anderson S., Strong D.R. Changes in early maladaptive schemas after residential treatment for substance use // *Journal of clinical psychology*. 2013. T. 69. №. 9. P. 912-922.

26. Thimm J.C. Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms // *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 2010. V. 41, P. 52-59.

27. Pugh M. A narrative review of schemas and schema therapy outcomes in the eating disorders // *Clinical psychology review*. 2015. V. 39. P. 30-41.

28. Blissett J.M., Farrow C.V. Stability and continuity of women's core beliefs and psychopathological symptoms from pregnancy to one year postpartum // *Cognitive therapy and research*. 2007. № 31. P. 589-602.

29. Ledoux T., Winterowd C., Richardson T., Clark J.D. Relationship of negative self-schemas and attachment styles with appearance schemas // *Body Image*. 2010. № 7. P. 213-217.

30. Brown J.M., Selth S., Stretton A., Simpson S. Do dysfunctional coping modes mediate the relationship between perceived parenting style and disordered eating behaviors? // *Journal of eat disord*. 2016. V. 4:27. P. 1-10.

31. Thimm J.C. Relationships between early maladaptive schemas and psychosocial developmental task resolution // *clinical psychology and psychotherapy*. 2010. № 17. P. 219-230.

32. Тихомирова М.А., Гришина Н.В. Ранние дезадаптивные схемы в контексте психологического благополучия // *Петербургский психологический журнал*. 2016. №16. С. 83-102.

33. Богданов Е.Н., Галимзянова М.В., Касьяник П.М., Романова Е.В., Заварзина А.А. Социально-психологическая адаптация взрослых в связи с ранними дезадаптивными схемами // *Прикладная юридическая психология*. 2019. № 1. С. 31-39.

34. Ковтуненко А.Ю., Ерзин А.И. Ранние дезадаптивные схемы у девушек, практикующих диеты // *Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн*. 2018. Т. 6. № 1(19). URL: <http://medpsy.ru/climp>.

35. Заварзина А.А., Романова Е.В. Социально-психологическая адаптация взрослых в связи с ранними дезадаптивными схемами // *Ананьевские чтения - 2017: преемственность в психологической науке: В.М. Бехтерев, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов. Санкт-Петербург*. 2017. С. 104-105.

36. Эриксон Э. *Детство и общество* // Э. Эриксон. 2-е изд. СПб.: Ленато, 2006. 592 с.

37. Жедунова Л.Г. *Психология личностного кризиса: автореф. дис. ... д.псх.н.* Ярославль, ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2010. 54 с.

38. Черемискина И.И., Капустина Т.В. Совладающее поведение у людей молодого возраста в ситуации переживания личностного кризиса // *Психолог*. 2022. № 4. С. 56-70.

39. Постникова М.И. Особенности жизнестойкости молодежи // *Научный диалог*. 2016. №1 (49). С. 298-310.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

The authors declare no conflicts of interests.

Received date: 21.10.2022

Revised date: 23.11.2022

Accepted date: 10.12.2022