

Российская академия наук  
Институт психологии

А. В. Махнач, А. В. Микляева, Н. М. Сараева,  
И. А. Горьковая, А. И. Лактионова,  
Ю. В. Постылякова, А. А. Суханов

# **Жизнеспособность российской молодежи:**

социально-экологическая парадигма  
психологического исследования



Издательство  
«Институт психологии РАН»  
Москва — 2024

УДК 159.9      *Все права защищены. Любое использование материалов*  
ББК 88.42      *данной книги полностью или частично без разрешения*  
М 36              *правообладателя запрещается*

Рекомендовано к печати Редакционно-издательским советом  
Института психологии РАН

Рецензенты:

*Л. А. Цветкова*, академик РАО, доктор психологических наук, профессор  
ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет  
им. А. И. Герцена», заместитель директора по научной деятельности НИУ ВШЭ  
в г. Санкт-Петербурге

*Е. А. Сергиенко*, доктор психологических наук, профессор,  
главный научный сотрудник ФГБУН «Институт психологии РАН»

*Е. А. Рыльская*, доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой  
психологии управления и служебной деятельности  
ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (НИУ)»

**Махнач А. В., Микляева А. В., Сараева Н. М., Горьковая И. А.,  
Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Суханов А. А.**

**М 36** Жизнеспособность российской молодежи: социально-экологическая парадигма психологического исследования / Под ред. А. В. Махнач. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024. — 286 с. (Фундаментальная психология — практике)

doi: 10.38098/fund\_24\_0473  
ISBN 978-5-9270-0473-7

УДК 159.9  
ББК 88.42

В монографии представлены исследования, реализованные с позиций системного, контекстного, социокультурного (экологического) и экопсихологического подходов к изучению жизнеспособности молодежи, а также с участием гражданской науки. На теоретическом и эмпирическом уровнях изучены факторы риска, провоцирующие снижение жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически и социально неблагоприятных условиях, проведена оценка факторов защиты, способствующих развитию у молодых людей этой характеристики. Рассматриваются характеристики здоровья и качества жизни молодежи, вопросы безопасности среды ее проживания и вовлеченности в трудовую деятельность в контексте гендерных различий и с учетом влияния социокультурных и социально-экономических факторов. Подробно рассмотрено использование в психологическом исследовании технологии гражданской науки. Представлены методический инструментарий и результаты эмпирических исследований жизнеспособности молодежи 2019–2021 гг., а также авторские программы, направленные на развитие жизнеспособности молодежи, проживающей в разных социально-экономических и экологических условиях.

© ФГБУН «Институт психологии РАН», 2024  
ISBN 978-5-9270-0473-7

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ . . . . .</b>	<b>5</b>
---------------------------	----------

## **ГЛАВА 1**

<b>Теоретико-методологические основания изучения жизнеспособности молодежи . . . . .</b>	<b>13</b>
1.1. Системный подход к изучению жизнеспособности молодежи . . . . .	14
1.2. Контекстный подход к изучению жизнеспособности молодежи . . . . .	19
1.3. Социокультурный (экологический) и экопсихологический подходы к изучению жизнеспособности молодежи . . . . .	23
1.4. Гражданская наука в изучении жизнеспособности молодежи . . . . .	30

## **ГЛАВА 2**

<b>Влияние факторов риска и защиты на жизнеспособность молодежи, проживающей в неблагоприятной социальной и природной среде . . . . .</b>	<b>54</b>
2.1. Характеристики здоровья и качества жизни молодежи . . . . .	57
2.2. Безопасность среды проживания молодежи . . . . .	71
2.3. Вовлеченность молодежи в трудовую деятельность . . . . .	75

## **ГЛАВА 3**

<b>Методология и методы исследования жизнеспособности молодежи, проживающей в неблагоприятной социальной и природной среде . . . . .</b>	<b>81</b>
3.1. Дизайн и методы эмпирического исследования . . . . .	82
3.2. Выборка эмпирического исследования, методы статистической обработки данных . . . . .	92

## **ГЛАВА 4**

<b>Жизнеспособность молодежи в контексте экологической ситуации в регионах проживания . . . . .</b>	<b>102</b>
4.1. Жизнеспособность молодежи, проживающей в регионах с разной экологической обстановкой . . . . .	103

4.2. Восприимчивость к ресурсам социальной поддержки и жизнеспособность молодежи в зависимости от региона проживания . . . . .	119
4.3. Взаимосвязь жизнеспособности и качества жизни молодежи из экологически благополучных и неблагополучных регионов . . . . .	123
4.4. Экологические представления молодежи, проживающей в городах с разной численностью населения . . . . .	131

## **ГЛАВА 5**

<b>Жизнеспособность молодежи в социальном контексте: вклад социокультурных и социально-экономических факторов . . . . .</b>	<b>140</b>
5.1. Социально-экономический контекст становления жизнеспособности молодежи . . . . .	140
5.2. Жизнеспособность молодежи в контексте безопасности среды проживания. . . . .	153
5.3. Жизнеспособность молодежи в контексте гендерных различий . . . . .	163

## **ГЛАВА 6**

<b>Гражданская наука в изучении жизнеспособности подростков в условиях экологических и социально-экономических вызовов . . . . .</b>	<b>180</b>
Инструкция для старших школьников. . . . .	187
Инструкция для родителей. . . . .	189

<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ . . . . .</b>	<b>200</b>
-----------------------------	------------

<b>ЛИТЕРАТУРА . . . . .</b>	<b>203</b>
-----------------------------	------------

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

<b>Анкета «Оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания» . . . . .</b>	<b>243</b>
---	------------

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

<b>Программа для молодежных общественных организаций. . . . .</b>	<b>246</b>
<b>Сведения об авторах . . . . .</b>	<b>284</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Окружающую современных молодых людей среду можно охарактеризовать как неблагоприятную для их физического и психического развития. Об этом свидетельствуют данные Всемирной организации здравоохранения: психические расстройства наблюдаются у каждого седьмого человека в возрасте от 10 до 19 лет в мире; на этот возрастной период приходится 13% от общего количества психических заболеваний. Нередки эмоциональные, психотические расстройства, поведенческие нарушения, расстройства пищевого поведения, рискованные формы поведения, самоубийства и самоповреждения (ВОЗ, 2023). Далеко не всегда эти заболевания и расстройства поведения соотносятся с негативными влияниями неблагоприятной жизненной среды обитания. В наиболее общем виде основные вызовы среды — экологические, технологические и социальные — часто превышают возможности их ресурсов. Это приводит к увеличению общей заболеваемости, росту пограничных нервно-психических расстройств у молодых людей, развитию неблагоприятных черт характера и, как следствие, к нарушению их социальной адаптации.

ЮНИСЕФ в 2021 г. разработал Индекс климатических рисков для детей (Children's Climate Risk Index, CCRI), который оценивает страны по 57 переменным: от риска прямого воздействия климатических и экологических бедствий (например, болезней или засухи) до более широких системных факторов, таких как системы здравоохранения и питания, образование, санитария, бедность, коммуникации и социальная защита. ЮНИСЕФ обнаружил, что «примерно до одного миллиарда детей во всем мире — почти половина детей в мире — живут в странах (преимущественно на так называемом Глобальном Юге), которые подвергаются чрезвычайно высокому риску воздействия изменений климата» (UNICEF, 2021, p. 5). Кроме того, было

установлено, что «почти каждый ребенок является жертвой по крайней мере одной серьезной климатической или экологической опасности, а 850 миллионов детей — примерно треть всех детей в мире — подвергаются четырем или более экологическим или климатическим опасностям, что позволяет сделать вывод о том, что климатический кризис уже оказывает разрушительное воздействие на благополучие детей во всем мире» (ibid., p. 6).

Уже в 1990-е годы наиболее авторитетной группой исследователей жизнеспособности детей и подростков под руководством Н. Гармези была обоснована необходимость в будущих исследованиях сосредоточить внимание на процессах, способствующих адаптации. Такие исследования проливают свет на диапазон адаптации и характеристики саморегуляции, выявляют ограничения и связи между различными аспектами когнитивного, эмоционального и социального развития подростков (Masten et al., 1990). Научная значимость исследований жизнеспособности молодежи России заключается в том, что они позволяют определить факторы риска и защиты (индивидуальные, социально-экономические, экологические, культурные), влияющие на развитие жизнеспособности. Проведение исследований в этой проблемной зоне предоставит возможность ученым выявить как универсальные, так и контекстуально обусловленные факторы жизнеспособности российской молодежи и разработать соответствующие практические рекомендации по развитию и укреплению жизнеспособности.

Проблема жизнеспособности человека (и, в частности, молодежи) приобрела в последние десятилетия особую актуальность в отечественной психологии в связи с оформившимся социальным и научным запросом на определение факторов и механизмов, обеспечивающих стабильность психики, сохранение психологического здоровья человека в осложненных условиях кризисного социума. Понятие и проблематика жизнеспособности относятся к числу междисциплинарных и разрабатываются в отличающихся контекстах разных областей знания — технического, естественнонаучного, гуманитарного.

Современное общество заинтересовано в существовании жизнеспособных людей, живущих и работающих конструктивно в меняющихся условиях и реализующих свой потенциал. Научные исследования проводились философами, историками, социологами, врачами и педагогами, но проблема изучения жизнеспособного человека в психологии стала приоритетной сравнительно недавно.

Новые технологии и активное внедрение их в жизнедеятельность человека, постоянные изменения и нестабильность природной и социальной среды, приводящие к росту психологических рисков и неблагополучия у молодых людей, определяют научный интерес к феномену их жизнеспособности, активно формируется «запрос на участие психологии в решении задач, связанных с психологическими факторами социально-экономических успехов общества» (Журавлев и др., 2013, с. 4). В ежегодной оценке по Глобальному индексу жизнеспособности (FM Global Resilience Index) 130 стран ранжируются по девяти ведущим элементам (драйверам) развития. Согласно мнению экспертов авторитетного агентства FM Global, лозунг которого — «Жизнеспособность объединяет», жизнеспособность страны определяется как комбинация ее устойчивости и уязвимости к факторам неблагоприятного воздействия и ее способности восстановиться после этого воздействия до уровня экологического благополучия. В число ключевых драйверов жизнеспособности входят политический риск, качество инфраструктуры, воздействие опасных природных явлений и способность к управлению рисками. Эти драйверы объединены в три группы факторов: 1) экономические, 2) объем рисков, 3) эффективность инфраструктуры, способствующей качеству жизни населения. Россия в этом рейтинге в 2023 г.<sup>1</sup> заняла 54-е место (75-е — в 2016 г.), находясь между такими странами, как Бразилия и ЮАР, значительно улучшив этот показатель. Вместе с тем наша страна, согласно результатам 2023 г., занимает 90-е место (32,3% из 100%) по общему экономическому рангу и находится между Боснией и Намибией, демонстрируя низкую продуктивность; по экономическому драйверу страна имеет показатель 23,6% из 100%. По расходам на здравоохранение Россия имеет показатели 19,1% из 100%, по политическим рискам — 44,4% из 100% (из бывших республик СССР наилучший показатель у Литвы (82,4%), хуже, чем в России, дело обстоит в Армении (39,4%), Азербайджане (39,0%), Украине (32,6%)). По совокупности указанных выше рисков наша страна находится относительно высоко — на девятом месте, между Норвегией и Францией. Однако по драйверу «Эффективность инфраструктуры» мы занимаем 88 место — между Доминиканской республикой и Албанией. В этот показатель входят следующие драйверы: контроль коррупции (65,8%), качество инфраструктуры (17,8%), корпо-

1 См.: <https://www.fmglobal.com/research-and-resources/tools-and-resources/resilienceindex>.

ративное управление (60,5%), доступность инфраструктуры (28,4%). По значимому для развития экономики драйверу «Контроль коррупции» мы находимся между Египтом и Сербией. По драйверу «Эффективность инфраструктуры, способствующей качеству жизни населения» из европейских стран только Украина имеет худший, чем у нас, рейтинг (105-е место). Приведенные показатели для нас очень важны, поскольку они отражают не только общее состояние экономики России и наиболее важные факторы, способствующие ее развитию, но и состояние российского общества в целом и его социальных групп (в том числе и молодежи), которое характеризуется многочисленными проявлениями системного кризиса, охватывающего все сферы социальной, экономической, культурной и духовной жизни. Все это порождает неадаптивные формы социализации людей, детерминируя снижение жизнеспособности и нарушение адаптации целых поколений к сложным экономическим и политическим условиям. По мнению Д. В. Ушакова, «трансляция моделей поведения из поколения в поколение происходит в основном за счет культурных механизмов, в том числе благодаря неосознанной передаче установок в семье. Эти каналы межпоколенческой трансляции несвободны от помех и сбоев, тем не менее благодаря им поведение старших поколений в значительной степени воспроизводится младшими» (Ушаков, 2020, с. 230).

В связи со всем вышесказанным, идея воспитания жизнеспособного поколения должна быть выдвинута на уровень национального приоритета в общегосударственной, социальной, семейной, молодежной политике. «Десятилетия исследований жизнеспособности молодежи, которая преодолевает различные угрозы, связанные с ситуативным и кумулятивным неблагополучием, хорошо согласуются с растущим объемом исследований, специально посвященных ответным мерам общества на изменения климата, многосистемным стратегиям по снижению риска и повышению жизнеспособности» (Sanson, Masten, 2023, p. 3). На протяжении последних двадцати лет в этом проявляется запрос общества на изучение компонентов жизнеспособности для прогнозирования данного качества у молодых людей в их будущем (Горьковая, Микляева, 2019; Королёва, 2015; Лактионова, 2017; Махнач, 2016а; Нестерова, 2011; Сараева, Суханов, 2016; Theron, 2021; Ungar et al., 2005, 2008).

Проблема влияния природных, социально-психологических и экономических факторов на адаптивность, ресурсность и, в ко-



нечном счете, на жизнеспособность является чрезвычайно сложной. Состояние российского общества на протяжении последних тридцати лет определяется теми психологическими вызовами политических, экономических и социальных событий, через которые прошла страна. Продуманная стратегия движения в направлении желаемых для общества изменений достигается путем адаптации человека, семьи и общества в целом к изменяющимся условиям жизни. Делается это с опорой на характеристики жизнеспособности, которые необходимо изучать. На жизнеспособность молодежи значительное влияние оказывают факторы риска и защитные факторы тех контекстов (природного, социального, культурного), в которых ей приходится жить и работать (Анисимова, Цветкова, 2021). Природные, социальные, семейные, культурные факторы защиты создают условия для позитивной адаптации и развития.

Жизнеспособность определяется как наиболее важная характеристика молодежи. Поэтому проблема ее изучения в психологии обусловлена рядом объективных обстоятельств:

- актуальной потребностью в повышении уровня жизнеспособности наряду с недостаточной теоретической разработанностью общих психологических закономерностей и механизмов феномена жизнеспособности на фоне методологической разобщенности ее исследований, выполняемых в различных эпистемологических традициях;
- актуальностью формирования системного представления в психологии о феномене жизнеспособности человека, семьи, общества и слабой эмпирической изученностью генетических, личностных, социальных ее основ в связи со структурными, критериальными, функциональными определениями каждого из изучаемых феноменов;
- острой необходимостью оказания конкретной психологической помощи молодым людям, семьям с низкой жизнеспособностью при недостаточной операциональности методических средств реализации такой помощи.

Социальные условия и жизненный опыт, способствующие развитию жизнеспособности молодежи, следует рассматривать в контексте природной среды, семьи, общества, культуры в целом и в контексте взаимоотношений молодых людей с близким и широким кругами их общения и взаимодействия. Поэтому жизнеспособность не явля-

ется универсальной характеристикой человека, она изменяется в зависимости от влияния тех или иных факторов риска и контекстов, в которых живут молодые люди.

В связи с этим коллектив авторов поставил перед собой цель провести изучение факторов риска, провоцирующих снижение жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически неблагоприятных условиях, а также оценку факторов защиты, способствующих развитию у молодых людей этой характеристики. В монографии представлены результаты исследования, полученные нами в 2019–2021 гг. в рамках международного (Россия–ЮАР) проекта «Жизнеспособность подростков в условиях экологических и социально-экономических вызовов: исследование в рамках нескольких систем». Проведенное нами изучение жизнеспособности молодежи реализовано с позиций общесистемных представлений, социокультурного (экологического) и экопсихологического подходов, а также в русле контекстного подхода к изучению этого феномена.

Актуальность исследования состоит в теоретическом изучении разноразмерных психосоциальных и экологических детерминант жизнеспособности во временной перспективе у молодых людей России (возраст – от 15 до 24 лет), испытывающих на себе влияние экологически неблагоприятных условий жизни.

Использование понятия «жизнеспособность молодежи» ложится в основу наших многолетних исследований с целью разработки теоретических оснований и ориентированных на практику знаний, способствующих позитивной адаптации этой социальной группы, живущей в неблагоприятных экологических и социально-экономических условиях. Актуальность данного исследования реализуется в проведении теоретико-эмпирической разработки нового для российской психологии понятия «жизнеспособность молодежи», а также в анализе взаимосвязей между индивидуальной жизнеспособностью молодого человека и средовыми влияниями с точки зрения их ресурсности (с учетом возрастных, половых и гендерных различий) в разных контекстах его жизнедеятельности: природных, семейных, социально-психологических. Крайне важным остается анализ факторов риска и защитных факторов формирования жизнеспособности молодых людей, проживающих в неблагоприятных социально-психологических и экологических условиях. Выполненные нами ранее исследования показывают, что «если жизнеспособность подростка или молодого человека не опирается на внутренние ресурсы

личности, а зависит только от внешних источников, то социальная адаптация достигается условно и существует до тех пор, пока существует внешняя поддержка» (Лактионова, 2016а, с. 118). Это делает особенно актуальным исследование индивидуальной жизнеспособности в рамках социальной группы — молодых людей.

Актуальной исследовательской задачей является также и изучение жизнеспособности сообщества, в котором формируется и развивается это интегративное качество молодого человека. По этой причине социально-психологический анализ компонентов жизнеспособности группы на различных уровнях и теоретическое обоснование ее жизнеспособности в разных контекстах также является задачей данного исследования,

Исключительно важным является изучение защитных факторов, которые помогают проявиться жизнеспособности и уменьшают опасность развития у молодых людей нарушений адаптации, тогда как факторы риска увеличивают вероятность возникновения у них трудностей различного генеза. Особенно актуальными являются выделение и научная классификация факторов в зависимости от контекста и при условиях, когда одно и то же событие может выступать как в качестве защитного, так и в качестве фактора риска. По этим причинам исследователи феноменологии жизнеспособности молодежи все больше внимания уделяют тому, как происходит развитие их жизнеспособности в социокультурном и историческом контекстах (Dehnel et al., 2022; Panter-Brick et al., 2018; Renbarger et al., 2020).

Полученные нами результаты позволили изучить сложные системные связи между индивидуальными, социально-экономическими культурными и экологическими воздействиями и разработать практические рекомендации для семей, школ и молодежных сообществ по развитию жизнеспособности молодежи в контексте негативных социально-экономических и экологических условий среды.

Очень серьезное научно-практическое значение имеет просветительская деятельность молодых людей, направленная на развитие у них экологического мышления. В монографии она описана как важная часть формирования осознанного отношения к экологии родного города, в котором они живут. В ходе этой работы они с помощью презентаций, посвященных взаимосвязям индивидуальной жизнеспособности и экологии, рассказывают сверстникам о важности вклю-

чения в проблематику жизнеспособности человека. В монографии показано, что деятельность подобного рода способствует формированию у молодежи активной жизненной позиции, умения обращаться к своим психологическим ресурсам и, в итоге, функционировать самостоятельно, развивая свою жизнеспособность.

# ГЛАВА 1

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИЗУЧЕНИЯ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ МОЛОДЕЖИ

В психологии жизнеспособность человека понимается как его способность преодолевать неблагоприятные жизненные обстоятельства с возможностью восстанавливаться, используя для этого все внутренние и внешние ресурсы; как способность к жизни во всех ее проявлениях, базирующаяся на воле к ней (Makhnach, 2003); как «индивидуальная способность управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами в контексте социальных, культурных норм и средовых условий» (Махнач, Лактионова, 2007, с. 294). А. В. Махнач называет выделенные зарубежными исследователями три группы переменных, которые способствуют развитию жизнеспособности в условиях риска и, соответственно, три обобщающие категории жизнеспособности: индивидуальные диспозиционные характеристики, поддержка семьи и ее сплоченность, внешняя система поддержки (Махнач, 2016). Поддержка семьи, играющая важную роль в структуре жизнеспособности подростков, актуализирует необходимость помощи семье и совместной работы с ней в проблемных случаях (Лактионова, 2016; Махнач, 2019). Изучение жизнеспособности как результирующей влияния названных групп факторов приобретает особую значимость в контексте российских социальных и экологических реалий, осложняющих жизнедеятельность молодого человека.

Установлено, что неблагоприятная экологическая обстановка наряду с неблагополучием социальной среды закономерно приводят к снижению показателей психического и личностного функционирования человека (Екимова, 2003; Мысникова, 2015; Сараева, 2010; и др.). Обозначая проблему в рамках нескольких теоретических подходов, исследователи учитывали, что конструкт жизнеспособности понимается сегодня как совокупность адаптационных возможнос-

тей человека, помогающих ему преодолевать жизненные невзгоды, используя для этого все имеющиеся у него в наличии ресурсы (Махнач, 2020). Жизнеспособность — один из важнейших адаптационных ресурсов личности (Ellis et al., 2017).

Вместе с тем отметим, что в настоящее время можно наблюдать не только различия в методологических подходах к исследованию данного феномена, но и разные позиции исследователей, касающиеся его анализа, операционализации и интерпретации получаемых эмпирических данных. Назовем здесь прежде всего социокультурный экологический (А. В. Махнач), и социально-психологический (А. В. Махнач, А. И. Лактионова, А. А. Нестерова) подходы, общепсихологический подход к изучению жизнеспособности (Е. А. Рыльская), экопсихологический подход к развитию психики (Н. М. Сараява, А. А. Суханов).

### **1.1. Системный подход к изучению жизнеспособности молодежи**

Поставленная еще в рамках комплексного человекознания Б. Г. Ананьева, но до настоящего времени относительно новая в отечественной психологической науке проблема жизнеспособности человека претендует сегодня на междисциплинарный, междипаригмальный статус. В российской психологии такой ракурс изучения феномена жизнеспособности был заявлен исследователями практически с самого начала научного интереса к данной проблематике. Подобное положение нового для психологии понятия обуславливает разнообразие подходов к его разработке и сообщает нам о его системности. Показывая взаимовлияние и расширение подходов в современной психологической науке (Сергиенко, 2016б, 2018), Е. А. Сергиенко обозначила данную тенденцию как «междипаригмальные мосты». Само расширение в обозначении парадигм указывает на необходимость гибкости и открытости границ традиционных подходов (Научные подходы..., 2023, с. 16–17). «Современное представление о мультидетерминации психического развития, что означает множество пересечений биологических, генетических, социальных, исторических и культурных направляющих, где в центре — человек как саморазвивающаяся система, позволяет также подготовить „переправу“ между разными парадигмами, что диктует мультипаригмальность и междисциплинарность современного этапа развития наук» (Сергиенко, 2016б, с. 10).

Рассматривая в наших исследованиях жизнеспособность как системоорганизующий фактор жизнедеятельности молодого человека, уточним понимание нами его жизнеспособности. Как известно, микросистема молодого человека является составной частью более широкой системы, поэтому исследование в русле системного подхода предполагает анализ всех ее структурных компонентов, описываемых закономерностями системного подхода, в их взаимосвязанности. При этом динамика любого из компонентов системы приведет к изменению всех остальных компонентов. Как всякая система, она нацелена на гомеостаз, затрагивающий как внешние ее компоненты, так и внутренние, и гомеостатическое равновесие позволяет поддерживать ее жизнеспособность.

По этой причине не является случайным метафорическое определение жизнеспособности как «зонтичного» термина для психологических ресурсов, имеющих решающее значение для человека (Windle et al., 2008). Данный термин способен описать разнообразные адаптационные ресурсы человека (группы людей), которые могут быть изучены на разных уровнях системного функционирования в единстве свойств и характеристик (от физиологических до социальных). Сама идея поиска метатеоретического конструкта, объединяющего под своим «зонтиком» ряд понятий, часто близких по содержанию, не нова (Махнач, 2017).

В психологии одним из наиболее авторитетных подходов к анализу феномена жизнеспособности является понимание ее динамической характеристики — способности человека преодолевать неблагоприятные жизненные обстоятельства и восстанавливаться, используя для этого все имеющиеся в наличии внутренние и внешние ресурсы. В рамках этого подхода подчеркивается, что жизнеспособность не является постоянной величиной и изменяется в соответствии с изменениями доступных ресурсов адаптации и факторов риска (Ungar et al., 2013), которые обнаруживаются в процессе взаимодействия между человеком и окружающей его физической и социальной средой (Ungar, Hadfield, 2019). Конструкт жизнеспособности может быть операционализирован в виде многоуровневой модели, описываемой с помощью индивидуальных, межличностных и социальных характеристик, составляющих ресурсы адаптации (Thibodeaux, 2021). Компоненты жизнеспособности представляют собой саморазвивающуюся систему, функционирующую в соответствии с системно-генетическими принципами услож-

нения, дифференциации и организации человеком своей жизни (Рыльская, 2011).

Будучи многомерной системной характеристикой, жизнеспособность человека определяется множеством факторов, взаимодействием ее внутренних свойств, психических и психологических ресурсов с семейной и широкой социальной средой (Лактионова, 2016а, б; Махнач, 2016 а, б; Masten, 2007; Theron, 2021; Ungar, 2015, 2021). Специфика составляющих и характер этого взаимодействия являются основой целостности и системности жизнеспособности как психологического феномена. Система индивидуально-психологических свойств, система семьи, образовательная среда и культурный контекст в целом могут включать в себя риски и поддерживающие факторы защиты, но для жизнеспособности человека совокупность этих систем обеспечивает баланс факторов риска и защиты (Ионеску, 2007; Лактионова, 2015б, 2017; Махнач, Лактионова, 2007; Нестерова, 2016; Рыльская, 2014; Theron, 2021; Ungar, Liebenberg, 2011).

Как в зарубежной, так и в российской психологии большинство работ по изучению жизнеспособности подростков и молодых людей выполнено в рамках экологического подхода Ю. Бронфенбреннера, опирающегося на положения теории систем (подробнее об этом см. ниже, п. 1.3) (Bronfenbrenner, 1979). Исходя из понимания жизнеспособности человека как системного свойства, проявляющегося в системе «человек—окружающая среда», проводятся исследования, выявляющие факторы риска и защиты, которые относятся к индивидуальным характеристикам, социально-экономическим и культурным условиям проживания человека. Исследуются также сложные системные связи между индивидуальными, социально-экономическими и культурными воздействиями. Однако в настоящее время крайне незначительно число публикаций, в которых ставилась бы как самостоятельная проблема изучения жизнеспособности человека, проживающего в регионе с субэкстремальными природно-климатическими характеристиками и значительным экологическим неблагополучием природной среды. Трактуя жизнеспособность с системных позиций, многие исследователи подчеркивают, что она проявляется только во взаимодействии человека с окружающей средой (Арчакова, 2016; Махнач, 2012; Нестерова, 2011; Theron, 2020; Ungar, 2021; и др.), фактически оставляя влияние природной среды за рамками исследований. Между тем такого рода исследования необходимы. Так, российскими учеными были полу-



чены данные, показывающие, что в регионе экологического неблагополучия существует тенденция к общему снижению (в пределах нормы) психической активности родившихся там и постоянно проживающих детей (Сараева, 2010; Суханов, 2016), что приводит к активизации ими стратегии минимизирующей адаптации и снижает уровень их жизнеспособности.

Каждая система имеет защитные ресурсы, которые способствуют жизнеспособности. Исследователи этого феномена все чаще подчеркивают необходимость лучшего понимания того, какие защитные факторы имеют решающее значение для жизнеспособности молодых людей в конкретном контексте и в определенный момент времени (Haroz et al., 2013; Hopkins et al., 2014; и др.). В связи с таким пониманием роли защитных факторов для жизнеспособности подростков, в рамках теории дифференциального воздействия (Differential Impact Theory, DIT), М. Унгар оспаривает идею о том, что все защитные ресурсы одинаково полезны для всех подростков. Согласно этой теории, при более высоких уровнях риска конкретные ресурсы, вероятно, будут иметь большее значение для их жизнеспособности (Ungar, 2015, 2021). Соответственно, важно определить, какие ресурсы как фактор защиты имеют большую или меньшую ценность, для каких подростков и в каких условиях стресса (Theron, Ungar, 2018). Системного подхода к изучению жизнеспособности молодежи придерживаются некоторые исследователи этого феномена в ЮАР (Mosavel et al., 2015; van Breda, Theron, 2018), Гонконге (Arat, Wong, 2019), Гане (Abdullah et al., 2021) и других странах.

Необходимость анализа жизнеспособности с системных позиций поддерживают и российские исследователи этого феномена (см., например: Куфтяк, 2017; Лактионова, 2017; Лотарева, 2018; Махнач, 2013; Нестерова, 2016; Постылякова, 2017; Рыльская, 2009; Сараева, 2017; и др.). Несмотря на проведение исследований в русле системной парадигмы, исследователи жизнеспособности до настоящего времени не придавали особого значения изучению всех систем, потенциально обеспечивающих жизнеспособность человека. Эти системы по-разному воздействуют на определенные группы молодых людей в определенном контексте, в конкретный период и длительности.

В русле современных тенденций восхождения науки к более высокому уровню системности знания психологи постулируют системный характер понятия «жизнеспособность человека». Соответственно, жизнеспособность — это системное свойство человека, что законо-

мерно предполагает его взаимодействие с окружающей природной и социальной средой. Поэтому анализ свойств молодого человека как системных позволяет соотносить их с разными системами, в которые он включен. Некоторые его индивидуально-психологические свойства могут быть соотнесены с несколькими компонентами системы. Как системное качество личности трактует жизнеспособность А. А. Нестерова: «Жизнеспособность личности как социально-психологический феномен понимается нами в качестве системного качества личности, характеризующего органическое единство индивидуальных и социально-психологических способностей человека к реализации ресурсного потенциала, использованию конструктивных стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях и в условиях социально-экономической депривации, что обеспечивает возвращение личности на докризисный уровень функционирования или определяет посткризисный личностный рост» (Нестерова, 2016, с. 51).

Как известно, жизнеспособность молодежи может проявляться по-разному в разных контекстах. Например, утверждается, что, когда окружающая среда не поддерживает и не вознаграждает про-социальное поведение, молодые люди могут выбирать нетипичные модели поведения и по-своему обращаться к ресурсам, активизирующим их жизнеспособность (Лактионова, 2017; Malindi, 2018; Ungar, 2011). Жизнеспособность молодежи является сложным, опирающимся на доступные ресурсы с разной эффективностью (Ungar, 2011; 2018) и недостаточно изученным феноменом, зависящим от жизнеспособности других важных систем, с которыми она взаимодействует, — например, их семей, сообществ или экосистемы в целом (Masten, 2014, 2015, 2019). Какие ресурсы имеют наибольшее значение для жизнеспособности подростков, определяется социокультурным контекстом, в который они встроены (Panter-Brick et al., 2018), гендерными стереотипами, формирующими их поведение (Rosenfield, Mouzon, 2013). Однако эти взаимосвязи и их детерминация недостаточно изучены, что ограничивает возможности заинтересованных сторон — например, специалистов помогающих профессий, социальных институтов, чиновников, ответственных за социальную политику в государстве — оптимально реагировать на глобальный императив улучшения здоровья и благополучия молодежи (Patton et al., 2016).

Таким образом, наши теоретические разработки жизнеспособности человека проходят в русле системного подхода к изучению этого

феномена, доказавшего свою применимость в разных теоретических и прикладных моделях. Закономерности системного подхода позволяют описать основные характеристики жизнеспособности молодого человека и его окружения как системы, его внешние связи с другими системами, внутреннюю структуру, взаимосвязи, границы и т. д.

В связи с тем, что жизнеспособность молодого человека является сложным и недостаточно изученным феноменом, на который оказывает влияние множество факторов разных систем (расширенная семья, социальное окружение, общество в целом и т. д.), системный подход к изучению жизнеспособности позволяет рассматривать все эти системы в их взаимосвязи как экосистему молодого человека. Важной причиной для применения системного подхода в анализе жизнеспособности молодежи в возрастной психологии и психологии развития является необходимость анализа специфических особенностей этого возрастного периода в контексте всей жизни человека. Ввиду многогранности объекта исследования — молодого человека — научное обоснование системных характеристик его жизнеспособности напрямую связано с системным же анализом всех факторов риска и защиты, которые помогают формированию его жизнеспособности.

## **1.2. Контекстный подход к изучению жизнеспособности молодежи<sup>1</sup>**

Наиболее часто встречающийся в современных исследованиях жизнеспособности молодежи контекстный подход (DeHaan et al., 2002; Jackson et al., 2014; Johnson, 2012, Ungar, 2018; Walsh, 2012; Wright et al., 2013) позволяет более объемно охарактеризовать эту интегративную характеристику и определяет перспективу развития жизнеспособности в условиях адаптации к изменившимся внешним условиям (стресс, неблагоприятное событие и т. п.) с позиции экологии человека и семьи. Он дает возможность различать внутренний контекст жизнедеятельности молодых людей посредством изучения их индивидуально-психологических особенностей, знаний, умений и в целом — накопленного жизненного опыта. Вместе с тем изучение внешнего контекста их жизнедеятельности уточняет социальные и культурные влияния, общие для этой возрастной группы, внешние и значимые характеристики экологии их социального окружения.

В отечественной психологии понятие контекста разработано А. А. Вербицким и его учениками (Вербицкий, 2005; Вербицкий,

1 Подробное см.: Махнач, 2019.

Калашников, 2015; и др.). Предлагается следующее определение: «Контекст — это система внутренних и внешних условий жизни и деятельности человека, которая влияет на восприятие, понимание и преобразование им конкретной ситуации, придавая смысл и значение этой ситуации как целому и ее компонентам. Внутренний контекст представляет собой индивидуально-психологические особенности, знания и опыт человека; внешний — предметные, социокультурные, пространственно-временные и иные характеристики ситуации, в которых он действует» (Вербицкий, 2005, с. 137). «Внутренний контекст — совокупность внутриспсихических явлений, соотносимых с другими; в то же время и внешний контекст <...> это не материальные, „внешние“ по отношению к психике предметы и социальные явления, но всегда только их внутриспсихические репрезентации» (Вербицкий, Калашников, 2015, с. 7). В рамках контекстного подхода, как одного из направлений системного подхода в психологии, задается система координат для упорядочения и описания уже имеющихся данных о жизнеспособности молодежи, для выстраивания структуры и иерархии компонентов на их основе и, в конечном итоге, для выработки комплексного представления об их жизнеспособности. Контекстный подход позволяет отразексировать методологические основы изучаемого феномена для разработки концепции жизнеспособности человека (см. рисунок 1).



**Рис. 1.** Представление о жизнеспособности молодого человека в рамках контекстного подхода

По нашему мнению, внешний и внутренний контексты ранее описал Б. Ф. Ломов следующими словами: «Методологические исследования советских психологов показали, что психические явления не пред-

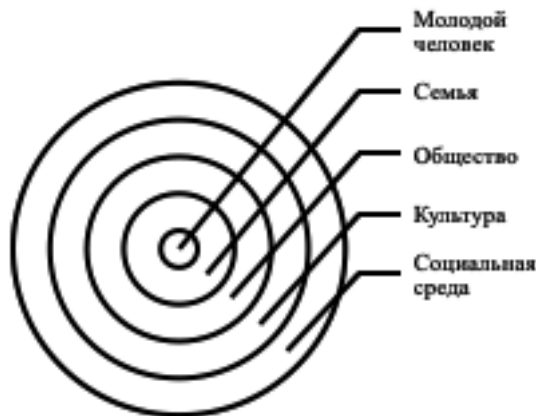
ставляют собой некоторой замкнутой в себе реальности. Они относятся к категории явлений отражения и как таковые необходимым образом включены во всеобщую взаимосвязь явлений материального мира» (Ломов, 1984, с. 107). Иначе говоря, психические явления, которые детерминированы внутренним контекстом, включены в явления материального мира — внешний контекст: семейный, социальный, культурный, исторический.

Здесь важно отметить, что каждый уровень функционирования молодого человека может содержать для него как факторы риска, так и факторы защиты. Запускать жизнеспособные механизмы его функционирования может не только несущий в себе угрозу фактор риска, но и возникающая в процессе его жизни любая значимая для него цель. Если это необходимо, молодой человек может использовать различные внешние по отношению к нему ресурсы (семейные, социальные и т. п.).

Исследователи характеристик жизнеспособности молодежи как внешних для них ресурсов указывают, что наличие одного из родителей или заменяющего его человека (на его месте может быть любой — бабушка, опекун) с адекватными родительскими навыками, а также теплое, заботливое семейное окружение, качественное воспитание, структурированный и стабильный дом являются необходимыми для жизнеспособности как молодого человека, так и семьи в целом (DeHaan et al., 2002; McCubbin, McCubbin, 2005). В одном из исследований изучался вклад таких параметров детско-родительских отношений, как родительская теплота и родительский контроль, в жизнеспособность молодежи, с учетом контекстуальных вариаций, связанных с особенностями «пространства взросления». Сопоставлялись данные, полученные на выборках молодежи, проживающей в российском мегаполисе и городах регионального значения, поскольку ранее было показано, что в условиях современной российской действительности условия и, как следствие, результаты взросления в этих типах городов различаются (Безгодова и др., 2018).

Внешняя система поддержки содействует появлению и развитию жизнеспособности подростка и включает сверстников, учителей, соседей, тренеров, священника и других людей, которые помогают ему совладать с жизненными невзгодами и преодолеть их (Garmezy, 1989; Werner, 1993). Важно, чтобы кто-то вне семьи был доступен в тех ситуациях и на тех временных отрезках жизни, когда по каким-то причинам человек оказывается в неблагоприятных условиях.

Контекстный подход к изучению жизнеспособности молодежи и теоретические разработки социокультурного (экологического) подхода к изучению жизнеспособности этой социальной группы с анализом разных социально-психологических контекстов в их системном взаимодействии легли в основу контекстной модели жизнеспособности молодого человека (см. рисунок 2).



**Рис. 2.** Контекстная модель жизнеспособности молодого человека

Таким образом, выделенные в контекстной модели жизнеспособности составляющие («Семья», «Общество», «Культура», «Социальная среда») определяют жизнеспособность молодого человека, оказывая влияние на ее формирование и развитие — от его рождения и на протяжении всей жизни. Эти составляющие относятся к внешнему контексту жизнеспособности молодого человека как система социальных, культурных, средовых характеристик, в своей совокупности являясь его экологической системой. Указанные на рисунке составляющие в своей совокупности могут проявляться как факторы риска или как факторы защиты жизнеспособности молодого человека, в зависимости от условий контекста, формируя его экологическую систему. Составляющие контекстной модели жизнеспособности молодого человека (внешний контекст) и система его индивидуально-психологических особенностей, знаний, опыта (внутренний контекст) являются основным содержанием *системно-экологической концепции жизнеспособности*. Она включает в себя

следующие компоненты: теоретические основания анализа проблематики современной российской молодежи и ее жизнеспособности (представления системного, экологического, контекстного подходов), системные закономерности функционирования молодежи как большой социальной группы, определение понятия «жизнеспособность молодежи», описание факторов риска и защиты жизнеспособности, ее контекстную модель и компоненты; типологию функционирования молодежи в разных экологических условиях. В названии концепции определение «системное» задает системную детерминацию разрабатываемой концепции, а «экологическое» задает проблемное пространство жизнеспособности молодого человека.

### **1.3. Социокультурный (экологический) и экпсихологический подходы к изучению жизнеспособности молодежи**

Социокультурный (экологический) подход к изучению жизнеспособности молодежи, которого придерживается целый ряд исследователей (Андриенко, 2016; Гольцова, 2014; Лактионова, 2017; Boon et al., 2012; Bronfenbrenner, 1979; Gitterman, Germain, 2008; и др.), предполагает анализ разных социально-психологических контекстов, в каждом из которых следует обращать внимание на влияние факторов риска и/или защитных факторов. Молодой человек взаимодействует с большими и малыми социальными и экологическим системами, что и позволяет ему выстоять, не сломаться и, получив опыт выхода из сложной жизненной ситуации, идти дальше. Социокультурный (экологический) подход Ю. Бронфенбреннера к исследованию жизнеспособности человека с его акцентом на философию экологического бытия позволяет расширить понимание этого феномена от узкого, детерминированного факторами защиты и риска, до системной характеристики человека и семьи. Суть данного подхода к изучению развития состоит в междисциплинарном объяснении процессов социализации человека. С его позиций развитие человека видится как динамический процесс, идущий в двух направлениях. Растущий человек постоянно испытывает воздействие со стороны различных элементов окружающей его среды и в то же время сам активно реструктурирует свою многоуровневую жизненную среду. В рамках этого подхода Ю. Бронфенбреннер предложил экологическую модель развития для описания структуры окружения ребенка. Он выделил в качестве основных сфер человеческого раз-

вития на всем его протяжении четыре следующих контекста экологической среды: семейный, социальный, культурный и исторический (Bronfenbrenner, 1979).

Следуя этим идеям, мы включили в анализ жизнеспособности молодого человека совокупность психологических и социально-психологических переменных, постоянно или временно характеризующих его жизнедеятельность. Акцент на экологию молодого человека определяет условия, при которых он становится жизнеспособным и при любых внешних изменениях остается таковым. Ценность теоретического обоснования структуры и системного изучения жизнеспособности молодого человека состоит в том, что знание о контекстах его развития позволяет выдвигать и проверять гипотезы о влиянии разных экологических условий на его жизнь.

Экологический подход к изучению жизнеспособности молодежи помогает проанализировать проблему на микросистемном, экзосистемном, мезосистемном, макросистемном и хроносистемном уровнях, выявить факторы защиты и риска для ее успешного функционирования. Экология молодого человека расширяется до границ дальнего его окружения — предприятия, на котором работают родители, места проживания семьи в самом широком смысле (дом, город, регион и т.д.). Поэтому ресурсы, имеющиеся в распоряжении экологически благоприятного окружения, позволяют ему справляться с неблагоприятными внешними влияниями. Социокультурный (экологический) подход близок к современному контекстному подходу к изучению человека и семьи в пространстве социальных, социально-психологических, экономических и политических контекстов.

Вернемся к теории Ю. Бронфенбренера. Несмотря на то, что развитие происходит на всех пяти уровнях экологической модели, он отводил главную роль развитию на уровне макросистемы (т.е. на уровне формирования жизненных ценностей, законов, традиций, культуры), поскольку именно она оказывает формирующее влияние на все другие уровни. Особую роль в его подходе играет активность человека, благодаря которой он реструктурирует для себя свою многоуровневую жизненную среду. Это положение теории вполне применимо к молодежи, которая, являясь активным субъектом, преобразует мир как внутри семьи, так и вне ее.

Современной психологией широко изучаются микро- и мезофакторы, определяющие жизнеспособность человека, среди которых, помимо прочих, рассматривается и экологическая обстановка в ре-



гионе проживания (Махнач, 2017). Многие регионы нашей страны имеют экологически неблагоприятные условия проживания, что вызывает повышенные требования к жизнеспособности их населения. Развивая концепцию жизнеспособности населения экологически неблагополучного региона в логике экопсихологического подхода к развитию психики (В. И. Панов), мы рассматриваем ее как функцию взаимодействия человека с жизненной средой, представленной как природными, так и социальными условиями его жизни (Ясвин, 2000). С позиций экопсихологического подхода к развитию психики жизнеспособность человека является сложным биопсихосоциальным феноменом, предполагающим включение в его содержание не только комплекса его индивидуальных социально-личностных, но и нейропсихологических, психофизиологических характеристик. Жизнеспособность понимается как заданная природой (энергетически обеспечиваемая) и развиваемая социумом сложная интегральная характеристика, свойство системы «человек—жизненная среда», обеспечивающее актуальный и потенциальный уровень его психической деятельности в данных природных и социальных условиях (Жизнеспособность молодежного населения..., 2019; Сараева, 2017а). Исходя из такого понимания жизнеспособности человека исследователи, работающие в разных областях научного знания, называют среди ее основных черт/компонентов возможность адаптации или даже определяют жизнеспособность как адаптацию (Жизнеспособность человека..., 2016). Способность молодого человека к адаптации выступает важнейшим признаком его жизнеспособности. Это относится и к жизнеспособности молодых людей, проживающих в экологически неблагоприятной жизненной среде. Показатели их психологической адаптации и вообще характеристики психической деятельности в не вполне адекватной гено-фенотипическим свойствам человека среде (Казначеев, 1980) есть одновременно показатели их жизнеспособности.

Между тем, исследованиями, проведенными в экологически неблагополучных регионах — на территориях, подверженных радиационному заражению в результате аварии на Чернобыльской АЭС (Екимова, 2003), в промышленных центрах Ставропольского края (Терещенко, 2002), Урала (Василенко, 2015; Грищенко, 2005; Темнова, 2009), Иркутской области (Дзятковская, 1998), Забайкальского края (Михайлова, 2007; Морозова, 2007; Сараева, 2010; Суханов, 2005) — отмечается снижение различных параметров психологичес-

кого функционирования проживающего здесь детского и юношеского населения.

Снижение различных параметров психологического функционирования коренных жителей территорий с неблагоприятным экологическим статусом представляет собой проявление адаптационных процессов и может трактоваться как своеобразная «цена» приспособления к неблагоприятным условиям жизненной среды, как результат напряжения их адаптационных механизмов (Жизнеспособность молодежного населения..., 2019; Морозова, 2007; Сараева, 2010, 2017в; Суханов, 2012, 2016). В частности, при изучении состояния психики молодежного населения Забайкальского края было обнаружено снижение (дрейф показателей к нижним границам нормы) общего уровня психической активности детей и психологической адаптации, жизнеспособности старших школьников и студентов. Отметим, что, поскольку подобные воздействия обнаруживаются только на уровне популяций, а не индивидов, в работах забайкальских авторов осуществлялся только популяционно-ориентированный анализ данных и не рассматривалась специфика индивидуальной природной и социальной среды (Жизнеспособность молодежного населения..., 2019). Характеристика социальной среды в этом исследовании определялась в самом общем виде как совокупность социально-экономических, образовательных, культурных, информационных условий жизни населения конкретной территории. Такую трактовку выявленного снижения показателей психической деятельности данной категории людей Н. М. Сараева и А. А. Суханов дали, отвечая на закономерно возникшие перед ними вопросы: почему происходит снижение показателей психической деятельности человека в районах экологического неблагополучия? (Сараева, Суханов, 2020б). За счет чего в структурных характеристиках психики человека, постоянно проживающего в таких условиях, достигается относительное приспособление к экологически неблагоприятной жизненной среде и в известной мере формируется достаточный уровень жизнеспособности? Какие факторы жизнеспособности человека, проживающего в экологически неблагополучных регионах, можно выделить в качестве основных?

Учитывалось, что вопрос о причинных факторах психической деятельности является важнейшим в психологии. Как пишет Б. Ф. Ломов, «необходимо преодолеть представление о „линейной детерминации“ и перейти к пониманию организации детерминант как системы, кото-

рая включает не только связи „причина—следствие“, но также „условие—обусловленность“, общие и специальные предпосылки, внешние и внутренние факторы, опосредствующие звенья и т. д.» (Ломов, 1996, с. 58). Исходя из этих положений, можно по результатам эмпирических исследований назвать экологическое неблагополучие природной среды (в зависимости от его степени) фактором или условием жизнеспособности человека, признавая при этом в качестве основного фактор социальный.

Известно, что пусковым для адаптации является энергетический механизм. Изменение энергетики — составная (неспецифическая) часть всех адаптационных процессов. Адаптация к любым, тем более к экологически неблагоприятным, условиям жизненной среды имеет «энергетическую» цену. Нами был предложен следующий вариант объяснения обнаруженного в эмпирическом исследовании снижения разноуровневых показателей жизнеспособности молодежи, постоянно проживающей в экологически неблагоприятных регионах (Сараева, 2017в; Суханов, 2016; Жизнеспособность молодежного населения..., 2019).

Если вслед за Б. Г. Ананьевым понимать жизнеспособность как общий энергетический потенциал, как общую способность человека к эффективному функционированию, определяющую уровень осуществления им жизненных функций (Ананьев, 1968), то понятным становится механизм снижения показателей жизнеспособности респондентов, проживающих в Забайкальском крае. Важнейшей характеристикой природной среды региона, тесно связанной с экологическим неблагополучием, является кислородная недостаточность и обусловленное ею изменение энергетического метаболизма, недостаточный энергогенез в организме человека (Сердцев, 2001). К тому же недостаточная энергия еще и неравным образом распределяется по уровням системной организации человека (по А. Н. Леонтьеву) (Леонтьев, 1983): биологический уровень получает энергии больше, чем психологический и личностный (социальный), для поддержания в первую очередь физических, физиологических оснований жизнедеятельности. Происходит «энергетическое обкрадывание» психических функций (Семенович, 2005), общее снижение активации психической деятельности. Жизнедеятельность в регионе является энергозатратной, и поэтому у человека, проживающего в этих условиях, возникает риск истощаемости. Как отмечает В. П. Казначеев, «при хронических напряжениях должна наступить некоторая мини-

мизация функций с направленными более экономичными потоками информации, энергии, материалов» (Казначеев, 1980, с. 35). Чтобы сохранять необходимый для жизнедеятельности энергобаланс, организм и психика переходят на режим энергосбережения, в котором реализуется стратегия минимизирующей адаптации.

Уточним предварительно для понимания дальнейших рассуждений, что, в соответствии с созданной в рамках экопсихологического подхода к развитию психики теоретической моделью жизнеспособности, в ее структуре выделены иерархически связанные психофизиологический, психический и личностный (социально-психологический) уровни. Основываясь на этом теоретическом положении, мы выявили снижение разноуровневых параметров жизнеспособности молодежи, ярче всего проявляющееся на психофизиологическом уровне (в показателях умственной работоспособности). Такова «цена» (прежде всего, энергетическая) жизнеспособности человека в экологически неблагоприятных регионах. Но на высшем, личностном (социально-психологическом) уровне жизнеспособности показатели у большей части респондентов (по параметру жизнестойкости) входят в границы средних значений нормы, тем самым показывая свою относительную независимость от экологических характеристик территории проживания. Выравнивание показателей личностного (социального) уровня жизнеспособности респондентов происходит вследствие действия фактора конкурентного межуровневого взаимодействия еще и внутри системы жизнеспособности: высший уровень выравнивает показатели за счет снижения их на нижележащих уровнях. О такой возможности/закономерности писал Ф. Б. Березин: «...эффективность адаптации на том или ином уровне самой функциональной системы может быть достигнута за счет ее нарушения на другом уровне» (Березин, 1988, с. 255). М. С. Яницкий поясняет: «Вероятно, более низкие уровни регуляции являются базовыми для более высших, ценой нормального функционирования которых является состояние напряженной адаптации на предыдущих уровнях регуляции. Соответственно, показатели адаптации на более низком уровне по отношению к рассматриваемому можно оценивать как затратные, а показатели вышестоящего уровня — как результат адаптационного процесса на данном уровне функциональной системы адаптации» (Яницкий, 1999, с. 43). Поэтому более высокие значения показателей жизнеспособности на психическом уровне обеспечиваются за счет сниженных значений показателей

на психофизиологическом уровне. При этом более высокие показатели жизнеспособности на личностном (социально-психологическом) уровне обеспечиваются за счет сниженных значений показателей на двух нижележащих уровнях.

К наиболее важному комплексу факторов жизнеспособности человека, способствующих сохранению его относительного баланса со средой в регионе экологического неблагополучия, относятся факторы социальные. Воздействия социальной среды способны компенсировать негативные последствия даже длительного влияния на его психику экологически неблагоприятной природной среды.

Именно механизмы социальной компенсации выравнивают показатели личностного уровня жизнеспособности респондентов, проживающих на экологически неблагополучных территориях. Разумеется, компенсирующие социальные воздействия влияют на жизнеспособность человека на всех ее уровнях, но чем выше уровень жизнеспособности, тем сильнее действие механизмов социальной компенсации.

Таким образом, отвечая на вопрос о том, за счет чего у человека, постоянно проживающего в районе экологического неблагополучия, достигается относительный баланс с экологически деформированной жизненной средой и обеспечивается достаточный уровень его жизнеспособности, можно выделить ряд факторов:

- фактор реализации необходимой в данных средовых условиях энергосберегающей стратегии минимизирующей адаптации;
- фактор межуровневого взаимодействия и регуляции внутри системы жизнеспособности: высший уровень выравнивает показатели за счет снижения их на нижележащих уровнях;
- фактор воздействий социальной среды, которые способны компенсировать негативные последствия даже длительного влияния на психику человека экологически неблагоприятной природной среды.

Авторы отдают себе отчет в том, что факторы, которые они назвали основными, далеко не исчерпывают перечень причин, обуславливающих жизнеспособность человека, постоянно проживающего в районе экологического неблагополучия. Эта сложнейшая проблема требует дальнейшего изучения и теоретического и эмпирического обоснования.

Итак, подведем краткие итоги. Исследования, проведенные в русле социокультурного (экологического) подхода Ю. Бронфен-

бреннера к изучению жизнеспособности молодежи, направлены на изучение разных социально-психологических контекстов, влияния факторов риска и/или защитных факторов. При взаимодействии с экологической системой именно жизнеспособность молодого человека позволяет ему преодолевать сложные жизненные ситуации. Данный подход к исследованию жизнеспособности человека с его акцентом на философию экологического бытия позволяет расширить понимание данного феномена как системной характеристики. Особую роль при этом играет активность человека, благодаря которой он реструктурирует для себя свою многоуровневую жизненную среду.

С позиций экопсихологического подхода к развитию психики (В. И. Панов), жизнеспособность человека — это заданная природой (энергетически обеспечиваемая) и развиваемая социальным окружением сложная интегральная характеристика человека, системное свойство системы «человек—жизненная среда». Жизнеспособность является не только комплексом индивидуальных социально-личностных, но и нейропсихологических, психофизиологических характеристик человека. Обнаруженное в наших эмпирических исследованиях, названных в данном параграфе, снижение разноуровневых показателей жизнеспособности детского и молодежного населения, проживающего в регионе экологического неблагополучия (в частности, в Забайкальском крае), объясняется реализацией необходимой в данных средовых условиях энергосберегающей стратегии минимизирующей адаптации. К наиболее важному комплексу факторов жизнеспособности человека, способствующих сохранению относительного баланса приспособления человека к экологически неблагоприятной среде, отнесены факторы социальные. Воздействие последних способно компенсировать негативные последствия даже длительного влияния на психику человека экологически неблагоприятной природной среды.

#### **1.4. Гражданская наука в изучении жизнеспособности молодежи**

Гражданская наука (citizen science) — одно из значимых явлений современного этапа развития науки и общества. Принято считать, что гражданская наука — это включение представителей общественности в некоторые виды научной деятельности, например, в исследовательскую работу. С 1990-х годов оно достаточно широко рас-

пространилось за рубежом, а в последние годы начало свое активное распространение в отечественной практике. Такое взаимодействие профессиональных ученых и тех, кого называют любителями, дилетантами, неспециалистами, осуществлялось и ранее, вероятно, все то время, сколько существует наука как социальный институт (Сараева и др., 2021). Вместе с тем официальная история развития понятия, создания концептуально-правовой базы гражданской науки, разработки ее направлений и форм во всех странах, и особенно в нашей (где чаще использовалась такая форма отношений между наукой и обществом, как общественный мониторинг), еще весьма короткая, противоречивая. И опыт реализации гражданской науки прежде всего в сфере социальных наук пока у нас невелик. Поэтому необходимо продолжать имеющиеся уже описания, спецификацию, теоретическое обоснование, анализ этого опыта (Василенко и др., 2023; Махнач и др., 2019; Сараева и др., 2021).

Гражданская наука — относительно новый феномен жизни современного научного сообщества, поэтому при определении данного понятия необходимо ответить на вопрос, какие виды научной деятельности он в себя вмещает.

Гражданской наукой, в отличие от официальной, называются исследования, в которых вместе с профессиональными учеными и под их руководством, в общении с ними, принимают добровольное участие лица, не являющиеся специалистами в данной области знаний, — широкая общественность. Для «гражданских ученых» «научная деятельность — хобби, приносящее им удовлетворение. Именно в их среде этих гражданских ученых-дилетантов сохраняется стремление к научному поиску, обусловленному только бескорыстным любопытством. Они видят в науке способ ответа на интересующие их вопросы» (Масланов, Долматов, 2019, с. 43).

Гражданская наука в широком смысле предполагает любое (и пассивное, и активное) участие в ней заинтересованных лиц. Пассивное участие вовлеченных людей состоит в том, что они выступают в качестве испытуемых при проведении экспериментов, заполняют опросники, выполняют задания ученых, но сами исследований не проводят. Гражданская наука в узком смысле обозначает фактическое проведение исследований любителями (см., например: Власов, 2020). Активное участие «гражданских ученых» состоит в их привлечении к разработке теории, гипотез, сбору научных данных и/или их анализе. В этом процессе участвует группа простых

граждан, выступающих как уже организованное сообщество или же как временное объединение для развития той или иной научной темы. К работе в рамках гражданской науки также могут привлекаться и отдельные лица. В настоящее время преимущественно на Западе существует объединения, ассоциации, которые занимаются развитием и продвижением идей гражданской науки. Среди областей науки, в которых к исследованиям наиболее часто профессиональные ученые привлекают гражданских ученых, традиционными являются астрономия, биология (ботаника, ихтиология, зоология, энтомология, орнитология), экология (гидрология, метеорология) (Махнач и др., 2019).

Термин «гражданская наука» появился в Оксфордском словаре английского языка в 2014 г., где получил следующее определение: «научная работа, осуществляемая представителями общественности, часто в сотрудничестве с профессиональными учеными и научными учреждениями или под их руководством» (Oxford English Dictionary, 2016). Это определение гражданской науки не учитывает первоначально предложенного Аланом Ирвином более широкого использования данного термина, в котором подчеркивались ответственность науки перед обществом («демократическая» гражданская наука) и характеристика такой «общественной» науки как практики, в которой люди в основном делают свои наблюдения, сообщают о них ученым, прикладывая личные усилия для формирования научного знания (Irwin, 1995). Все это описано подробно в работах Р. Бонни с соавт., осуществлявших исследования в орнитологической лаборатории Корнельского университета (Bonney et al., 2009a, 2016). Они предполагают, что будущие итерации определения данного понятия должны подчеркивать разнообразие, масштаб и ценность гражданских научных проектов с обеих сторон. Л. Чеккарони и соавт. также акцентируют внимание на сближении этих точек зрения, чтобы определить гражданскую науку как работу, проводимую в сотрудничестве с гражданским сообществом в интересах развития науки, широкого научного мышления и/или поощрения демократического участия, что помогает обществу решать сложные современные проблемы (Sessaioni et al., 2017).

С 2016 г. выходит рецензируемый журнал открытого доступа «Гражданская наука: теория и практика», который фокусируется на глобальном развитии гражданской науки, предоставляя ее исследователям и практикам место для обмена передовым опытом в раз-



работке, реализации, оценке и поддержке проектов, которые способствуют участию общественности в научных начинаниях в любой дисциплине. Отметим, что среди читателей журнала есть не только ученые, преподаватели, общественные деятели, но и более широкий круг заинтересованных в совершенствовании практики гражданской науки.

«Гражданская наука — это объединение познавательных усилий на базе научных методов и научного мировоззрения» (Пирожкова, 2018, с. 78). Это одновременно «теория, технология и практика взаимодействия профессиональных исследователей и их добровольных непрофессиональных помощников в организации и проведении социально значимых научных исследований, а также популяризация их результатов и науки в целом» (Василенко и др., 2023, с. 8). Набирая популярность, она преследует двойную цель — помощи профессиональной науке и популяризации науки в обществе — и характеризуется разной степенью вовлеченности непрофессионалов (от слабой до партнерства) в получение общезначимого и научного знания (Пирожкова, 2018). Существуют различные формы организации гражданской науки (Roy et al., 2012), включающие проекты с большим числом участников-волонтеров, которые совместно с учеными их разрабатывают и реализуют (Bonney et al., 2009b). Так, например, к гражданской науке относят деятельность больших сообществ любителей, использующих тонкую технику, проводящих сложные расчеты по полученным данным; сбор данных для какого-то проекта людьми, которые просто устанавливают с этой целью на свои смартфоны или планшеты специальные приложения. С их помощью человек вне взаимодействия с другими участниками-любителями распознает интересные ученым объекты и отправляет информацию исследователям. Используя свои когнитивные и физические способности, человек помогает ученым в решении конкретных научных задач: разбирает документы, изучает спутниковые фотоснимки, участвует в экологических экспедициях, анализирует доступные данные, выполняет другие функции, не требующие специальной подготовки. Научное волонтерство считается частным случаем вовлечения общества в производство научного знания.

Участие волонтеров также может быть как активным, так и пассивным. Пассивное участие подразумевает, что человек сам не занимается научной работой, но вовлечен в нее, — например, участвует в опросах, тестировании в качестве испытуемого. Активное участие

предполагает вовлечение «гражданских ученых» в процесс производства научного знания.

Вместе с тем гражданская наука — это не только волонтерство, но также и веб-краудсорсинг, позволяющие «гражданским ученым» участвовать в серьезных исследовательских проектах и программах (Волкова, 2019). Анализируя работы зарубежных авторов (Haklay, 2015; Kyamusugulwa, 2013; Reason, Bradbury, 2008; и др.), С. В. Пирожкова выделяет несколько форм организации научной фундаментальной исследовательской и прикладной деятельности, к которой привлекаются «гражданские ученые». К ним она относит научный краудсорсинг как часть гражданской науки, участие социальных групп в оценке научно-технических инноваций, привлечение заинтересованных авторов к формированию стратегий и программ развития различных социальных объектов/процессов/институтов (Пирожкова, 2018).

Гражданская наука и научный краудсорсинг не просто связаны между собой, но дополняют друг друга (Аргамасова, 2016; Аргамасова, Яшина, 2017). Краудсорсинг подразумевает «поддержку какого-либо процесса на добровольных началах преимущественно непрофессионалами и не требует от привлеченных исполнителей, чтобы они были специалистами-профессионалами в некотором виде деятельности» (Пирожкова, 2018, с. 76), а научный краудсорсинг является одним из способов концентрации и интеграции знаний (там же). Научный краудсорсинг, по мнению другого автора, является одним из составляющих гражданской науки (Haklay, 2015), когда помимо задач удешевления и облегчения научного процесса решаются задачи популяризации науки, привлечения научных кадров.

Кроме краудсорсинга, известно привлечение «гражданских ученых» к обсуждению научных проблем, последствий их разработки, к проведению экспертизы и оценки социально значимых проектов. Их порой включают в число разработчиков таких проектов. Д. Шуровески в «Мудрости толпы» приводит размышления Ф. Гальтона о том, что «группы обладают выдающимся коллективным интеллектом и способны продуцировать решения, которые гораздо более проницательны, чем выводы самых умных участников» (Шуровески, 2007, с. 12).

Особенностью применения методических приемов и техник в гражданской науке является участие «гражданских ученых» в разработке методологии исследования, а также привлечение независи-

мых научных групп, не аффилированных с научными учреждениями. Поэтому здесь уместно сказать и еще об одном варианте участия гражданской науки в разработке проблем социальной психологии, который мы назвали коллаборацией (от *англ.* collaboration – сотрудничество) специалистов и любителей разных стран, разных областей знания. Коллаборация предполагает объединение возможностей различных исследовательских подходов, трансляцию форм и методов деятельности. Этот вариант был реализован коллективом исследователей из Москвы, Санкт-Петербурга и Читы в 2019–2021 гг. в рамках международного (Россия–ЮАР) проекта «Жизнеспособность подростков в условиях экологических и социально-экономических вызовов: исследование в рамках нескольких систем» (подробнее об этом будет сказано в главе 6).

Развитие новых технологий информационного общества, принципиально изменив динамику социокультурных процессов, значительно увеличило возможности гражданской науки, определило взрывной рост числа «гражданских ученых», в связи с чем появился отдельный термин – «гражданская сетевая наука». Например, по данным 2020 г., действовала российская онлайн-платформа проектов гражданской науки. Но термин «гражданская сетевая наука» не означил изменений самой сущности явления, лишь назвав современное средство, которым активно пользуются «гражданские ученые» для доступа к науке и для производства «удостоверенного» или «сертифицированного» (certified) знания.

Еще одним следствием развития гражданской науки является уточнение сути ее существования как «информационной причастности». Благодаря этому «важным фактором роста популярности гражданской науки стали новые формы коммуникации. Распространяя информацию в социальных сетях в глобальной сети, ученые держат подписчиков в курсе того, как ведутся исследования, в том числе с их участием» (Рябова и др., 2020, с. 43). И действительно, социальные сети в гражданской науке играют главную роль – на это указывают многие исследователи этого социального феномена: «так как люди, получающие знания через участие в гражданской науке, чаще распространяют их в социальных сетях» (Лаврик, Глухов, 2020, с. 237).

Назначение гражданской науки – преодоление элитарности и обеспечение открытости для общества науки как особой сферы деятельности, научной политики в целом. При этом «гражданские»

участники научных проектов, собирая и анализируя данные, предоставляя к использованию свои интеллектуальные, инструментальные, временные ресурсы, реально обогащают науку, продвигают знание, а для себя получают доступ к серьезным образовательным каналам и возможность формирования научного менталитета посредством работы в рамках исследовательского протокола под руководством профессиональных ученых.

Гражданская наука — сложно детерминированное явление. Привлекательность ее идей, едва ли не массовый ее характер на Западе обусловлены утверждением концепции «общества знания» (knowledge society) как нового социального идеала (Шамардин, 2015). Согласно ей, научные знания есть решающий производственный ресурс современного общества, в котором «должно быть обеспечено совместное использование знаний и социальная интеграция каждого из его членов с целью развития новых форм солидарности... поощрения социальной активности граждан» (К обществам знания..., 2005, с. 20). В обществе знания происходит встраивание науки в социальный контекст, что предполагает повышение уровня сложности все связывающих коммуникативных процессов, увеличение разнообразия их участников. Отличительные признаки гражданской науки сводятся к следующему: все «гражданские ученые» хорошо осведомлены о содержании, целях и задачах проекта, в котором добровольно принимают участие; им понятна их роль и место в исследовании, они получают для себя новые знания в той области науки, в рамках которой ведется научная работа, приобретают новый опыт (Махнач и др., 2019).

Гражданская наука выступает как пример распределенного знания, в частности, именно — «распределенного производства знания» (Волкова, 2020). Данное понятие, со ссылкой на Э. Хатчинса (Hatchins, 1995), раскрывает Л. В. Шиповалова: «Концепт распределенного познания предполагает, что познавательная деятельность, приводящая к формированию знания, осуществляется с необходимостью совместно, в коллективе, при этом участники коллектива отвечают за реализацию различных когнитивных задач, значимых в контексте общей цели. То есть познание трактуется не как интеллектуальный процесс конкретного индивидуума, но как культурная или социальная деятельность» (Шиповалова, 2019, с. 57). Она подчеркивает, что следует различать распределенное знание (distributed knowledge) и распределенное познание (distributed cognition). Первое

предполагает распределение результата, второе — распределение усилий и ресурсов (совместное участие) в процессе производства знания. Сложным совокупным субъектом распределенного познания и являются взаимодействующие специалисты и неспециалисты, а также используемые ими технические устройства (последнее выдвигает концепт за рамки классической рациональности). Непрофессиональные участники распределенного познания с их дополнительными когнитивными возможностями более всего востребованы в условиях рисков и неопределенности, столь характерных для многих современных познавательных ситуаций.

Однако нельзя считать, что гражданская наука — это всего лишь краудсорсинг, необходимый ученым. Сегодня она рассматривается как возможность вписать науку в единый культурный контекст, с одной стороны, а с другой — как реализация стратегии инклюзивного роста и солидаризации общества. По прогнозам аналитиков, развитие гражданской науки входит в число ведущих социальных тенденций ближайших лет, хотя в литературе называются и риски распространения этого явления, в первую очередь, риски размывания научных стандартов (Гришечкина, Тихонова, 2018; Железняк, 2017; Филатова, 2020; Durodié, 2003; и др.).

По мере развития гражданской науки ее проекты охватывают все больше областей знания и все чаще приобретают междисциплинарный характер, объединяющий усилия специалистов и заинтересованных любителей. Как отмечалось ранее, успех междисциплинарных исследований обеспечивается научной коллаборацией. Такой вид научного сотрудничества и совместных действий реализуется между специалистами или исследовательскими группами разных организаций или государств при выполнении междисциплинарных проектов, когда специалистам узкого профиля подготовки (или гражданским ученым в одной области знания) оказываются необходимыми знания и опыт из других областей. Подчеркивается, что коллаборация — это умение создавать совместные проекты на основе доверия, базируясь на единстве целей (Антипина, 2014). В итоге продуктивной коллаборации происходит объединение межпредметных компетентностей, осуществляются трансляция достигнутого результата, взаимный обмен знаниями и кадрами и выход к известному эффекту эмерджентности.

Анализ теоретических подходов к научной коллаборации, осуществляемой в разных контекстах, ее проблем представлен в за-

рубежной и отечественной литературе (Василенко, 2016; Смородинская, 2012; Thomson, Perry, 2006; Sustaining innovation..., 2012; и др.). Ю. Ш. Коробкина и А. М. Омельченко, рассматривая это явление, назвали основные характеристики научной коллаборации, привели варианты ее классификации (Коробкина, Омельченко, 2017).

Отметим, что со времени возникновения и включения гражданской науки в профессиональные научные исследования выделились ее основные этапы применения: 1) обсуждение с «гражданскими учеными» дизайна проекта — целей, задач, методов и т. д.; 2) участие «гражданских ученых» под руководством профессионалов в полевом (пилотажном, лонгитюдном и др.) исследовании, которое заключается в сборе данных, образцов, тестировании, интервьюировании и т. п. (делегируемое им этой части научной работы); 3) совместное обсуждение полученных данных профессиональными и «гражданскими» учеными; 4) совместные (с «гражданскими учеными») публикации научных результатов. Так достигаются видение «гражданскими учеными» временной перспективы исследования, понимание его целей, получаемых промежуточных и итоговых результатов, возможности их применения в жизни, их полезности обществу и т. п. Реализация этих этапов приводит к следующим социально-психологическим эффектам: все «гражданские ученые» являются подлинными со-исследователями; они хорошо осведомлены о содержании, целях и задачах проекта, в котором добровольно принимают участие; им понятна их собственная роль и место в исследовании; они получают для себя новые знания в той области науки, в рамках которой ведется научная работа, приобретают новый опыт. Все эти эффекты отличают гражданскую науку от традиционного для социальных наук (и психологии, в частности) привлечения волонтеров в качестве респондентов (испытуемых).

Гражданская наука, используемая в социальных исследованиях, имеет свои особенности. Необходимо обратить внимание на следующий факт: понятие «гражданская наука» и сам социальный феномен редко используются в социальных науках, хотя включение людей без академической подготовки в эмпирические исследования в социальных науках и здравоохранении отмечается с начала XX в. В настоящее время гражданская наука при активном содействии власти все чаще применяется в проектах городского и сельского планирования или сохранения местной истории. Такие проекты

часто начинаются одним человеком или небольшой группой людей, но из-за большого разнообразия охватываемых ими областей социальной жизни описание общих характеристик и форм участия в подобного рода деятельности представляет определенную сложность.

В отличие от других дисциплин, исследования в социальных науках всегда соотносятся с проблемой изучения социальных систем и процессов. Это означает, что обычные люди участвуют в исследовательских проектах, например, в качестве пассивных участников — респондентов или интервьюируемых.

Сегодня в области социальных наук гражданская наука имеет сходство с парсипативными и трансдисциплинарными исследованиями. Первые — исследования с совместным участием, или исследования в действии (*participatory action research*) — довольно часто предпринимались в данной области и до сих пор является преобладающими. Они направлены на изучение, например, интересов меньшинств, обездоленных групп с целью улучшения их жилищных условий. Обычно эти коллективные исследования опирались на данные из опыта тех или иных социальных групп, социальной истории, на планирование и проведение исследовательского процесса с теми людьми, чей жизненный опыт, действия являются социально-значимыми (Bergold, Thomas, 2012). Сходство гражданской науки с трансдисциплинарными исследованиями состоит во включении «гражданских ученых» в работы по различным дисциплинам, что также показывает их широкий вклад в общественное развитие на всех этапах исследований (Jahn et al., 2012). Конечно, многие эмпирические исследования в социальных науках могут считаться одновременно парсипативными и трансдисциплинарными из-за получаемой качественной информации по качественным данным, а также из-за специфики средств ее сбора.

Многие успешные гражданские научные мероприятия проводятся в области искусства и гуманитарных наук. Работа волонтеров часто координируется независимыми научными группами, нацеленными на изучение архивных материалов, национальной и региональной истории, истории античности с привлечением гражданских ученых к археологическим работам, истории семьи, исследование генеалогических и геральдических вопросов. Обязательными элементами гражданской науки являются совместные действия гуманитарных обществ с государственными органами охраны историчес-

ких памятников. Для добровольцев по их собственной инициативе, прежде чем они начнут работу в качестве помощников ученых, проводятся углубленные семинары и в дальнейшем регулярно осуществляется обратная связь. Наиболее известной публичной реализацией гражданской науки в социальной сфере являются так называемые исторические реконструкции, в которых добровольцы изучают исторические детали определенной эпохи, воспроизводят исторические артефакты и средства их производства.

Вместе с тем, в России нет статистики участия «гражданских ученых» в научных исследованиях, а количество научных публикаций на эту тему крайне мало, особенно это касается использования гражданской науки в социальных и социально-психологических исследованиях.

Гражданская наука находит свое применение и в исторических исследованиях. Волонтеры изучают местную историю и повседневную культуру. Существуют ассоциации и семинары по гражданской истории.

В России вызывает интерес работа Центра изучения эго-документов «Прожито», в рамках которого «гражданские ученые» оцифровывают личные документы простых людей (дневники, жанровые коллекции: наивную поэзию и литературу, рукописные фольклорные сборники, дембельские альбомы, школьные анкеты, хроники, генеалогии, детские рисунки), не могущие стать частью хранения государственных архивов, и тем самым включают их в научный оборот. Оцифровка данных станет для дальнейших исследований в гуманитарных областях (история, социология, социальная психология, демография и др.) научной базой и позволит осуществлять различные научные проекты, проводимые профессиональными учеными. Центр планирует развивать цифровой архив как проект гражданской науки и привлекать к своей работе волонтеров, авторов материалов и их наследников. «Гражданских ученых» привлекают к научным археологическим экспедициям. В еще одной инициативе «гражданских ученых» по истории участники проекта Национального географического общества Field Expedition: Mongolia отмечают на спутниковых изображениях потенциально интересные места для раскопок.

Гражданская наука в экономике рассматривается в качестве «нового инструмента получения и понимания научных знаний, важного для повышения качества управленческих решений в российской



Арктике и особенно необходимого при разработке стратегий и планов адаптации в условиях быстрого изменения климата в этом регионе» (Рябова и др., 2020, с. 42).

В отечественной социологии и методологии гражданской науки допускается привлечение заинтересованных лиц для сбора необходимой первичной информации и обработки материалов. При этом учитывается, что непрофессиональные исследователи, в отличие от специалистов, действуют, не опираясь на единство теории и метода. Они могут получать небольшую плату за работу в проекте.

Разные виды этнографических исследований признают изучаемых субъектов творческими акторами, конструирующими свои социокультурные миры, что позволяет считать информантов своего рода «гражданскими учеными».

Примером научного краудсорсинга в России является клуб Russian Travel Geek ([russiantravelgeek.com](http://russiantravelgeek.com)), который позиционирует себя как «симбиоз науки и путешествий». Клуб осуществляет свою деятельность в рамках научного туризма и предлагает научно-популярные и научно-исследовательские экспедиции, которые финансируются участниками-непрофессионалами, а возглавляют их ученые (геологи, вулканологи, гляциологи, орнитологи и др.). Научно-исследовательские экспедиции направлены на помощь ученым, например, в отборе проб и поиске образцов, картировании следов жизнедеятельности животных и т. п. Участники-непрофессионалы включаются в состав исследовательской группы. В ходе научно-популярных экспедиций участники расширяют свои знания о различных местах планеты. На сегодняшний день Russian Travel Geek работает на трех континентах, более чем в десяти регионах мира. Данный проект осуществляет также работу по выполнению научных заказов и оказывает содействие в добыче образцов для научной деятельности (Russian Travel Geek..., 2023). Этот пример отражает такие важные особенности гражданской науки в ходе получения научного знания, как делегирование части работ в исследовании «гражданским ученым», регламентация и отслеживание получения результатов, которые выполняются учеными, берущими на себя функции организаторов, кураторов и являющимися ответственными за конечный результат исследования.

В области российской лингвистики известно участие «гражданских ученых» в деятельности Центра языка и мозга Национально-

го исследовательского университета «Высшая школа экономики». Центр изучает связь языка и мозга, язык взрослых и детей, моно- и билингвов, пациентов с различными нейрогенными речевыми нарушениями. К добровольному сотрудничеству приглашаются дети и взрослые. Регулярно требуются испытуемые для пополнения базы данных о структуре мозга (записаться можно через форму на сайте). И хотя речь идет о нейронауках, но заявленная цель института — изучить путь от нейрона к познанию, и в результатах этого изучения заинтересованы психологи. Кроме того, уже существуют концепции о специфике работы мозга в зависимости от культуры, национальной принадлежности человека (см., например: Истомин, 2013; Рычкова, 2010; Рычкова, Холмогорова, 2012). Появились гаджеты, с помощью которых можно записывать активность мозга в домашних условиях и изучать его работу с помощью приложения на телефоне.

Наконец, о месте гражданской науки в психологии. Признана возможность привлечения заинтересованных лиц для сбора необходимой первичной информации и обработки материалов в социальной психологии. На развитие гражданской науки в социальной психологии оказывают существенное влияние современные технологии, которые расширяют возможности «гражданских ученых», увеличивают масштаб их действий, и, следовательно, гражданская научная деятельность становится более интерактивной и интересной. Особенно это проявляется при изучении больших социальных групп, национальных, религиозных общин, городских сообществ. В частности, город во многих его проявлениях может стать предметом успешного изучения «гражданских ученых», что показал выполненный авторами проект (см. главу 6).

По мнению А.Л. Журавлева и Д.А. Китовой, «с методологической позиции оптимально было бы найти методы воздействия, под влиянием которых население добровольно будет отдавать свои силы, время и ресурсы (частично, конечно) на благо общества, проявляя личную заинтересованность в достижении высоких социальных результатов» (Журавлев, Китова, 2020, с. 39).

Но, как уже отмечалось, тех респондентов, которые принимают участие в психологических исследованиях, нельзя назвать «гражданскими учеными», ведь, выполняя задание ученого, они не знают цели и сути работы, их место и роль в проекте сугубо «инструментальные» (Махнач и др., 2019). Несмотря на то, что людям интерес-

нее всего они сами, участие непрофессионалов в психологических исследованиях затруднено.

Возникает вопрос, почему в естественных науках работа граждан-исследователей распространена больше, а в социальных науках — меньше? Приведем некоторые соображения по этому поводу.

Одной из причин, возможно, служит то, что фактически общественные исследования первоначально зародились в рамках естественных наук. Например, в европейских странах научные общества возникли среди любителей науки, для которых научно-исследовательская работа не была источником дохода. Наиболее известная из таких организаций — Лондонское Королевское общество (1667 г.). В России только в XVIII в. стали складываться подобные неформальные сообщества естествоиспытателей. Среди них славилось созданное в 1805 г. общество испытателей природы, объединившее людей науки и околону научную общественность (до 1917 года — Императорское Московское общество испытателей природы) (Багоцкий и др., 2015). В наше время в России ярким примером реализации методологии гражданской науки служит проект «Охотники за микробами» (Власов и др., 2020).

Особо следует отметить, что социально-гуманитарное знание, в том числе психологическое, отличается отсутствием фиксированной точки зрения на большую часть важнейших проблем. Некоторые теории имеют статус гипотез, многие вопросы дискуссионны. В силу этого познавательная ситуация в социальных науках представляется неоднозначной и сложной, и с этой сложностью не под силу порой справиться даже самому подготовленному профессионалу, не то что неспециалисту. Если же помнить, что предметом психологического исследования служат самые тонкие и сложные явления, то понятно, что решения и интерпретации дилетанта могут быть ошибочны, недопустимо легковесны. Ошибки же в психологии по тяжести последствий сродни медицинским. Психологические калибровки, заключения, в случае ошибочности, всегда несут в себе риск причинения вреда.

В естественных науках человек может по-настоящему участвовать в реальных исследованиях, удовлетворяя комплекс своих потребностей: от стремления к познанию до потребности в причастности и самореализации. По большому счету, он может сформулировать миссию своей деятельности и получить общественное признание ее

значимости. В психологических исследованиях человеку в лучшем случае предложат стать респондентом, знающим цели проекта. Его роль важна, но субъективно вторична.

В нашей стране участию «гражданских ученых» в психологических исследованиях могут препятствовать и внутриличностные барьеры. Известно, что культурной нормой многих россиян является известная дистанция в общении, отсутствие склонности к нарушению личных границ. Степень открытости и доверия, требующиеся от участников психологического исследования, не всегда приемлема для человека. Готовность части современной молодежи выложить в Интернет полную информацию о себе, обнажив свой внешний и внутренний облик, не стала массовым явлением. Социально-политические условия в нашей стране до 1980-х годов не способствовали открытому и искреннему выражению своего мнения. Малая практика публичного активного личностного самовыражения в настоящее время также определяет слабое стремление современного россиянина к участию в деятельности, требующей взаимной открытости. Кроме того, достаточно серьезной является проблема безопасности данных. Психологическая информация во многом является конфиденциальной. Доступ к ней «гражданских ученых» может нарушать права человека.

Большинство экспертов сходятся на том, что деятельность «гражданских ученых» нужно регламентировать на законодательном уровне и на уровне публичной политики. Но сама научная деятельность в психологии еще недостаточно регламентирована и с этой точки зрения представляет для «гражданских ученых» недостаточное правовое обеспечение.

Несмотря на названные выше затруднения в реализации возможностей гражданской науки в психологии, продуктивные варианты участия непрофессионалов в психологических исследованиях нам известны по собственному опыту. Для осуществления двух проектов, направленных на изучение жизнеспособности молодых людей, нами был успешно применены методологический и методический принципы гражданской науки.

Полезность гражданской науки как для общества, так и для профессиональной науки несомненна: это подход, который имеет преимущества для трех благополучателей этого процесса — науки, общества, самих «гражданских ученых» — и зависит от степени вовлеченности последних и от характера проекта.

Для науки могут быть достигнуты следующие преимущества:

- появляются новые темы исследований, предлагаются новые идеи, вопросы, методы, получены социально значимые знания;
- собираются большие объемы данных (пространственно и во времени), которые могут быть адаптированы к различным условиям использования;
- создаются разнообразные по качеству и способу производства (сбора) объемы данных, включая фотографии, сканы и различные медиафайлы;
- увеличивается общественное признание результатов исследований и повышается общественная оценка значимости научного исследования;
- проверяется практическая актуальность и применимость научных результатов.

Сотрудничество «гражданских ученых» и науки имеет общественную пользу, поскольку позволяет делать следующее:

- формировать и объединять в более крупные проекты социально-значимые темы исследований;
- проводить финансово и этически «прозрачные» исследования;
- обществу взять на себя ответственность за исследования;
- всем участникам видеть новые перспективы и планировать их реализацию;
- развивать возможности для социальных изменений, например, для развития жизнеспособности малых и больших социальных групп;
- улучшить передачу результатов исследований практике благодаря более активному участию общественных деятелей;
- демократизировать дискурсивный смысл науки;
- укрепить гражданское общество и государственные органы.

Для самих «гражданских ученых» их участие имеет следующие положительные черты:

- позволяет видеть свой вклад в научные открытия;
- улучшает понимание ими важности и значимости для общества науки, а иногда развивает их научную квалификацию;
- увеличивает понимание сложных социальных проблем;
- дает возможность вносить личные инновационные идеи в науку;

- облегчает принятие политических, экономических, социальных и экологических решений благодаря личному участию и научному вкладу большего числа людей;
- позволяет вносить идеи и предложения как альтернативы;
- позволяет высказывать критику научных результатов;
- способствует улучшению окружающей среды и улучшению социального благополучия общества;
- вносит разнообразие в жизнь каждого участника и способствует информационному обмену между людьми.

Гражданская наука делает акцент на социально значимых направлениях и выполняет важную пропагандистскую функцию, обеспечивая внимание граждан всего мира к экологическому мониторингу, к вопросам рационального использования природных ресурсов (Волкова, 2019). Так, например, в области биологии существуют два ставших уже классическими проекта: проект распределенных вычислений для проведения компьютерного моделирования свертывания молекул белка и один из старейших масштабных краудсорсинговых проектов, объединяющий орнитологов-профессионалов и орнитологов-любителей. Также существует большое количество разнообразных экологических краудсорсинговых проектов, например, направленных на массовое участие в водоохране. В них большое количество людей разного возраста и с разной степенью заинтересованности активно взаимодействуют с экспертами в области мониторинга качества воды и параметров водоснабжения. Прерогативой гражданской науки в этих экологических проектах является привязка измерений качества воды на местах к конкретной точке с помощью онлайн-приложений, GPS, картографических платформ и социальных сетей. Однако имеются работы, в которых указывается на ненадежность данных, поступающих от добровольцев-экологов (подробнее см.: Егоров, 2018).

Перейдем к рассмотрению опыта *изучения жизнеспособности подростков* в рамках гражданской науки (Махнач и др., 2019).

Первым опытом применения «гражданской науки» в психологии в России стал международный проект социально-психологического исследования жизнеспособности: «Методологические и контекстуальные проблемы в исследовании детской и подростковой жизнеспособности: международное сотрудничество по разработке метода исследования феномена здоровья детей и подростков, находящихся

в группе риска»; («Methodological and contextual challenges researching childhood resilience: An international collaboration to develop a multiple method research design to investigate health-related phenomenon in at-risk child populations», 2002–2005). В рамках этого проекта международной группой экспертов, в которую входили и российские ученые (А. В. Махнач, А. И. Лактионова), был проведен анализ факторов риска и защитных факторов, оценена жизнеспособность подростков и молодых людей в 13 странах (Makhnach, Laktionova, 2005, 2008). Логичным продолжением этого проекта стал в 2019–2021 гг. другой международный проект, осуществленный авторами данной монографии Н. М. Сарасовой и А. А. Сухановым (Забайкальский университет, г. Чита), И. А. Горьковой и А. В. Микляевой (РГПУ им. А. И. Герцена, г. Санкт-Петербург), А. В. Махначёв, А. И. Лактионовой и Ю. В. Постыляковой (Институт психологии РАН, г. Москва). В нем решалась фундаментальная научная проблема изучения жизнеспособности молодых людей, проживающих в неблагоприятных экологических и социально-психологических условиях. Этот международный проект – «Жизнеспособность подростков в условиях экологических и социально-экономических вызовов: исследование в рамках нескольких систем» – был реализован в сотрудничестве с учеными из Южно-Африканской Республики (руководитель проекта – Л. Терон, Университет Претории).

В начале разработки методологических и методических оснований проекта 2002–2005 гг. был поставлен ряд вопросов, среди которых, в частности, следующий: «Какую личную выгоду получают участники этого проекта?» По сути, данный вопрос во многом определил дальнейший дизайн исследования. Задача заключалась в том, чтобы все задействованные в проекте подростки, независимо от выполняемых ими задач, становились не просто волонтерами, помогающими ученым, или респондентами, отвечающими на вопросы тестов, но и полноправными его участниками. Поясним, как это осуществлялось.

В исследовании принимали участие три группы подростков, которых мы привлекали в проект не только как респондентов, но и как «гражданских ученых», поощряя их исследовательские интерес и активность.

В первую группу «Эксперты» вошли четыре подростка 16–18 лет, проживающие в г. Москве. Вначале им подробно рассказали о проекте, его целях и задачах, что вызвало у них большой интерес и жела-

ние принять в нем участие. У каждого участника было взято интервью, в ходе которого они размышляли о том, что значит становиться взрослым, каковы особенности взросления в большом городе, с какими основными трудностями они сталкиваются при этом и что им помогает с ними справляться. Каждый из них вспомнил и рассказал о своем знакомом подростке, который, несмотря на очень серьезные проблемы (неблагополучная семья, плохое здоровье/инвалидность, бедность, взаимоотношения со сверстниками и т. д.), сумел с ними справиться и на настоящий момент не только ничем не отличался от своих сверстников, но и превосходил многих из них в своем развитии. В результате подростки узнали, что такое жизнеспособность, задумались о том, какие внутренние и внешние ресурсы у них есть, сумели провести сравнение своей жизни с жизнью тех, о ком они рассказывали, выделить значимые, с их точки зрения, внутренние качества, помогающие их друзьям и им самим справляться с трудностями. На втором этапе эти подростки не только сами приняли участие в тестировании, но и разослали тесты своим друзьям и знакомым, рассказав им о проекте и о том, что каждый из респондентов может в результате получить для себя.

Вторую группу составили студенты 1 курса факультета клинической и специальной психологии Московского государственного психолого-педагогического университета. Эти подростки были приглашены российскими учеными, принимающими участие в проекте, на встречу с руководителем проекта М. Унгаром и его коллегами. В ходе этой встречи подростки рассказывали о трудностях, с которыми они сталкиваются в процессе своего взросления, о том, как они с ними справляются, об особенностях жизни молодежи в большом городе, о том, как они понимают, что такое жизнеспособность. Им рассказали о проекте и предложили принять в нем участие (Махнач и др., 2007).

В дальнейшем эти студенты участвовали в создании национальной части «Теста жизнеспособности детей и подростков» (Child and Youth Resilience Measure, CYRM). Каждому из них было предложено создать список из 15 вопросов, наиболее полно отражающих характеристики жизнеспособности российских подростков. По итогам обработки полученных текстов (в чем они также принимали участие) и был получен вариант, содержащий наиболее релевантные российской культуре вопросы.



Следующим этапом, в котором приняли активное участие эти студенты, было проведение тестирования: они выступили в нем в качестве респондентов, ответив на вопросы международной и национальной части «Теста жизнеспособности детей и подростков».

В продолжение проекта часть студентов изъявила желание использовать этот тест в ходе прохождения учебной практики. Здесь они уже выступали в качестве самостоятельных исследователей, проведя обработку и анализ полученных результатов.

Третью группу составили учащиеся 9–11 классов московских общеобразовательных школ и специальной школы для детей с девиантным поведением. Они участвовали в исследовании не только в качестве респондентов, но и в качестве «гражданских ученых».

Как это было сделано? Для начала в каждом классе, где учились будущие респонденты, в доступной форме было рассказано о международном проекте исследования жизнеспособности, о том, какие страны приняли в нем участие, с какими трудностями сталкиваются проживающие в них подростки, о феномене жизнеспособности человека.

Итак, все участники проекта (студенты, школьники, подростки с девиантными формами поведения, дети-сироты) с самого начала рассматривались нами как «гражданские ученые» и вовлекались в исследовательскую деятельность, получали от нас больше информации, чем просто респонденты, что является отличительной особенностью проектов, осуществляемых в рамках гражданской науки.

В рамках этого исследования были использованы тесты, выявляющие личностные ресурсы и факторы риска (Лактионова, 2017). Подростки были заинтересованы в получении информации о своих слабых и сильных сторонах, которые помогают справляться с трудностями, и потому имели желание сотрудничать. Отметим, что это были «трудные» подростки, которые плохо шли на контакт и устали от постоянных обследований, в результате которых ничего для себя не получали. Их вовлеченность в исследование была высокой и была вызвана проявленным к ним уважением и значимостью для них самих участия в международном проекте наряду с подростками из других стран, которым живется так же трудно. Очень важным моментом являлась гарантия полной анонимности, что делало участие безопасным и позволяло честно отвечать на вопросы. Для «трудных» подростков, живущих в неблагоприятных условиях среды, подвергающихся жестокому обращению со стороны взрослых и сверстников,

было очень важно знать о своих сильных сторонах и возможных способах справиться с трудностями. При этом мы наблюдали, как они размышляли над ответами, пытались анализировать свое состояние и поведение, свою жизненную ситуацию, получая при этом навыки рефлексии. Выбранная нами форма проведения тестирования и последующего собеседования фактически позволила подросткам стать нашими со-исследователями, а объектом их исследования являлись при этом они сами.

Таким образом, все три группы подростков, принимавших участие в исследовании, были хорошо осведомлены как о проекте, так и о его целях и задачах; их участие в проекте было абсолютно добровольным и сопровождалось интересом к проблеме жизнеспособности подростков, имеющей для них личное значение; они смогли узнать о международном исследовании, охватывающем большое количество стран, принять в нем непосредственное участие, внося свой небольшой вклад в развитие нового научного направления; они сумели получить ответы на чрезвычайно важные для себя вопросы о своих сильных сторонах, способности справляться с трудностями, осознать источники социальной поддержки и риски.

Опыт организации этого проекта в методологии гражданской науки позволил как уточнить некоторые запланированные заранее методические процедуры, так и разработать новые в ходе выполнения проекта, проверить методы включения подростков, в том числе «трудных», в гражданскую науку.

Таким образом, гражданская наука — это вид научной деятельности, представляющий собой совместное проведение научных исследований профессиональными и «гражданскими учеными». Как обычно, научные проекты планируются профессиональными учеными, но в методологии гражданской науки к их выполнению при необходимости привлекаются «гражданские ученые», которые получают возможность внести свой вклад в настоящую науку. Уже определились различные формы организации гражданской науки. В мире сложились традиционные области знания, где «гражданские ученые» привлекаются для выполнения научно и социально значимых проектов. В западных социальных науках гражданская наука является неотъемлемой частью многих знаковых исследований. Наиболее часто ученые привлекают представителей гражданской науки к исследованиям в таких областях, как астрономия, биология (ботаника, ихтиология, зоология, энтомология, орнитология), экология (ги-

дрология, метеорология). Гражданская наука имеет двойную выгоду: вклад в «настоящую» науку и привлечение все возрастающего числа людей к участию в реальных научных исследованиях.

На сегодняшний день в России понятие «гражданская наука» и сам социальный феномен редко исследуются в социальных науках и еще реже — в психологии. Стоит отметить, что самое ценное в гражданской науке — это обогащение одновременно и науки, и общества. Вместе с тем привлечение «гражданских ученых» может снижать качество исследований и собираемых ими данных в тех случаях, когда профессиональными учеными бесконтрольно делегируется часть исследования добровольцам.

Основные, с нашей точки зрения, характеристики гражданской науки, следующие: 1) все участники подобных проектов являются не просто помощниками ученых (как волонтеры), а их подлинными со-исследователями; 2) они хорошо осведомлены о содержании, целях и задачах проекта, в котором добровольно принимают участие; 3) им понятна их собственная роль, место в исследовании и задачи, непосредственно поставленные перед ними; 4) в результате они получают для себя новые знания не только о той области науки, в рамках которой ведется научная работа, но и о себе, приобретают новый опыт.

\*\*\*

Наши теоретические разработки жизнеспособности молодежи проходят в русле следующих теоретических подходов к изучению данного феномена: системного (Б. Ф. Ломов), контекстного (А. А. Вербицкий), социокультурного (экологического) подхода (Ю. Бронфенбреннер), экопсихологического подхода к развитию психики (В. И. Панов).

Закономерности системного подхода позволяют описать основные характеристики жизнеспособности молодого человека и его окружения как системы, его внешние связи с другими системами, внутреннюю структуру, взаимосвязи, границы и т. д. Важной причиной для применения системного подхода в анализе жизнеспособности молодежи в возрастной психологии и психологии развития является необходимость анализа специфических особенностей этого возрастного периода в контексте всей жизни человека. Ввиду многогранности объекта исследования — молодого человека — научное обоснование системных характеристик его жизнеспособности напрямую связано с системным же анализом всех факторов

риска и защиты, которые помогают формированию его жизнеспособности.

Контекстный подход к изучению жизнеспособности молодого человека позволяет анализировать все те контексты его жизнедеятельности, в которых может развиваться его жизнеспособность. Основное содержание контекстного подхода состоит в систематизации внутренних и внешних условий жизни и деятельности человека, которая влияет на восприятие, понимание и преобразование им конкретной ситуации, придавая этой ситуации смысл и значение как целому и ее компонентам. В рамках контекстного подхода как одного из направлений системного подхода в психологии задается система координат для упорядочения и описания уже имеющихся данных о жизнеспособности молодежи, выстраивания структуры и иерархии компонентов на их основе и в конечном итоге вырабатывается системное представление об изучаемом феномене.

Исследования, проведенные в русле социокультурного (экологического) подхода Ю. Бронфенбреннера к изучению жизнеспособности молодых людей, показывают, что им помогает выстоять, не сломаться и, получив опыт выхода из сложной жизненной ситуации, идти дальше. Изучение жизнеспособности молодежи в рамках этого подхода позволяет анализировать ее включенность в разные экологические системы, что дает нам основания дифференцировать факторы защиты и риска для успешного функционирования молодых людей.

С позиций экопсихологического подхода к развитию психики жизнеспособность рассматривается как сложная интегральная характеристика человека, свойство системы «человек—окружающая среда». Это позволяет связывать экологическое неблагополучие природной среды с жизнеспособностью молодежи, проживающей в экологически неблагоприятных регионах.

В монографии наиболее полно представлены новые для отечественной психологии методология и методический подход — гражданская наука как основа сотрудничества профессиональных и «гражданских ученых». В русле этого подхода научные проекты планируются профессиональными учеными, но с привлечением «гражданских ученых», которые получают возможность внести свой вклад в науку. Эта методология уже прошла первые этапы своего становления, на сегодня уже определены различные формы организации гражданской науки, она является неотъемлемой частью

---

многих знаковых зарубежных работ и проектов в области социальных наук. В монографии отмечается привлечение все возрастающего числа «гражданских ученых», заинтересованных наукой, к участию в реальных научных исследованиях. Мы уверены, что методология гражданской науки обогащает одновременно науку, общество и самих «гражданских ученых».

## ГЛАВА 2

### **ВЛИЯНИЕ ФАКТОРОВ РИСКА И ЗАЩИТЫ НА ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ МОЛОДЕЖИ, ПРОЖИВАЮЩЕЙ В НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ И ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ**

Анализируя жизнеспособность молодежи, проживающей в экологически неблагоприятной среде, мы вынуждены обращаться к исследованиям феномена жизнеспособности человека в целом, без акцента на специфику этого интегративного качества, формирующегося или проявляющегося в экологически неблагоприятных условиях жизни. Это объясняется прежде всего тем, что исследований в данной области проводится явно недостаточно и наша работа в какой-то степени заполняет существующий дефицит знаний.

По мнению Э. Мастен, жизнеспособность подростков – это процессуальная характеристика, связанная с поддержанием, восстановлением или улучшением их функционирования, несмотря на трудности, которые угрожают нарушить достижение нормальных результатов развития (Masten, 2014). Среди прочего, психологические процессы, обычно связанные с положительными результатами в условиях значительного стресса, включают здоровую привязанность, саморегуляцию, свободу действий и мастерство, решение проблем и создание смысла жизни (Masten, Wright, 2010). Каждый психологический процесс использует ресурсы молодого человека (социальные навыки, упорство, интеллект), а также ресурсы социальной и физической окружающей среды, в которой он живет (поддерживающие наставники, возможность получения образования, полноценное питание, чистый воздух) (Masten, 2014; Ungar, 2011). При этом высокий уровень эмоционального интеллекта способствует развитию навыков адаптации и ориентации в жизни, социальной компетенции, построению доверительных отношений и наличию эмоциональной поддержки (Малова, Толстых, 2023). В этом смысле жизнеспособность молодых людей представляет собой интерактивный процесс, в котором индивидуальная способность справляться с трудностями,

подкрепляемая благоприятной средой, позволяет им жить в физическом и психологическом благополучии, несмотря на ситуативное воздействие хронических или острых рисков.

В зависимости от различных факторов (например, интенсивности риска, доступа к социальным услугам и поддержке) некоторые процессы и ресурсы, на которые они опираются, по-разному влияют на достижение и поддержание функциональных результатов молодых людей (Ungar, 2018). К. Хопкинс и ее коллеги изучили ресурсы, выступающие факторами защиты австралийских аборигенов-подростков, подверженных высокому экологическому риску, сопоставив их с ресурсами группы подростков с низким экологическим риском. В группе высокого риска ими были выделены такие уникальные и неожиданные на первый взгляд защитные ресурсы, как просоциальные дружеские отношения и проживание в социальном окружении с низким уровнем жизни, которые формировали у них чувство принадлежности к группе, давали возможность обратиться за помощью не только к членам семьи, но и к любому человеку из их окружения (Hopkins et al., 2014). Поэтому в качестве еще одного элемента «защитной триады» подростков и молодежи, наряду с их индивидуальными возможностями, а также ресурсами общества и культуры, стало принято рассматривать тесные семейные связи (Горьковская, Микляева, 2021а).

Изучение жизнеспособности молодежи позволяет понять, как они учатся приспосабливаться к появляющимся в их жизни в связи с взрослением преимуществ (например, расширение возможности трудоустройства) и рискам (например, отсутствие жилья для самостоятельного проживания). Как пишет Э. Мастен, жизнеспособность — это «способность динамической системы успешно адаптироваться к нарушениям, которые угрожают функционированию, живучести или развитию системы» (Masten, 2014, р. 10). Ее определение можно применить к молодому человеку, живущему в неблагоприятных условиях среды, на которую оказывают негативное воздействие добывающая промышленность, производственные предприятия. В рамках теории дифференциального воздействия (Differential Impact Theory, DIT) М. Унгара подчеркивается, что жизнеспособность одной системы (например, молодого человека) требует сотрудничества других значимых систем (например, семьи или сообщества). Жизнеспособность поддерживается за счет того, что эти системы работают сообща, чтобы уменьшить воздействие рисков, угрожающих выжи-

ванию системы (Ungar, 2011). По этой причине жизнеспособность нельзя упрощенно объяснить как личностную черту, и индивидуальную систему (например, подростка) нельзя считать несовершенной, если эта система плохо функционирует в условиях неблагоприятных условий, поскольку ее результат зависит от множества других систем (Masten, 2019).

Неблагоприятные и травмирующие события в детстве могут оказывать заметное влияние на психическое и физическое здоровье в зрелом возрасте (Sachs-Ericsson et al., 2016). Более того, неблагоприятный или травматический опыт в детстве в основном влияет на нарушения и болезни во взрослой жизни на биологическом уровне (Tomasdottir et al., 2015). В качестве неблагоприятных жизненных обстоятельств рассматриваются разные варианты социальной депривации личности: потеря близких, отсутствие работы, вынужденная миграция, сиротство, участие в военных действиях и многие другие. Со временем содержание понятия уточнялось, была раскрыта его интегративная сущность.

Неблагоприятные жизненные обстоятельства, также называемые факторами риска, могут приводить к проблемам в адаптации. Исследователи считают, что жизнеспособность и психопатология являются двумя полюсами одного конструкта — негативным и позитивным (Masten et al., 1990). Один из подходов к изучению жизнеспособности описывает ее как форму баланса между факторами риска и защиты. Важную роль играет упреждение рисков, позволяющее принять меры предосторожности для их предотвращения. Такой дискурс жизнеспособности означает, что люди живут в условиях неопределенности, предполагающих возможность появления неблагоприятного события. Жизнеспособные люди — это те, кто ожидает неожиданного и способен реагировать на угрозы адекватными средствами (O'Malley, 2010).

Было выявлено, что «к факторам риска, ослабляющим жизнеспособность молодых людей, относятся: неблагоприятные социально-экологические условия окружающей среды, наличие психопатологической симптоматики и недостаточность ресурсов (индивидуальных, семейных и контекстуальных)» (Махнач и др., 2022, с. 24). Установленное снижение психологической адаптации субъектов, родившихся и постоянно проживающих в зоне экологических проблем, рассматривается в наших исследованиях как проявление ослабления их жизнеспособности. Экологическая деформация окружающей среды является, таким образом, серьезным фактором риска для сохра-



нения жизнеспособности молодых людей. В рамках медицинской модели окружающая среда и люди, живущие в таких условиях, описывается в понятиях «синдромов» и «симптомов» неблагополучия, что приводит к воспроизведению круга неблагополучия. Отход от медицинской модели в пользу социальной — важное изменение в подходе к решению проблемы, выразившееся в феноменологии многих современных исследований. Появление социальной модели в работах современных авторов рассматривается как предтеча исследований жизнеспособности молодежи (Махнач, 2013).

Учитывая, что в настоящее время в мире проживает самое большое в общей популяции число молодых людей в возрасте 10–24 лет (см.: Sawyer et al., 2018) и их жизнеспособность связана с потенциально далеко идущими социально-политическими последствиями (Yair, Miodownik, 2016), проблема уязвимости молодых людей должна быть отражена в большом количестве программ исследований. Когда молодые люди живут в экономически и/или социально маргинализированных сообществах, их уязвимость возрастает. Кроме того, показано, что такая молодежь с большей вероятностью будет жить в экологически деградировавшей среде, для которой характерен высокий уровень загрязнения воздуха, воды и/или небольшое количество зеленых насаждений, если они вообще есть (ЮНИСЕФ, 2015). Взаимодействие этих и других многочисленных факторов риска и их кумулятивное влияние на молодых людей приводит к особенно серьезным последствиям, и поэтому неудивительно, что ученые, изучающие изменение окружающей среды, считают, что существует острая необходимость в понимании воздействия изменения климата на психическое здоровье молодежи (Bergu et al., 2018), хотя до сих пор это не исследуется системно (Haynes, Tanner, 2015; Stevenson et al., 2022).

Состояние проблематики жизнеспособности и адаптации подростков и молодежи определяет наш научный интерес на протяжении последних двадцати лет. Это отразилось в появлении данной темы ряде публикаций с участием ведущих специалистов, изучающих феноменологию жизнеспособности молодежи (Махнач и др., 2007; Makhnach, Laktionova, 2005; Ungar et al., 2005, 2008).

## **2.1. Характеристики здоровья и качества жизни молодежи**

В соответствии с Основами государственной политики в области обеспечения безопасности населения Российской Федерации и ос-

новой целью социально-экономического развития страны на период до 2030 года (Указ Президента РФ..., 2018), отечественной науке предстоит определить факторы риска и защиты, обуславливающие жизнеспособность россиян, в связи с угрозами различного характера, в частности, в условиях экологического неблагополучия. К факторам риска при этом относят влияние неблагоприятных условий природной и социальной среды, психологических травм, приносящих вред физическому и психическому здоровью человека.

А. Антоновский эксплицитно определял здоровье не только с точки зрения отсутствия болезней, но и с позиции наличия положительных (сальютогенных) характеристик, а феномен жизнеспособности человека как ответ на неблагоприятные жизненные ситуации был описан еще М. Раттером (Antonovsky, 1987; Rutter, 1987). Понимание феномена психологического здоровья в сложных жизненных обстоятельствах непременно требует междисциплинарного или трансдисциплинарного подхода для понимания сложности биологических, психологических, социологических, экономических, экологических и духовных аспектов жизни человека, для лечения травм, депрессии, тревоги, а также управления динамическим развитием жизнеспособности и посттравматического роста (Wissing, 2022). Дж. Мид, З. Фишер и Э. Кемп утверждают, что необходимо преодолевать дисциплинарные границы при решении проблем благополучия и психологического здоровья людей, особенно при сложных условиях их жизни. По их мнению, исследователям нужно разработать трансдисциплинарные модели благополучия и психологического здоровья, принимая во внимание положительные и отрицательные стороны отношений между людьми, их проживания в сообществах, условия влияния экологических и других контекстуальных факторов, таких как неравенство людей, особенности культурного развития, а также их индивидуальные биологические и физиологические различия (Mead et al., 2021).

В наших исследованиях было показано, что жизнеспособность является предиктором снижения развития депрессии. Из этого следует вывод о необходимости развития жизнеспособности у подростков, молодых людей в первую очередь за счет формирования у них необходимых индивидуально-личностных качеств, а также индивидуальных и социальных навыков (Лактионова, 2017; Лактионова, Махнач, 2010; Постылякова, 2020).

В исследовании влияния травм на обычную жизнь Дж. Уилсон описал наиболее существенные для человека параметры диагнос-

тики психического здоровья и жизнеспособности: «1) понимание этиологии нарушения подсистем и функционирования, затронутого травмой; 2) понимание изменений в предтравматическом исходном функционировании в сторону новой, аллостатической точки отсчета в функционировании организма; 3) оценка конфигураций профиля заболевания с позиции частоты, периодичности, серьезности, интенсивности и продолжительности симптомов; 4) знание того, как основные самоощущения изменяются на континууме от фрагментации (т. е. потери структурной когерентности) к интеграции и трансформации (т. е. трансцендентности, единству, жизнеспособности); 5) понимание того, как травма влияет на биосоциальное функционирование с точки зрения эпигенетического развития и функционирования личности в жизненном цикле» (Wilson, 2004, р. 139). По мнению Н. Е. Харламенковой, «интенсивными стрессорами, вызывающими тяжелые последствия — посттравматический стресс и психопатологическую симптоматику в период молодости и ранней взрослости, также как и в более старшем возрасте, являются события, связанные с утратой близких, с травмами и угрожающими жизни заболеваниями» (Харламенкова, 2017, с. 30).

Среди расстройств психического здоровья молодежи депрессия является одним из наиболее частых состояний и указывается как одно из наиболее тревожных «новых заболеваний». Начало депрессии обычно приходится на средний или поздний подростковый возраст, и важно распознавать ее ранние предупреждающие признаки и симптомы. Как известно, у детей социальной референтной группой является семья, тогда как значимость социального окружения, в которое все теснее встраиваются сверстники, возрастает в период от 10 до 15 лет. Социальная поддержка со стороны общества, родителей и сверстников играет важную роль в жизни человека и защищает его от развития психических расстройств во взрослом возрасте (Постылякова, 2020; Orben et al., 2020; Steiner et al., 2019), в то время как некоторые негативные переживания в детстве и подростковом возрасте повышают риск депрессии в будущем (Kendler, Gardner, 2014). «Социальная поддержка часто характеризуется как внешний ресурс, который предлагается человеку окружением для совладания с жизненными трудностями. Трактовка поддержки в качестве внешнего ресурса ставит человека в позицию простого „потребителя“, „пользователя“ предоставляемого ему ресурса» (Харламенкова, 2018, с. 32). Для здорового перехода во взрослую жизнь ключевую роль играют

позитивное и поддерживающее влияние взрослых и «подсказки» значимых взрослых о возможностях конструктивного участия в жизни общества (Malik, Marwaha, 2020). Как показано во многих исследованиях, подростки заметно более чувствительны к принятию, отвержению и/или одобрению сверстников, чем дети или взрослые (Sebastian et al., 2011, Somerville, 2013). Так, в одном из исследований на большой выборке кенийской молодежи оценивались распространенность симптомов депрессии и тревоги, а также их связь с социально-демографическими показателями и переменными благополучия. Самооценка симптомов депрессии (PHQ-8) и тревоги (GAD-7), социальной поддержки, благодарности, счастья, оптимизма и воспринимаемого контроля была проведена у 2192 кенийских юношей (57,57% женщин) в возрасте 12–19 лет. Около 28,06% и 30,38% участников достигли клинического порога симптомов депрессии и тревоги, соответственно. Социальная поддержка, признательность, счастье и воспринимаемый контроль (со стороны взрослых) отрицательно ассоциировались как с симптомами депрессии, так и с тревогой. Молодые люди сообщали о более выраженных симптомах, а те из них, у которых было больше братьев и сестер, сообщали о меньшей выраженности симптомов депрессии (Osborn et al., 2020).

На появление симптомов депрессии часто влияет социальная ситуация, в которой оказывается молодой человек. Например, изучение влияния жестокого обращения с детьми на развитие и траектории депрессивных симптомов и агрессии у корейских подростков ( $n = 1797$ , возраст 14–16 лет) с учетом гендерных различий привело к следующим выводам: жестокое обращение усиливает депрессивные симптомы в раннем подростковом возрасте, снижая при этом скорость нарастания депрессивных симптомов с течением времени. Траектория развития симптомов также имеет гендерные различия: жестокое обращение повышало исходное значение агрессии у девочек в большей степени, чем у мальчиков, но снижало скорость нарастания агрессии с течением времени у девочек. Отсутствие внимания к симптомам со стороны взрослых повышало исходное значение агрессии только у мальчиков. Исследователи делают вывод о том, что жестокое обращение и пренебрежение со стороны значимых взрослых, пережитые в подростковом возрасте, могут по-разному влиять на депрессивные симптомы и агрессию у человека в зависимости от пола (Choe, Yu, 2022).

На когортной выборке финнов ( $n = 6147$ : учителя, подростки, их родители) показано, что хорошие отношения с родителями и сверст-

никами защищают детей и подростков от развития психических расстройств во взрослом возрасте, в то время как некоторые негативные переживания повышают риск депрессии в более позднем возрасте. Буллинг, виктимизация являются самыми сильными предикторами депрессии в юношеском возрасте среди девочек и мальчиков. Однако одиночество и агрессивное поведение в детстве связаны с депрессией только у мальчиков. Одиночество в подростковом возрасте ассоциировалось с депрессией у представителей обоих полов. Количество времени, проведенного с семьей, защищало от негативного воздействия издевательств и одиночества (Kehusmaa et al., 2022). Преследование и издеательства со стороны сверстников могут быть даже более травматичными, чем отсутствие друзей или одиночество. В худшем случае виктимизация и издеательства могут стать очень травмирующим опытом и значительным фактором риска депрессии во взрослом возрасте (McKay et al., 2021). Сами насильники также подвержены риску развития психических расстройств в более позднем возрасте (Copeland et al., 2013).

В Индии распространенность клинической депрессии среди школьников составила 8,4%. Для исследования были отобраны 500 подростков в возрасте 12–16 лет, обучающихся в городской школе. В проведенном сравнительном исследовании групп мальчиков и девочек не было выявлено существенных гендерных различий в распространенности клинической депрессии. Примечательно, что в возрастной группе 14–16 лет у подростков чаще наблюдалась клиническая депрессия, чем в возрастной группе 12–14 лет. Депрессивные симптомы чаще встречались у детей первого порядка рождения (Raja et al., 2020).

Исследования, осуществляемые в разных странах, свидетельствуют о том, что жизнеспособность человека тесно связана с уменьшением симптомов депрессии и с повышением качества преодоления стрессов (Ang et al., 2022). Она также тесно связана с такими особенностями личности, как самооффективность, самооценка, внутренний локус контроля, оптимизм и др. (Stewart, Yuen, 2011) и в целом положительно коррелирует с показателями психического здоровья. Показано, что потенциал жизнеспособности, как правило, увеличивается с возрастом и у взрослых людей он выше, чем у подростков и молодежи (Hu et al., 2015).

В настоящее время также изучают когнитивные и межличностные предикторы стресса и последующей депрессии у подростков и моло-

дых людей. «Изучение подобных связей имеет решающее значение, поскольку факторы когнитивной и межличностной уязвимости влияют на интерпретации связей до появления стрессора. В другом исследовании подростки и молодые люди ( $n=157$ ; мальчики = 64, девочки = 93) в возрасте от 12 до 18 лет участвовали в шестимесячном лонгитюдном исследовании с несколькими срезами, в котором изучалось влияние негативного когнитивного стиля, самокритики на появление в связи с этим стресса и депрессии. Результаты многоуровневого идиографического анализа показали, что депрессогенные когнитивные стили и самокритика предсказывают межличностный, но не внутриличностный стресс. Более того, «возникновение стресса опосредует связь между когнитивной уязвимостью и депрессивными симптомами с течением времени. В то же время самокритика предсказывает не только депрессогенные когнитивные стили, но и может быть особенно разрушительным фактором уязвимости в возрасте нарождающейся взрослости» (Auerbach et al., 2014, p. 924). Согласно данным, полученным на разных социальных группах, наличие тех или иных компонентов жизнеспособности в структуре личности указывает на уменьшение симптомов депрессии и расширение стратегий преодоления стрессов (Махнач и др., 2021; Ang et al., 2022; Bonanno et al., 2007).

Неблагоприятные условия проживания молодежи могут приводить к нарушениям их социального и психологического развития. Современные исследования подчеркивают взаимные динамические связи между биологией, поведением, окружающей средой, культурой и жизнеспособностью (Сараева, 2017а, в; Masten, 2015; Tost et al., 2015).

Социальные и экологические факторы не работают изолированно, а находятся в сложном взаимодействии с биологическими, в том числе наследственными, факторами. Это вызывает зависимость числа заболеваний детей и подростков от неблагоприятных влияний окружающей среды, что сказывается на их генотипе и биологических моделях роста и развития. По данным ВОЗ, вклад социальных факторов и образа жизни в формирование здоровья составляет около 40%, факторов загрязнения окружающей среды — 30% (в том числе собственно природно-климатических условий — 10%), биологических факторов — 20%, качества медицинского обслуживания — 10%. Однако эти величины являются усредненными, не учитывают возраст, особенности развития детей и подростков, формирование патологии в отдельные периоды их жизни, влияние факторов риска.

Роль тех или иных социально-генетических и медико-биологических факторов в развитии неблагоприятных изменений в состоянии здоровья различна в зависимости от пола и возраста индивидуума (Лучанинова др., 2017).

Как показано в работах российских исследователей, увеличение концентрации токсичных ингредиентов в окружающей среде приводит к значительному отклонению состояния функциональных систем организма от нормы среди взрослых и детей. Этот процесс особенно опасен для молодого поколения из-за активной фазы развития организма на этапах онтогенеза детства, юности (Ермаков, Панов, 2020; Корсаков и др., 2020; Усанова, 2021; и др.). Молодое население особенно подвержено воздействию различных факторов окружающей среды, многие из которых считаются факторами риска их развития, приводящими к неблагоприятным изменениям в организме растущего человека. Определяющую роль в возникновении отклонений в состоянии здоровья молодежи играют три группы факторов: 1) факторы, характеризующие генотип популяции («генетическая нагрузка»); 2) образ жизни; 3) состояние окружающей среды. Следует отметить, что дети и подростки, проживающие в экологически неблагоприятной среде и растущие в тяжелых социальных условиях (бедность, алкоголизация родителей, плохое питание и гигиенические условия и т. д.), часто имеют также и отрицательный «генетический груз». Все три группы факторов являются факторами риска и провоцируют возникновение отклонений в физическом и психическом здоровье (Лактионова, 2017).

Вместе с тем отметим неоправданно низкий интерес отечественных ученых к исследованиям молодежи, сталкивающейся со сложными проблемами жизни в связи с проживанием в экологически неблагополучных регионах, где работают углеродоемкие, добывающие отрасли промышленности. Такие предприятия часто приносят краткосрочные выгоды так называемым моногородам<sup>1</sup>, где занятость жителей ограничена и детерминирована ими, а социальная инфраструктура находится в зависимом от успешности функционирования предприятия положении, часто — в неудовлетворительном состоянии. Нередко развитие иного предпринимательства в таком

1 К 2019 г. в России насчитывалось 320 моногородов (см. распоряжение Правительства РФ от 29 июля 2014 г. № 1398-р «О Перечне монопрофильных муниципальных образований РФ (моногородов)»). URL: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm..>

городе или поселке имеет мало шансов на успех. Все это может существенно влиять на жизнь молодых людей. Они особенно уязвимы в отношении стрессов, связанных с таким положением дел (трудовая миграция, нехватка жилья, изменение климата, ухудшение состояния окружающей среды) и с потрясениями, вызванными снижением темпов развития углеродоемких предприятий (например, экономическим спадом и скачком цен на продукты питания) (Cox et al., 2017).

В связи с увеличением потребления ископаемого топлива, глобальным потеплением, изменением климата (например, снижением частоты дождей, засухой, повышением температуры в зонах вечной мерзлоты) и более экстремальными, разрушительными стихийными бедствиями утверждается, что Земля в настоящее время находится в новой эре, называемой антропоценом, периодом больших изменений. Этот период является результатом беспрецедентной деятельности человека, включая добычу и производство энергии на основе углерода (Rocha et al., 2015). Изменения окружающей среды (в том числе связанные с изменением климата) являются факторами риска для физического и психического здоровья населения Земли (Ramadan, Ataallah, 2021; Romeu, 2021), и особенно сильно сказываются на детях и подростках (UNICEF, 2015). Кроме того, у маргинализированных молодых людей, вероятно, будут появляться более серьезные нарушения, поскольку на них оказывают влияние многочисленные опасности, связанные с воздействием факторов риска.

В связи с этим необходимо научное объяснение того, почему и как молодежь России (в возрасте 15–24 лет) адаптивно функционирует в условиях влияния подобных стрессовых факторов, — в частности, связанных с нефтехимической и горнорудной промышленностью, неопределенностью перспектив занятости, проблемами окружающей среды и их воздействия на физическое и психологическое здоровье. На теоретическом уровне такие исследования способствуют лучшему пониманию сложных взаимоотношений между процессами формирования жизнеспособности на нескольких системных уровнях и их взаимосвязи с системными же нарушениями, приводящими к вынужденным изменениям в структуре жизнеспособности молодых людей. Данное исследование также направлено на изучение оснований для развития жизнеспособности молодежи в условиях влияния неблагоприятных субэкстремальных факторов риска, на научный анализ условий формирования предпосылок к развитию жизнеспособности, а также на разработку научно вери-



фицированных практических рекомендаций по развитию жизнеспособности молодых людей.

Здоровье и благополучие молодежи является глобальным и неотложным приоритетом общества и государства в целом (Patton et al., 2016). Молодежь, живущая в непосредственной близости от добывающих и перерабатывающих предприятий, может подвергаться повышенному риску неблагоприятного воздействия окружающей среды, связанного с добычей или производством полезных ископаемых (например, загрязнение воздуха, воды), с промышленными авариями (например, разлив, взрыв) и стихийными бедствиями (Pelallo-Martinez et al., 2014). Независимо от фактического воздействия неблагоприятных факторов среды обитания, молодежь может стать более уязвимой в отношении психологического и физического вреда в результате не только переживания стресса, но и даже страха, связанного с предполагаемым влиянием факторов риска (López-Navarro, Al-Halabi, 2022). Исследования южноафриканских ученых демонстрируют подобные негативные последствия для физического и психического здоровья молодых людей (Okedeyi et al., 2014).

В работах российских ученых также показано, что у детей, родившихся и постоянно проживающих на экологически неблагоприятных территориях, существует тенденция к общему снижению умственной активности. Показатели психической деятельности у них смещаются от границ так называемой «средней» нормы в нижние нормативные диапазоны (к границам показателей нормы «пониженная», «средняя», «ниже среднего», «слабая») (Михайлова, 2007; Сараева, 2010; Сараева, Панов, 2010; Суханов, 2005; Темнова, 2009).

В течение многих лет (2000–2019 гг.) сотрудники лаборатории региональных исследований психики Забайкальского государственного университета изучали состояние психики, психологическую адаптацию, психологическую жизнеспособность детского и молодежного населения, родившегося и постоянно проживающего на экологически неблагоприятных территориях Забайкальского края. Было установлено, что существует тенденция к снижению (в границах нормы) показателей их психической деятельности (Сараева, 2010; Сараева и др., 2019; Суханов, 2016). Эта тенденция есть проявление той же закономерности, которая давно выявлена в биологическом функционировании человека, проживающего в условиях экологического неблагополучия. Во многих медико-биологических исследованиях зафиксировано: растет заболеваемость, снижаются пока-

затели успешного функционирования (Воропаева, 2005; Гомбоева, 2012; Кувичкина, 2009). Также обнаружено снижение ряда показателей психической деятельности у детей в условиях экологического неблагополучия (Грищенко, 2005; Екимова, 2003). В силу системного характера жизнедеятельности человека вслед за показателями биологического уровня не могут не снижаться и показатели функционирования психологического и личностного (социального) уровней его системной организации (Леонтьев, 1983). Механизмами такого снижения, по нашему мнению, являются конкуренция за энергию между биологическим, с одной стороны, и психологическим, социальным, с другой стороны, уровнями организации человека, в силу чего возникает дефицит энергетического обеспечения и снижение общей активации психической деятельности людей в условиях экологического неблагополучия; следствием этого становится реализация особой стратегии минимизирующей психологической адаптации (подробнее об этом см. 1.3).

Поэтому не случайно качество жизни молодежи также рассматривается как фактор ее защиты. Конструкт «качество жизни» в последние десятилетия активно используется для комплексного анализа благосостояния людей, интегрирующего разнообразные аспекты их жизни, и рассматривается как универсальная характеристика тенденций общественного развития (Jozefiak et al., 2017). Качество жизни может анализироваться с опорой на объективные показатели благосостояния, например, уровень доходов, заболеваемости, образования и т. д. (объективный подход), или же с учетом мнений людей о собственном благосостоянии (субъективный подход) (Россошанский, 2019).

В рамках объективного подхода к качеству жизни ее оценка осуществляется на основе независимых суждений о благосостоянии людей, которые, однако, могут в той или иной степени расходиться с субъективными мнениями тех, чье качество жизни подвергается оценке (Айвазян, 2012). Субъективный подход к качеству жизни предполагает оценку его понимания как восприятия человеком благополучия в различных сферах собственной жизни, включая физическое, эмоциональное состояние и отношения с другими людьми (Singstad et al., 2021). Такой подход является широко распространенным, в то же время он также имеет некоторые ограничения, которые связаны в первую очередь с трудностями дифференциации категорий «качество жизни», с одной стороны, и «субъективное благополучие», «счастье» и т. п. — с другой, что иногда приводит к их отожд-

дествлению (см., например: Badri et al., 2022; Hirschauer et al., 2015; и др.). В связи с этим довольно широкое распространение в последние десятилетия получает интегративный подход к оценке качества жизни, который позволяет связать объективные характеристики условий жизни с их субъективной оценкой (Abraham et al., 2022; Miscioscia et al., 2018).

Другая тенденция, наметившаяся в связи с изучением качества жизни в последние десятилетия, связана с сужением фокуса оценки на отдельных аспектах человеческого благосостояния. Так, сегодня широко изучается феномен качества жизни, связанного со здоровьем, что позволяет обратиться к оценкам человеком актуального состоянию собственного здоровья в континуумах «удовлетворенность—неудовлетворенность», «благополучие—неблагополучие» (Новик, Ионнова, 2002). Качество жизни, связанное со здоровьем, также является многомерным конструктом и включает в себя различные компоненты, такие как физическое здоровье, психическое (психологическое) здоровье, качество социального функционирования и др., однако несмотря на это использование данного конструкта фокусирует внимание на проблемах здоровья и позволяет исключить из анализа другие детерминанты общего благосостояния, — например, политические, экономические, религиозные и др. (Захарова, 2014).

Вопрос о том, в каком соотношении друг с другом находятся конструкты «жизнеспособность» и «качество жизни», на сегодняшний день остается дискуссионным. В некоторых исследованиях жизнеспособность рассматривается как компонент качества жизни, связанного со здоровьем, отражающий в первую очередь психологическое здоровье субъекта (Panter-Brick, Eggerman, 2012). В других работах жизнеспособность и качество жизни понимаются как независимые друг от друга, но при этом тесно соприкасающиеся феномены. Корреляции между жизнеспособностью и качеством жизни, связанным со здоровьем, с наибольшей очевидностью прослеживаются на материале анализа ресурсов адаптации людей, имеющих различные заболевания. Так, показано, что жизнеспособность является важным фактором повышения качества жизни больных онкологическими заболеваниями (Zhou et al., 2022), гепатитом (Zainulabid, 2022), заболеваниями сердечно-сосудистой системы (Chen et al., 2019). Аналогичные данные получены о взаимосвязи жизнеспособности и качества жизни людей, переживших стихийные бедствия (Hansel et al., 2020). При этом вопрос о направленности этих взаимосвязей оста-

ется открытым и решается в различных исследованиях по-разному.

Специалисты в области экологической психологии отмечают, что на современном этапе развития психологической науки невозможно сформулировать единую однозначную концептуальную основу для изучения качества жизни как конструкта, отражающего в том числе и экологический контекст жизнедеятельности человека (van Kamp et al., 2003). Подчеркивается, что важно в равной степени учитывать оценку объективных условий окружающей среды и их символической ценности, а также удовлетворенности или неудовлетворенности, которую они вызывают (Fleury-Bahi et al., 2013).

Применительно к изучению взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни, связанным со здоровьем, с учетом экологической обстановки в регионе проживания представляется целесообразным анализировать вклад показателей качества жизни в жизнеспособность субъекта, а не наоборот, что обусловлено несколькими причинами.

Во-первых, в литературе имеются неопровержимые данные о том, что качество жизни, связанное со здоровьем, определяется, помимо прочего, характеристиками экологической ситуации. Современные концепции качества жизни включают в себя широкий спектр компонентов, в том числе и характеристики среды, в которой разворачивается жизнедеятельность людей. Основу этих концепций составляет трактовка качества жизни, предложенная экспертами Всемирной организации здравоохранения, где среди прочих критериев оценки здоровья выделяется экологическая ситуация в регионе проживания (Новик, Ионова, 2002). Исследователи отмечают, что значимость учета экологических детерминант качества жизни возрастает в связи с активно разворачивающимися процессами индустриализации и урбанизации, которые актуализируют вопросы, связанные с экологией, в контексте проблемы качества жизни населения (Fleury-Bahi et al., 2017). Сегодня предлагаются различные способы оценки экологического компонента качества жизни в рамках объективной и субъективной трактовок данного феномена. Для оценки берутся следующие показатели: экологический индекс на основе показателя числа проб воздуха и воды (Рюмина, 2020), объем аудиальных и ольфакторных стрессоров (Ojamo et al., 2015), субъективная экспертиза экологической обстановки по месту жительства, уровень загрязнения места проживания, удовлетворенность озеленением региона проживания (Simkhovich, Naumau, 2021), природные ресурсы и ка-

чество среды обитания (Mitchell, 2000), субъективное качество жизни в окружающей среде (Fleury-Bahi et al., 2013; и др.). Однако стоит отметить, что эмпирические исследования не позволяют однозначно поддержать идею включения экологического компонента в структуру феномена качества жизни.

Попытки эмпирически верифицировать модели качества жизни, включающие в свою структуру экологический компонент, свидетельствуют о том, что данный компонент, как правило, демонстрирует низкую согласованность с другими компонентами качества жизни (Baumann et al., 2010), что не позволяет рассматривать его как рядоположенный другим компонентами. Это свидетельствует в пользу анализа объективных характеристик и субъективных оценок в регионе проживания как самостоятельного фактора, который взаимосвязан с показателями качества жизни, но имеет иную, нежели у них, природу. Данная трактовка актуализирует задачу изучения экологических коррелятов качества жизни в разных пространственных масштабах — от уровня жилья и района до глобальной окружающей среды (Fleury-Bahi et al., 2017), и в первую очередь затрагивает вопросы качества жизни, связанного со здоровьем, поскольку с реальными и потенциальными экологическими угрозами в сознании населения ассоциируются в первую очередь именно проблемы со здоровьем (Chemerys et al., 2021). На этом основании можно говорить о том, что в контексте анализа влияния экологической ситуации в регионе проживания на жизнеспособность и качество жизни, связанное со здоровьем, может рассматриваться как один из факторов, определяющих жизнеспособность людей.

Во-вторых, необходимо учитывать, что, согласно многим исследованиям, взаимосвязи между различными компонентами качества жизни, связанного со здоровьем, а также между объективными факторами, которые находят в них отражения, носят нелинейный характер, что не позволяет проследить прямые причинно-следственные связи между качеством жизни и определяемыми им характеристиками поведения людей (Лебедева, 2012). В частности, влияние экологической обстановки в регионе проживания на благополучие человека определяется не только объективным наличием или отсутствием экологических угроз, но и их субъективной оценкой, находящей отражение в субъективном экологическом благополучии личности (Хашенко, 2017) и актуальном уровне экологического стресса (Терехина, 2016), оказывающими влияние на жизнеспособность че-

ловека и ее отдельные компоненты (Василенко, 2015; Махнач и др., 2021; Хашченко, Панова, 2018). Исследования показывают, что оценка экологической ситуации не тождественна реальной ситуации, как, например, было установлено при изучении восприятия экологических преимуществ жителями мегаполиса, взросление которых происходило в разных экологических условиях (Liu et al., 2022), а модели мышления и поведения могут быть детерминированы не только характеристиками актуальной экологической обстановки, но и ретроспективными экологическими представлениями (Хашченко, Панова, 2018; Adams et al., 2021).

Итак, феномен психологического здоровья в сложных жизненных обстоятельствах требует междисциплинарного подхода для понимания сложности биологических, психологических, социологических, экономических, экологических и духовных аспектов жизнедеятельности человека. В настоящее время назрела необходимость разработки трансдисциплинарных моделей благополучия и психологического здоровья человека, принимая во внимание положительные и отрицательные стороны отношений между людьми, их взаимодействия в социальных и экологических контекстах. Особенно важны исследования жизнедеятельности человека в различных контекстах в связи с ростом депрессии в ряду расстройств психического здоровья у молодежи. Поскольку начало депрессии обычно приходится на средний или поздний подростковый возраст, внимание к социальному, семейному и экологическому контекстам у молодых людей этого возрастного периода становится особенно важным. В настоящее время также уделяется внимание изучению когнитивных и межличностных предикторов депрессии, воздействия различных факторов окружающей среды, многие из которых считаются факторами риска развития, приводящими к неблагоприятным изменениям у подростков и молодых людей. Вместе с тем, как мы уже отмечали, неоправданно низок интерес отечественных исследователей к изучению молодежи, сталкивающейся со сложными проблемами жизни в связи с проживанием в экологически неблагоприятных регионах, где работают углеродоемкие, добывающие отрасли промышленности.

Качество жизни молодежи также рассматривается как фактор ее защиты, в связи с чем активно используется для комплексного анализа благосостояния людей, интегрирующего разнообразные аспекты их жизни. Остается дискуссионным вопрос, в каком соотношении друг с другом находятся конструкты «жизнеспособность человека»

и «качество жизни». В монографии делается вывод о том, что применительно к изучению взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни, связанным со здоровьем, с учетом экологической обстановки в регионе проживания представляется целесообразным анализировать вклад показателей качества жизни в жизнеспособность субъекта, а не наоборот.

## 2.2. Безопасность среды проживания молодежи

В современной психологии большое распространение получают исследования жизнеспособности молодежи и определяющих ее факторов. Этот интерес обусловлен как значимой ролью жизнеспособности в структуре психологических переменных, обуславливающих адаптацию личности к изменяющемуся контексту жизненных обстоятельств, так и критической важностью данного этапа личностного становления для формирования и укрепления жизнеспособности юношей и девушек (Куфтяк, 2017; Лактионова, 2017; Махнач, 2016).

В различных исследованиях продемонстрированы взаимосвязи жизнеспособности с такими компонентами адаптационного потенциала личности, как адекватная самооценка, продуктивные копинг-стратегии и эффективное целеполагание (Куфтяк, 2017), способность к эмоциональной саморегуляции в контексте управления отрицательными эмоциями (Наличаева, Дячук, 2019), а также взаимосвязи с позитивным опытом преодоления трудностей и субъективно оцениваемыми ресурсами социальной поддержки (Eisman et al., 2015). При этом жизнеспособность, согласно современным трактовкам, не является результирующей характеристикой (т. е. устойчивым качеством человека), а представляет собой процессуальную переменную, выполняющую функцию координации взаимодействия между биологическими, психологическими и социальными особенностями человека, с одной стороны, и особенностями среды его жизнедеятельности — с другой (Махнач, 2016).

Так, согласно подходу С. Фергуса и М. Зиммермана, жизнеспособность должна рассматриваться как процесс преодоления негативных последствий неблагоприятных воздействий, избегания связанных с ними негативных траекторий и преодоления травматических переживаний (Fergus, Zimmerman, 2005). М. Унгар и К. Хэдфилд в рамках теории дифференциального воздействия в анализе жизнеспособности сформулировали и эмпирически подтвердили тезис

о том, что взаимосвязь между жизнеспособностью и поведенческими результатами личности на различных этапах ее становления опосредована влиянием средовых условий жизнедеятельности (так называемых «социальных экологий») (Ungar, Hadfield, 2019). Э. Мастен отмечает, что становление жизнеспособности человека в контексте его психического и личностного развития определяется взаимодействием адаптационных систем, функционирующих на разных уровнях его организации (от физиологического до социокультурного). Это определяет изменчивость показателей жизнеспособности, обусловленную динамикой взаимодействия человека и среды его жизнедеятельности (в широком смысле) (Masten, 2014). Ф. Шульце-Люттер с соавт. подчеркивают, что жизнеспособность является функцией взаимодействия между индивидами и окружающей их средой, в процессе которого посредством поведенческих и/или физиологических изменений достигается и поддерживается стабильность в контексте существующих или возможных стрессоров, что позволяет концептуализировать жизнеспособность как характеристику, определяемую соотношением факторов риска и факторов защиты (Schultze-Lutter et al., 2016).

В контексте процессуальной трактовки жизнеспособности особую актуальность приобретают исследования, направленные на выявление факторов риска, оказывающих влияние на становление жизнеспособности молодежи. Опираясь на результаты эмпирических исследований, представленные в литературе, можно констатировать, что в число этих факторов входит безопасность как одна из базовых потребностей человека (Marley, Mauki, 2019; Masten, 2014; Nurius et al., 2020; Рynoos et al., 1987). Как отмечает Р. М. Шамяионов, удовлетворение потребности в безопасности находит отражение в субъективном благополучии человека, его удовлетворенности собственной жизнью (Шамяионов, 2016). Психологические трактовки безопасности предполагают необходимость оценки данного фактора во взаимодействии трех взаимосвязанных аспектов: наличия/отсутствия объективных угрожающих факторов, наличия/отсутствия опыта преодоления потенциально опасных ситуаций и субъективной оценки опасности/безопасности тех или иных аспектов жизнедеятельности (Лызь, 2004). Для психологических исследований безопасности принципиально важно, что чувство безопасности как результат удовлетворения соответствующей потребности представляет собой продукт психического отражения и является субъективным образом объективной ситуации жизнедеятельности, в котором преломляются объ-



ективные условия физического и социального функционирования (Богомаз, Козлова, 2009; Козлова и др., 2016). К основным аспектам психологической безопасности относят чувство безопасности, потребность в безопасности и стремление к безопасности, а составляющими модели психологической безопасности являются позитивное окружение, опытность и информированность, внутренний комфорт (Харламенкова, 2019).

Растут объемы образовательной миграции, все больше и больше выпускников школ переезжают из средних и малых городов России в мегаполисы, где сталкиваются с целым рядом принципиально новых характеристик социальной среды, которые имеют потенциально стрессогенный характер и снижают субъективные оценки безопасности социального пространства. К их числу относятся перенаселенность, транспортные проблемы, преступность, напряженность межэтнических отношений, информационные перегрузки и др. (Ляшенко, 2011). Установлено, что эти факторы обладают выраженной психотравмирующей нагрузкой в случае молодых людей, приехавших в мегаполис с целью получения высшего образования (Савина, Баранова, 2017), несмотря на то, что мегаполис в сознании молодежи ассоциируется с развитой инфраструктурой, богатыми возможностями культурной жизни, потребления товаров и услуг, образования (Емельянова, 2015). Исследования показывают, что для молодежи в мегаполисе характерна повышенная тревожность, основанная на отражении экологических, физических и психологических рисков (Шлыкова, 2017). Особую остроту проблеме адаптации образовательных мигрантов в мегаполисах придает удлинение периода социального созревания личности, которое приводит к расширению границ возраста до 17–18 лет и, как следствие, становится причиной того, что адаптационный стресс, связанный с переездом в мегаполис и сопровождающей его потерей привычного объема социальной поддержки, вынуждены переживать молодые люди, чьи личностные ресурсы сформированы еще не в полной мере. Можно предполагать, что в этих условиях важную роль в формировании оценки социальной среды мегаполиса как безопасной будет играть сформированность личностных качеств, составляющих адаптационные ресурсы человека, в том числе жизнеспособности.

В литературе имеются убедительные данные о том, что высокие субъективные оценки безопасности среды взаимосвязаны с удовлетворенностью качеством жизни и психологическим благополучием

личности (Богомаз, Козлова, 2010; Козлова и др., 2016; Перелыгина и др., 2018). Эти факты позволяют предположить наличие определенного вклада психологической безопасности в показатели жизнеспособности личности. Тем не менее исследования демонстрируют, что значимость безопасности места жительства не входит в число главных характеристик качества жизни молодых людей в условиях современной российской действительности (Drobyshev et al., 2017). В связи с этим возникает вопрос о размере и характере вклада субъективных оценок в безопасность городской среды. Исходя из представлений о многоаспектности оценок безопасности среды проживания, которая проявляется в тесной взаимосвязанности реального жизненного опыта и субъективных представлений о возможных угрозах, можно сформулировать предположение о том, что в основе противоречивости имеющихся эмпирических данных лежат разные по своей природе сведения об оценках безопасности. Кроме того, описана гендерная специфичность оценок безопасности жизненного пространства (Перелыгина и др., 2018), которая, вероятно, связана с магистральными социальными представлениями о различиях потенциальных угроз для женщин и мужчин в среде проживания (Микляева, Румянцева, 2011). В связи с этим возникает вопрос, различается ли характер взаимосвязей жизнеспособности и субъективных оценок среды безопасности у юношей и девушек.

Итак, в исследованиях жизнеспособности человека показано, что безопасность представляет собой одну из базовых его потребностей, что отражается в его субъективном благополучии, удовлетворенности собственной жизнью. В связи с тем, что чувство безопасности является субъективным образом объективной ситуации жизнедеятельности, становятся особенно важными исследования объективных условий жизнедеятельности физического и социального функционирования.

Одной из проблем, на решение которой направлены исследования, является образовательная миграция выпускников школ. В больших городах они сталкиваются с новой социальной средой, которая потенциально снижает субъективные оценки безопасности социального пространства. Согласно результатам исследований, молодежь в этом случае подвергается экологическим, физическим и психологическим рискам. При этом показано, что высокие субъективные оценки безопасности среды взаимосвязаны с удовлетворенностью качеством жизни и с психологическим благополучием личности.

### 2.3. Вовлеченность молодежи в трудовую деятельность

Исследователи обращают внимание на необходимость изучения «основных компонентов жизнеспособности человека на этапе его становления и взросления (подростковый и юношеский возраст) и его детерминант, что задает вектор потенциального развития, благополучия и эффективного функционирования в будущем» (Куфтяк, 2018, с. 127).

Также жизнеспособность как понятие, свидетельствующее о способности человека к жизни во всех ее проявлениях, лежит в основе его дальнейшего профессиогенеза. Именно в этот период жизни молодым людям предстоит не только сделать выбор своей будущей профессии, но и начать свое профессиональное становление в ней. Среди факторов, оказывающих влияние на выбор профессии, исследователи выделяют, например, соответствие возможностям и способностям будущего абитуриента (умственным, физическим и др.) (Горбунова, 2016). По мнению Е. А. Сергиенко и Г. Н. Эйдельман, «из трех основных психологических потребностей (компетенция, автономия и связанность с другими людьми), повышающих психологическое благополучие, в период профессионального самоопределения в среде молодежи главной становится связанность с другими людьми, которая компенсирует недостаточность профессиональной компетенции» (Сергиенко, Эйдельман, 2017, с. 112). По данным Г. А. Маловой и Н. Н. Толстых, это может «свидетельствовать о том, что в юношеском возрасте люди ориентированы на регуляцию своего эмоционального состояния посредством коммуникации с другими людьми, а в молодости более проявлена способность взаимодействия с другими и социальная компетентность. Данные компоненты имеют статистически значимые взаимосвязи со всеми шкалами эмоционального интеллекта» (Малова, Толстых, 2023, с. 527).

Позитивная адаптация личности, которую принято рассматривать в качестве важнейшей характеристики жизнеспособности, проявляется в том числе в успешности решения важных задач развития (Махнач, 2020). В этом контексте нормативные кризисы развития, последовательно переживаемые человеком на протяжении различных периодов жизни, могут рассматриваться как своеобразные факторы риска, связанные с изменением привычных моделей и условий поведения. В частности, «в период окончания профессионального обучения возрастает необходимость самоопределения личности. Расширение социального пространства жизнедеятельнос-

ти, необходимость адаптироваться к изменениям внешних условий, поиск и выбор путей построения собственной жизни, определение перспектив дальнейшей жизни — все это создает стрессовую ситуацию напряжения, энергетических затрат и возможного разочарования» (Сергиенко, 2016а, с. 13).

В связи с этим большое значение приобретает изучение жизнеспособности студенческой молодежи, переживающей нормативный кризис взросления. Взросление представляет собой процесс освоения социальной роли взрослого человека и формирование тех личностных особенностей, которые способствуют ее успешной реализации (так называемой социально-психологической зрелости личности) (Микляева, 2018). Взаимосвязи между отдельными параметрами социально-психологической зрелости и жизнеспособностью установлены во многих отечественных и зарубежных исследованиях. Так, показано, что жизнеспособность в юношеском возрасте выше у тех молодых людей и девушек, для которых характерна высокая степень автономности, позволяющая им успешно ассимилировать ресурсы внутренней и внешней поддержки (Шерешкова, Ионина, 2019). Аналогичные взаимосвязи обнаружены между показателями жизнеспособности и инновационного потенциала личности молодежи (Быкова и др., 2019). Зарубежными исследователями констатируются взаимосвязи между жизнеспособностью и позитивным взглядом в будущее, отражающим постоянно изменяющийся баланс рисков и ресурсов развития. На примере молодежи, находящейся в социально уязвимом положении, показано, что высокий уровень жизнеспособности или ориентация на ее развитие с большей вероятностью способствуют формированию навыков самостоятельной жизни, трудоустройству и более высокому еженедельному доходу (Martinez at al., 2012).

Однако необходимо отметить, что взросление предполагает не только формирование личностных качеств, которые можно условно обозначить как признаки социально-психологической зрелости личности (в широкой трактовке данного конструкта), но и освоение социальных ролей, атрибутируемых взрослым людям. Среди таких ролей ключевое место занимают те, которые связаны с вовлеченностью в трудовую деятельность, приносящую доход субъекту труда (Микляева, 2014). В современной российской действительности освоение трудовых ролей в студенческие годы носит потенциально конфликтный смысл и на уровне социальных представлений сопря-

жено с дилеммой «наличие самостоятельных доходов» — «качество образования (в некоторых трактовках шире — качество жизни в целом)», которая широко обсуждается в современных научных работах, посвященных проблемам трудовой занятости студентов (Коропец, 2018; Мылласова, 2018; Семенова и др., 2017; и др.). Между тем, результаты эмпирических исследований не поддерживают эту идею в полной мере. Так, в зарубежных работах приводятся данные о том, что трудовая занятость на неполный рабочий день способствует более высоким образовательным результатам студентов (Astin, 1993), в отличие от полного рабочего дня, который, напротив, может приводить к ухудшению качества обучения (Phillippe et al., 2005). Результаты российских исследований также показывают, что работа в период обучения в вузе приводит к снижению успеваемости только в случае, когда студент занят полный рабочий день и при этом его работа не связана с получаемой специальностью, в то время как работа по специальности, напротив, может способствовать повышению успешности обучения (Янбарисова, 2014). Более того, целый ряд исследований свидетельствует в пользу того, что трудоустроенность является фактором, вносящим вклад в жизнеспособность молодых людей, в том числе относящихся к группам социального риска. Например, более высокие показатели жизнеспособности у работающих молодых людей, в сравнении с неработающими, зафиксированы в исследовании американских ученых, в котором анализировалась жизнеспособность работающих студентов из «первого поколения» из семей с низким уровнем дохода (Martinez et al., 2012). В другом исследовании установлено, что наличие постоянной работы, приносящей устойчивый доход, положительно связано с жизнеспособностью бездомных молодых людей (Ferguson et al., 2018). Наличие работы связано с более высоким уровнем жизнеспособности молодых людей с инвалидностью (Rojewski et al., 2014). Интересно, что, согласно результатам российских исследований, сами студенты в большинстве случаев ориентированы на совмещение работы с учебой с целью обеспечивать себя материально (Симоненко, 2018), причем материальные мотивы трудоустройства в период обучения преобладают над профессиональными (Пасовец, 2019).

Таким образом, обратим внимание на отмечаемое нами противоречие между распространенными представлениями о негативном влиянии работы в студенческие годы на качество образования и, шире, качество жизни молодых людей и эмпирическими данны-

ми о том, что наличие работы, обеспечивающей молодому человеку свой собственный доход, связано с более высоким уровнем жизнеспособности, гарантирующим более благоприятный прогноз в отношении его социальной адаптации в период перехода к социальной роли взрослого человека. Это противоречие, наряду с констатируемой исследователями кросскультурной специфичностью факторов жизнеспособности (Ященко и др., 2019), определяет актуальность сравнительного изучения жизнеспособности работающих и неработающих российских студентов.

\*\*\*

В главе были подробно проанализированы современные отечественные и зарубежные исследования влияния факторов риска и защиты на жизнеспособность молодежи, проживающей в неблагоприятной социальной и природной среде. Жизнеспособность молодых людей представлена как интерактивный процесс, в котором индивидуальная способность справляться с трудностями усиливается благоприятной средой, позволяющей им жить в физическом и психологическом благополучии, несмотря на ситуативное воздействие хронических или острых рисков. Изучение жизнеспособности молодежи позволяет понять, как она приспосабливается к появляющимся в связи со взрослением новым рискам.

В истории исследований жизнеспособности появились несколько работ, в которых исследователи указывают на необходимость системного подхода для изучения данной темы. В зарубежной психологии это прежде всего теория дифференциального воздействия М. Унгара (Ungar, 2011). По его мнению, жизнеспособность поддерживается за счет того, что разные системы работают сообща, чтобы уменьшить воздействие рисков, угрожающих выживанию системы жизнеспособности.

По-прежнему в изучении жизнеспособности делается акцент на исследование неблагоприятных жизненных обстоятельств, рассматриваемых как факторы риска в рамках медицинской модели: окружающая среда и люди, живущие в таких условиях, описываются в понятиях «синдромов» и «симптомов» неблагополучия. Обращается внимание не только на традиционные неблагоприятные социально-экономические условия, рассматриваемые как факторы риска, но и на экологические условия окружающей среды, оказывающей существенное влияние на жизнеспособность.

В параграфе, посвященном изучению характеристик здоровья и качества жизни молодежи, обращено внимание на призывы ученых к преодолению дисциплинарных границ в исследованиях проблем жизнеспособности, благополучия и психологического здоровья людей. Давно возникла необходимость разработки трансдисциплинарных моделей этих понятий, благодаря которым положительные и отрицательные стороны социального и экологического благополучия человека приобретут объемность и многомерность.

В исследованиях психического здоровья и психологического благополучия молодежи отмечается рост случаев депрессии, являющейся одной из наиболее тревожных «новых заболеваний» современности. Также исследователи обращают особое внимание на распространение таких социальных явлений подростковой среды, как жестокое обращение, буллинг, виктимизация отношений, отсутствие внимания к тревожным симптомам со стороны взрослых, одиночество и агрессивное поведение. Доказывается, что социальная поддержка со стороны общества, родителей и сверстников играет важную роль в жизни молодого человека и защищает его от развития психических расстройств во взрослом возрасте; значимым для него ресурсом являются также хорошие отношения с родителями и сверстниками.

Выше отмечено, что в настоящее время наблюдается неоправданно низкий интерес у отечественных исследователей к проблемам молодежи, проживающей в экологически неблагоприятных регионах, где работают углеродоемкие, добывающие отрасли промышленности. Качество жизни молодежи также рассматривается как фактор ее защиты. В связи с этим конструкт «качество жизни» активно используется для комплексного анализа благосостояния людей, интегрирующего разнообразные аспекты их жизни. Остается дискуссионным вопрос о том, в каком соотношении друг с другом находятся конструкты «жизнеспособность человека» и «качество жизни».

В исследованиях жизнеспособности человека особую актуальность приобретают работы, нацеленные на анализ факторов риска, оказывающих влияние на безопасность молодежи. Показано, что безопасность представляет собой одну из базовых потребностей человека, что, в свою очередь, находит отражение в его субъективном благополучии, его удовлетворенности собственной жизнью.

Одной из проблем, на решение которой направлены исследования жизнеспособности молодежи, является образовательная мигра-

---

ция выпускников школ. При переезде в большой город они сталкиваются с новой социальной средой и подвергаются экологическим, физическим и психологическим рискам.

В изучении влияния трудоустроенности студентов на качество их образования и, шире, качество жизни доказано, что наличие работы и собственного дохода не оказывает существенного негативного воздействия на процесс учебы и связано с более высоким уровнем жизнеспособности, обеспечивающим благоприятные прогнозы социальной адаптации в период перехода к социальной роли взрослого человека.



## ГЛАВА 3

### **МЕТОДОЛОГИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ МОЛОДЕЖИ, ПРОЖИВАЮЩЕЙ В НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ И ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ**

Эмпирическое исследование, представленное в данной монографии, направлено на изучение разных систем, (индивидуальные, социально-экономические, культурные и экологические), которые поддерживают российскую молодежь (15–24 лет) в их адаптации к стрессовым экологическим и социально-психологическим условиям жизни.

На теоретическом уровне результаты исследования способствуют более глубокому пониманию сложных связей между процессами жизнеспособности на разных уровнях и их взаимосвязи с системными нарушениями и изменениями. На прикладном уровне полученное знание о процессах формирования жизнеспособности способствует превентивным и корректирующим действиям, направленным на устранение последствий проживания в неблагоприятных экологических и социально-экономических условиях и на улучшение жизни молодежи с учетом контекстуальных факторов.

Как неоднократно отмечали ведущие исследователи феноменологии жизнеспособности, объяснения того, как и почему молодые люди, проживающие в различных социально-экологических, культурных и экологических условиях, приспосабливаются к сложной обстановке, должны быть контекстно-специфическими (контекстно-ориентированными) (Masten, 2014, 2015; Rutter, 2012; Ungar, 2011). Упрощенные одномерные объяснения, приводимые в междисциплинарных исследованиях, не будут учитывать многоуровневые динамические детерминанты жизнеспособности.

Решались следующие задачи:

1. Определить, какие характеристики молодых людей, их семей, социального окружения и физической среды предсказывают поло-

жительные результаты их адаптации при воздействии неблагоприятных экологических и социально-экономических факторов.

*Гипотеза:* существуют как контекстно-специфические, так и универсальные модели взаимодействия характеристик, относящихся к разным системам, которые предсказывают жизнеспособность молодых людей.

2. Выявить характеристики, связанные с жизнеспособностью (личностные, экономические, социальные, культурные и экологические) и оказывающие наибольшее влияние на молодых людей, их семьи и социальное окружение.

*Гипотеза:* в зависимости от уровня риска, в разных экологических и социально-психологических условиях характеристики жизнеспособности молодых людей будут различаться.

3. Выявить наличие/отсутствие гендерных различий у молодых людей при их адаптации к стрессовым факторам, связанным с разными экологическими и социально-психологическими условиями жизни.

*Гипотеза:* влияние факторов риска и защитных характеристик на жизнеспособность молодых людей гендерно-специфично.

Таким образом, *целями* исследования явились:

- определение характеристик, обуславливающих положительные результаты развития жизнеспособности молодых людей (например, психическое здоровье, включенность в деятельность в школе, наличие работы и т.д.), проживающих в различных экологических и социально-психологических условиях;
- оценка того, какие из изучаемых характеристик являются универсальными, а какие — контекстуально-специфическими, и представление потенциальных детерминант последних;
- определение гендерных различий особенностей жизнеспособности молодых людей, проживающих в разных социально-психологических и экологических условиях жизни.

Частные гипотезы исследования, сформулированные в главах 4—5, отражены в описании дизайна исследования.

### 3.1. Дизайн и методы эмпирического исследования

В проведенных исследованиях осуществлялось параллельное использование одних и тех же методов и методик в разных сочетаниях

для проверки гипотез и решения поставленных задач. Сбор данных был осуществлен с помощью психологического обследования, анкетирования, проведения фокус-групп, картирования, позволяющих измерить влияние психологических, социальных, экологических факторов риска и факторов защиты, формирующих жизнеспособность.

Разработанное нашими коллегами из Канады (М. Унгар) и ЮАР (Л. Терон) (Theron et al., 2022; Ungar et al., 2021) исследование по проекту RYSE нацелено на изучение жизнеспособности молодежи, проживающей в условиях экологического стресса, обусловленного близостью предприятий нефтегазовой промышленности. Как правило, эта отрасль характеризуется негативным влиянием комплексной группы стрессоров, которые бросают вызов биопсихосоциальному благополучию молодых людей (Cox et al., 2017). Акцент проекта RYSE на негативных влияниях на молодежь нефтегазовой отрасли обусловил участие в исследовании молодых жителей глобального Севера (Канада) и глобального Юга (ЮАР).

Использование нами программы психологического обследования RYSE обусловлено тем, что в нее были включены такие шкалы и опросники, которые позволили нам оценить факторы риска, защиты, ресурсы молодежи, проживающей в экологически неблагоприятных регионах.

Данная программа включает в себя 240 пунктов. Все они разделены на четыре области тестирования (раздел А «Социально-демографические данные», раздел В «Риски», раздел С «Жизнеспособность» и раздел Д «Результаты»).

Представим содержание разделов подробнее.

Все вопросы раздела А разработаны специально для программы RYSE. Это 23 вопроса, направленные на выявление этнической принадлежности респондента, пола, возраста, языка/ов, на которых он говорит, а также школьного и рабочего статуса (отношение к нему учителей, удовлетворенность качеством обучения и т. д.), условий проживания (качество жилья, источник воды, электроэнергии, наличие удобств в доме, коммерческие предприятия в доме), что позволяет понять экологические детерминанты риска и жизнеспособности.

Раздел В включает 88 вопросов из следующих тестов и шкал:

- 1) шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции» (Child Post-Traumatic Stress Reaction Index; CPTS-RI) (Frederick et al., 1992; Pynoos et al., 1987); адаптированный для нестудентов и старшей молодежи;

- 2) шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами» (Impairment Associated with the Traumatic Symptoms Scale, IATSS) (Ruchkin et al., 2004);
- 3) опросник «Краткая форма оценки здоровья» (Short Form Health Survey-20, SF-20) (Ware et al., 1992);
- 4) субшкала «Виктимизация сообществом» из шкалы «Подверженность насилию» (Exposure to Violence Scale) (Richters, Martinez, 1993; Ruchkin et al., 2004);
- 5) шкала «Семейное неблагополучие» (Family Adversity Scale, FAS) (Labella et al., 2016);
- 6) шкала «Восприятие соседства» (Perception of Neighborhood Scale, PNS) (Ruchkin et al., 2004);
- 7) четыре дополнительных вопроса, которые касаются статуса родителей и домашних хозяйств;
- 8) два дополнительных вопроса, оценивающие риск, связанный со школой;
- 9) вопрос о небезопасных общественных пространствах (был добавлен, чтобы понять экологические детерминанты риска для молодежи).

Опишем подробнее вышеупомянутые тесты и шкалы, вошедшие в Раздел В.

Шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции», адаптированная для нестудентов и старшей молодежи, включает вопросы, выявляющие наличие страхов, навязчивых воспоминаний, мыслей и образов, кошмаров, апатии и других нарушений, связанных с произошедшими в жизни событиями. Содержит 20 вопросов с пятибалльной шкалой ответов. Полученный балл по тесту, находящийся в интервале между 32 и 44, указывает на слабую посттравматическую стрессовую реакцию (ПТСР), значение показателя от 45 и до 59 баллов указывает на умеренную ПТСР, от 60 и до 79 баллов — на тяжелую ПТСР, а значение показателя в 80 баллов и выше указывает на очень тяжелую ПТСР. Было установлено, что оценки CPTS-RI в значительной степени соответствуют ( $r=0,91$ ;  $\alpha$  Кронбаха равна 0,85) фактическому клиническому диагнозу, основанному на данных интервью (Руноос et al., 1993).

Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами» выявляет нарушения, определяемые как травматические симптомы с помощью вопроса: «Вызывало ли какое-либо из этих чувств проблемы для вас...». Респондентам предлагались варианты ответа в трех

контекстах: «в школе?»; «с друзьями?»; «дома?», оцениваемые по пяти-балльной шкале (от «нет, не вызывало» до «да, очень часто вызывало»).

Опросник «Краткая форма оценки здоровья» включает пять субшкал: физическое функционирование, ролевое функционирование, социальное функционирование, текущее восприятие здоровья, болевые ощущения. Вопросы направлены на выявление субъективной оценки собственного здоровья, особенностей физической активности, наличие болевых ощущений, возможностей для социальной активности, связанных с субъективным ощущением качества здоровья. По тесту респондент получает общий шкальный балл: чем выше балл, тем хуже здоровье.

Субшкала «Виктимизация сообществом» из шкалы «Подверженность насилию» состоит из семи вопросов. Тест направлен на выявление у респондентов фактов преследования в связи с этнической или культурной принадлежностью, угроз или непосредственного физического насилия с применением или без применения холодного/огнестрельного оружия. Оригинальная шкала Дж. Рихтерса и П. Мартинеса была адаптирована для проекта «Социальная оценка и оценка здоровья» (Social and Health Assessment, SAHA) (Ruchkin et al., 2004). Эта шкала использовалась для оценки друзей подростка, которые участвуют в различных видах рискованного и антисоциального поведения, а также в употреблении психоактивных веществ. Вопросы оцениваются по четырехбалльной шкале Ликерта. В исследовании SAHA авторы дважды использовали шкалу, задавая вопрос, видел ли респондент, что события произошли с кем-то (в первом варианте), а затем (во втором варианте), если они произошли с ним лично. В нашем исследовании была использована только второй вариант теста.

Шкала «Семейное неблагополучие» (Family Adversity Scale, FAS) (Labella et al., 2016) выявляет наличие у респондента событий, связанных со смертью, психическими и физическими болезнями, алкоголизацией, наркотизацией и тюремными заключениями близких, семейными конфликтами и разводами и т. д. Ответы суммируются, чтобы получить общий показатель семейных невзгод.

Шкала «Восприятие соседства» состоит из десяти вопросов. Результаты теста отражает восприятие социальной экологии места проживания: опасность/безопасность, благоустроенность, наркотики (торговля/употребление), проблемы этнических и культурных различий, наличие доброжелательности и взаимопомощи у жителей в районе проживания. Эта шкала использовалась в исследовании

САНА ( $\alpha$  Кронбаха равна 0,82). Шкала состоит из семи положительно сформулированных и трех отрицательно сформулированных вопросов, связанных с этническими и культурными проблемами в районе проживания. По результатам тестирования вычисляется общий балл, часть вопросов имеют обратную кодировку. Более высокие баллы означают более позитивное восприятие социального окружения.

Дополнительные четыре вопроса, которые касаются статуса родителей и домашних хозяйств, были созданы для этого исследования. Они позволяют получить данные о матери и отце: живы или нет, проживают вместе/отдельно с респондентом (если нет, то почему?), их образовании, наличии работы. Также с помощью этих вопросов изучаются характеристики домашнего хозяйства: количество проживающих совместно с респондентом совершеннолетних, работающих взрослых, основной и/или самый большой источник дохода (зарплата, пенсия, доход от бизнеса, алименты, социальные субсидии и др.). Также для этого исследования были сформулированы вопрос, оценивающий риск, связанный со школой, и вопрос о небезопасных общественных пространствах для определения экологических детерминант риска для молодежи.

Раздел С состоит из 52 вопросов, в него включены следующие опросники и шкалы:

- 1) опросник «Жизнеспособность детей и молодежи – 28» (Child and Youth Resilience Measure – 28, CYRM-28) (Ungar, Liebenberg, 2011);
- 2) шкала «Позитивные детские переживания» (Benevolent Childhood Experiences Scale, BCES) (Narayan et al., 2017);
- 3) шкала «Высокочувствительный ребенок» (Highly Sensitive Child Scale, HSCS), краткий вариант (Pluess, 2015);
- 4) субшкала «Родительский надзор» шкалы «Родительское воспитание» (Parental supervision subscale of the Parenting Scale, PS) (Ruchkin et al., 2004);

Опишем подробнее каждый из тестов раздела.

В опроснике «Жизнеспособность детей и молодежи – 28» четыре субшкалы, которые оценивают: 1) индивидуальные ресурсы (личные навыки – способность решать проблемы, сотрудничество и осознание личных сильных сторон; поддержка сверстников; социальные навыки) – субшкала «Жизнеспособность индивидуальная»; 2) отношения с родителями или опекунами (получение физической и психологической помощи от них) – субшкала «Жизнеспособность

семейная»; 3) ресурсы контекста (связь с культурой, религиозный опыт и духовность, отношение к образованию, актуальность образования) — субшкала «Жизнеспособность контекстуальная». Все три субшкалы формируют общую жизнеспособность, которая оценивается по субшкале «Жизнеспособность общая». CYRM-28 измеряет ресурсы, связанные с жизнеспособностью детей и молодежи в различных культурах. Хотя недавние исследования показали, что факторная структура опросника варьируется в зависимости от культурного контекста (см., например: Renbarger et al., 2020; van Rensburg et al., 2019), CYRM-28 был применен неоднократно во многих исследованиях, в частности, в изучении жизнеспособности молодежи в одиннадцати странах, и в качестве опросника для оценки жизнеспособности молодежи он «может быть лучшим выбором для межнационального исследования» (Windle et al., 2011, p. 16). Поэтому данный опросник был включен в исследование RYSE (Ungar et al., 2021).

Шкала «Позитивные детские переживания» включает вопросы о наличии у респондентов в детстве заботящихся о них взрослых, с которыми они чувствовали себя в безопасности, друзей, хороших учителей и соседей, других взрослых, которые поддерживали и помогали советами; режима дня; возможностей хорошего времяпрепровождения; особенностей самоотношения. Показатели по этой шкале могут быть просуммированы для получения общей оценки защитного фактора, где более высокие оценки расцениваются положительно.

Краткий вариант шкалы «Высокочувствительный ребенок» из шести вопросов, отобранных авторами программы RYSE, оценивает, насколько подросток или молодой человек чувствителен к влиянию окружающей среды. Согласно теории М. Плюсса, чувствительность к окружающей среде является общей чертой, предсказывающей реакцию респондента как на негативное, так и на положительное воздействие. Однако большинство исследований на сегодняшний день основано на более или менее проксимальных маркерах чувствительности к окружающей среде. Шкала «Высокочувствительный ребенок» (HSC) как метод самооценки чувствительности респондента к окружающей среде имеет высокие психометрические свойства, включая подтверждающий факторный анализ и надежность повторного тестирования, и хорошо работает для оценки как детей, подростков, так и молодых людей (Weyn et al., 2021).

Субшкала «Родительский надзор» из шкалы «Родительское воспитание» адаптирована для молодежи. В нее входят четыре вопроса, измеряющие выраженность родительского контроля (где, с кем,

что делает и когда вернется респондент) и проявления родительской теплоты (гордится, показывает любовь, делает что-то, чтобы респондент чувствовал себя хорошо с ним рядом).

Раздел D включает 77 вопросов из следующих тестов:

- 1) субшкала «Удовлетворенность работой» шкалы «Общая удовлетворенность» (Work-Job Satisfaction subscale, General Satisfaction scale, MOAQ-JSS) (Cammann et al., 1983);
- 2) шкала «Школьная вовлеченность» (School Engagement scale, SEA) (Lam et al., 2014);
- 3) опросник депрессии – II А. Бека (Beck Depression Inventory – II, BDI-II) (Beck et al., 1996);
- 4) шкала «Поддержка сверстников» (Peer Support Scale, PSS), краткий вариант (Armsden, Greenberg, 1987; Gestsdóttir, Lerner, 2007);
- 5) субшкалы «Делинквентность» и «Риск» теста «Позитивное развитие молодежи» (Delinquency and Risk subscales, Positive Youth Development, PYD) (Phelps et al., 2007);
- 6) опросник «Работа и благополучие» (Work and Wellbeing Survey, UWES) (Schaufeli, Bakker, 2004).

Опишем подробнее опросники и шкалы данного раздела.

Субшкала «Удовлетворенность работой» шкалы «Общая удовлетворенность» измеряет удовлетворенность работой, если респондент работает полный или неполный рабочий день.

Шкала «Школьная вовлеченность» содержит 33 вопроса и включает три субшкалы: «Аффективная вовлеченность», «Поведенческая вовлеченность» и «Когнитивная вовлеченность»: нравится или нет учиться, отношение к занятиям (заинтересованность/отстраненность), отношение к трудностям в процессе обучения, активность (внешкольные, спортивные мероприятия), соотносённость получаемых знаний с реальным миром, собственным опытом, с ранее полученными знаниями и т. д. Баллы по вопросам суммируются (часть из них с обратной кодировкой).

Опросник депрессии – II А. Бека используется для диагностики уровня депрессии. Баллы по вопросам суммируются, чтобы получить показатель депрессии (ориентировочный, а не диагностический/клинический), где более высокие баллы указывают на более выраженную депрессию. Результаты тестирования интерпретируются следующим образом: 0–13 баллов – минимальная депрессия, 14–19 баллов – легкая депрессия, 20–28 баллов – умеренная депрессия, 29–63 баллов – тяжелая депрессия.



Шкала «Поддержка сверстников» (короткий вариант) оценивает отношения с друзьями ( $\alpha=0,89$ ). Полученные баллы по вопросам суммируются, более высокие баллы указывают на большую поддержку со стороны сверстников.

Субшкалы «Делинквентность» (частота таких форм поведения, как воровство, вандализм и агрессия) и «Риск» (частота употребления психоактивных веществ) теста «Позитивное развитие молодежи» измеряют частоту таких форм поведения, как воровство, вандализм, агрессия и др. Баллы по ответам на вопросы суммируются, чтобы получить общую оценку делинквентности; более высокие баллы указывают на более высокие уровни делинквентности. Рискованное поведение, связанное с нарушениями поведения (кража, агрессия, уничтожение имущества, серьезное нарушение правил и т. п.), измерялось с использованием этой шкалы (Geldhof et al., 2014).

Опросник «Работа и благополучие» представляет собой Утрехтскую шкалу вовлеченности в работу (Utrecht Work Engagement Scale, UWES), состоявшую из семнадцати пунктов, которая позже была сокращена до девяти пунктов (Schaufeli et al., 2006). На основе теоретического анализа эти исследователи определили основные аспекты благополучия, связанного с работой: 1) активация, варьирующаяся от утомления до энергичности, и 2) идентификация, варьирующаяся от цинизма до преданности делу.

Кроме шкал и опросников, был применен *анкетный метод*. Использовалась анкета «Оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания» с 10-балльной шкалой оценки, в которой 1 – «ситуация крайне неблагоприятная», 10 – «ситуация крайне благоприятная» (см. Приложение 1).

Был использован также метод *фокус-групп*, предполагающий выяснение точек зрения, установок людей, их конкретного опыта, отношения к чему-либо. В связи с этим были выполнены следующие этапы работы:

Составление программы: определение проблемы, цели работы, формулировка вопросов для обсуждения, определение количества и размера групп, возможностей технического сопровождения обсуждения (аудио- и видеозаписи).

Написание сценария (гайда), который включил в себя вводную часть (объяснение участникам группы проблемы исследования, ее краткое обоснование; описание процедуры и правил проведения обсуждения, представление участников), основную часть (собственно

обсуждение предложенных вопросов) и заключительную часть (выражение благодарности участникам и вручение именных сертификатов и благодарственных писем).

Рашифровка аудио- и видеозаписи работы фокус-групп и перевод их в текстовый файл (ход обсуждения по предварительному согласию с участниками полностью фиксировался посредством диктофонной аудиозаписи, видеозаписи; впоследствии составлялась стенограмма обсуждения).

В Чите было проведено пять фокус-групп: три (численностью от 10 до 7 человек) со студентами психолого-педагогического факультета и факультета естественных наук и математики Забайкальского государственного университета (25 человек), две — со школьниками, учащимися 9–11 классов (21 человек). Всего участников — 46.

В исследовании, проведенном петербургской группой нашей команды исследователей, приняли участие восемь фокус-групп численностью от 6 до 11 человек. В качестве участников фокус-групп выступали студенты младших курсов высших учебных заведений в возрасте  $18,76 \pm 1,52$  лет, жители мегаполисов, средних и малых городов России. В совокупности участниками исследования стали 59 студентов (в том числе 45 женщин и 14 мужчин), 27 из которых постоянно проживают в мегаполисе (Санкт-Петербург), 32 — в средних и малых городах России.

В Москве было проведено две фокус-группы со студентами вузов (общее число участников — 22 человека, средний возраст —  $19,6 \pm 2,5$ ).

Набор в группы осуществлялся на добровольной основе. Участники первоначально не имели представление о процедуре проведения фокус-групп, большинство из них не были знакомы между собой и с модератором.

Целью групп было выяснить мнение студентов и школьников о современной молодежи, о рисках для их жизнеспособности, условиях и факторах, принадлежащих к разным системам, которые поддерживают их жизнеспособность, помогают преодолевать трудности.

Материалы фокус-групп анализировались прежде всего качественно, по содержанию высказываний. Затем применялся адаптированный к целям работы метод концептуального контент-анализа (с использованием категорий). Индикаторами (единицами анализа) служили слова, сочетания слов, предложения, суждения, в которых прямо или косвенно указывалось на принадлежность к той или иной из выделенных категорий анализа (см. таблицу 1).

При обработке материалов первых восьми вопросов подсчитывалось количество индикаторов в высказываниях по каждой категории. При этом единицей счета являлась частота проявления ин-

Таблица 1

Классификатор ответов и категорий анализа данных фокус-групп

№	Вопрос	Категории анализа
1	Расскажите о подростках, молодых людях вашего города. Какие они? Что в них особенного: хорошего или плохого?	Положительные черты Отрицательные черты Двойственные черты
2	С какими жизненными трудностями они сталкиваются?	Внутриличностные трудности Трудности в семье Трудности в социуме
3	Что помогает справляться с трудностями	Внутренние свойства, ресурсы Семья, близкие люди Поддержка социума
4	Есть ли у вас знакомые, сверстники, которые, несмотря на трудности, сумели преодолеть их, и что они для этого сделали? Что им помогло?	Внутренние свойства, ресурсы Семья, близкие люди Поддержка социума
5	С какими наиболее серьезными трудностями вы сталкиваетесь в своей жизни сейчас?	Есть трудности / Нет трудностей В семье С друзьями Со сверстниками В вузе/школе
6	Как вы сами преодолеваете трудности, когда с ними сталкиваетесь? Кто вам помогает?	Помогают, поддерживают / Не помогают Самостоятельно Семья Друзья, сверстники Одноклассники / сокурсники
7	Когда происходит что-то плохое с вами, что это значит?	Для самого респондента Для его семьи Для его друзей (знакомых) Что-то делает для решения проблемы / Не делает Помогают, поддерживают / Не помогают
8	Знаете ли вы что-нибудь об экологии вашего города? На что (на кого) оказывает влияние экология в вашем городе?	Знаю / не знаю На повседневную жизнь На семью На отношения с друзьями На планы о будущем Ни на что не влияет
9	Как вы думаете, что можно изменить в экологии вашего города?	Наиболее частые ответы
10	Что вы можете сделать (делаете) для улучшения экологии города?	Наиболее частые ответы

дикаторов каждой категории. Учитывалась также направленность высказывания (отношение к тому, о чем говорится, оценка), его позитивный или негативный характер. Также определялось соотношение позитивных и негативных высказываний. В итоге подсчитывалось общее количество и направленность зафиксированных в группе единиц анализа в ответах на каждый вопрос.

При изучении содержания высказываний проводился анализ соотношения рисков и защит (поддерживающих факторов) жизне-способности, названных участниками. В ответах на 9 и 10 вопросы анализировалось только содержание.

Было также проведено *социальное картирование*, которое построено на методологии качественных исследований и направлено на антропоцентричный анализ территории и сообщества на основе субъективного восприятия ее жителями (Шаповаленко, 2019). Результатом картирования стало построение эскизной или масштабной карты (схемы), дающей информацию не только о территории, но и о взглядах создателей карты на ситуацию (благоприятную, безопасную или, напротив, сопряженную с рисками) на изучаемой территории, на понимание ими существующих проблем и др. Социальные карты обеспечивают «вид снизу» на проблемы территории, что, в свою очередь, позволяет более широко судить о качестве жизни респондентов.

Были составлены 32 карты, отражающие представления старших школьников о социальных рисках и безопасности социальной среды их проживания. В Санкт-Петербурге в картировании приняли участие и родители старших школьников с целью последующего сопоставления полученных результатов родителей и детей. Составленные карты стали ценным источником информации о факторах риска и поддержки жизнеспособности молодежи.

Дизайн эмпирического исследования с указанием направлений, гипотез исследования и применяемых тестов приведен ниже в таблице 2. Для каждого направления исследования из общей эмпирической выборки российской молодежи ( $n = 810$ ) происходил отбор респондентов, формировалась новая выборка в соответствии с гипотезой, целями частного исследования.

### **3.2. Выборка эмпирического исследования, методы статистической обработки данных**

Выборку эмпирического исследования в России составили 810 молодых человек в возрасте 15–24 лет, среди них жители Санкт-Петер-

**Таблица 2**  
Дизайн эмпирического исследования

Жизнеспособность молодежи в контексте экологической ситуации в регионах проживания (глава 4)				
№	Направление исследования	Частные гипотезы	Тесты	Выборка
1	Жизнеспособность молодежи, проживающей на территориях с различными природными и экологическими условиями	При изучении жизнеспособности в русле социально-психологического подхода ее показатели у большей части респондентов, постоянно проживающих в условиях экологически неблагоприятного города, будут укладываться в границы средних значений и/или превышать их	Раздел А «Социально-демографические данные» Субшкала «Виктимизация сообществом» Шкала «Восприятие соседства» Опросник CYRM-28 Шкала «Семейное неблагополучие» Шкала «Позитивные детские переживания» Метод фокус-групп	n = 180
2	Сравнительное исследование жизнеспособности и факторов риска у российских подростков с учетом экологической обстановки в городах их проживания	1. Неблагоприятная экология окружающей среды ослабляет жизнеспособность молодежи. 2. Жизнеспособность является предиктором снижения развития психопатологии у молодых людей, проживающих в различных экологических условиях	«Индекс посттравматической стрессовой реакции ребенка» Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами» Шкала «Восприятие соседства» Опросник CYRM-28 Шкала «Позитивные детские переживания» Опросник депрессии Бека – II	n = 632

Продолжение таблицы 2

Жизнеспособность молодежи в контексте экологической ситуации в регионах проживания (глава 4)				
№	Направление исследования	Частные гипотезы	Тесты	Выборка
2	Исследование отличий в показателях жизнеспособности молодых людей, проживающих на территориях, отличающихся по степени экологического неблагополучия	Возможны отличия в показателях жизнеспособности молодых людей, проживающих на территориях, отличающихся по степени экологического «загрязнения» природной среды	Раздел А «Социально-демографические данные»	n = 131
			«Индекс посттравматической стрессовой реакции»	
			Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»	
			Опросник CYRM-28	
			Опросник депрессии Бека – II	
			Субшкала «Виктимизация сообществом»	
3	Восприимчивость к ресурсам социальной поддержки и жизнеспособность молодежи на экологически неблагополучных территориях	В условиях экологического неблагополучия жизнеспособность молодых людей обуславливается восприимчивостью к ресурсам социальной поддержки; вследствие этого жизнеспособность юношей может быть более уязвимой, в сравнении с жизнеспособностью девушек, что, связано с меньшей восприимчивостью первых к ресурсам социальной поддержки	Шкала «Восприятие соседства»	n = 168
			Шкала «Позитивные детские переживания»	
			Опросник CYRM-28	
			Шкала «Родительское воспитание»	
			Шкала «Поддержка сверстников»	

4	Оценка экологической обстановки в регионе как модератор взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни студенческой молодежи	1. Наиболее уязвимыми к воздействию неблагоприятных экологических условий оказываются те ресурсы, которые характеризуют физический потенциал человека, что проявляется, в частности, в оценках качества жизни, связанного со здоровьем. 2. В выборках респондентов из экологически неблагополучных и благополучных регионов существуют различия: а) в оценках экологической ситуации в регионе проживания, б) в показателях жизнеспособности и качества жизни, в) во взаимосвязях показателей жизнеспособности и качества жизни, связанного со здоровьем	Опросник CYRM-28 Шкала «Краткая форма оценки здоровья»  Анкета «Оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания»	n = 311
5	Экологические представления молодежи, проживающей в разных регионах России	Различия в содержании экологических представлений молодежи могут быть обусловлены размером населенного пункта их постоянного проживания, определяющим доступность установления и поддержания тесных связей с единомышленниками	Метод фокус-групп	n = 59
<b>Социально-экономический контекст становления жизнеспособности молодежи (глава 5)</b>				
№	Направление исследования	Частные гипотезы	Тесты	Выборка
1	Сравнительный анализ жизнеспособности российской и южноафриканской молодежи	Ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности молодежи, имеют социальную и культурную обусловленность	«Индекс посттравматической стрессовой реакции»	n = 1209
			Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»	
			Шкала «Восприятие соседства»	
			Опросник CYRM-28	
			Шкала «Позитивные детские переживания»	
			Опросник депрессии Бека – II	

Продолжение таблицы 2

Социально-экономический контекст становления жизнеспособности молодежи (глава 5)				
№	Направление исследования	Частные гипотезы	Тесты	Выборка
2	Анализ жизнеспособности студенческой молодежи, проживающей в административном центре (г. Чита) региона, характеризующегося высоким уровнем экологического неблагополучия	1. Благоприятные социально-экономические условия жизни могут выступать факторами защиты, компенсирующими влияние неблагоприятной экологической среды проживания и обеспечивающими достаточный уровень жизнеспособности. 2. Ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности молодых людей, имеют социальную и культурную обусловленность	Раздел А «Социально-демографические данные»	n = 115
			«Индекс посттравматической стрессовой реакции»	
			Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»	
			Шкала «Краткая форма оценки здоровья»	
			Субшкала «Виктимизация сообществом»	
			Шкала «Восприятие соседства»	
			Шкала «Семейное неблагополучие»	
			Опросник CYRM-28	
			Субшкала «Родительский надзор»	
			Субшкала «Делинквентность»	
			Опросник депрессии Бека – II	
			Метод фокус-групп	



3	Вклад родительской теплоты и контроля в жизнедеятельность старших подростков, проживающих в мегаполисе и городах регионального значения	Вклад характера детско-родительских отношений в жизнедеятельность молодых людей не является однозначным и может варьироваться в зависимости от социального контекста личностного становления	Опросник CYRM-28	n = 275
			Субшкала «Родительский надзор»	
4	Жизнеспособность молодежи в контексте безопасности среды проживания	Вклад объективных и субъективных оценок безопасности среды проживания в жизнеспособность молодежи различается	Опросник CYRM-28	n = 207
			Анкетирование Контент-анализ свободных высказываний респондентов, описываемый по описанию конструкции «безопасность городской среды»	
5	Жизнеспособность молодежи в контексте гендерных различий	1. Структура взаимосвязей между показателями жизнеспособности и ее компонентов и показатели психопатологической симптоматики будет различаться по половым признакам и по экологическим условиям проживания. 2. Компоненты жизнеспособности как предикторы снижения развития психопатологии у молодых людей будут различными у юношей и девушек	«Индекс посттравматической стрессовой реакции»	n = 527
			Шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»	
			Опросник CYRM-28	
			Опросник депрессии Бека – II	

бурга — 229 чел., Киришей — 68 чел., Выборга — 64 чел., Череповца — 91 чел., Читы — 252 чел., Краснокаменска — 59 чел., Смоленска — 47 чел. Средний возраст респондентов —  $18,49 \pm 1,87$  лет.

В ЮАР эмпирическую выборку составили 574 человека из г. Сасолбург (Sasolburg) и поселка Замдела (Zamdela). Средний возраст респондентов —  $19,58 \pm 1,36$  лет. Право на участие в исследовании определялось следующими условиями: 1) местом проживания в Сасолбурге или Замдела (учитывалось также посещение школы или работы в этих местах); 2) возрастом (14–24 года); 3) знанием английского языка; 4) осведомленностью о негативном/положительном воздействии нефтегазовой отрасли на жизнедеятельность респондента.

Выбор мест для проведения исследования был сделан с учетом разных экологических, социально-экономических и культурных условий проживания в них респондентов.

Поселок Замдела был основан в 1954 г. нефтехимической компанией Sasol для размещения своих сотрудников, приехавших из разных частей Южной Африки. В нем проживает около 90000 человек, большинство из которых имеют африканское происхождение, говорят на языке сесото. В поселке высокий уровень безработицы — около 43%, при этом почти 18% жителей проживают в плохо приспособленных для жизни помещениях, собранных из строительных отходов, кусков металла, пластика; 35,5% таких домохозяйств содержатся женщинами.

Город Сасолбург также основан в 1954 г. В нем проживает около 153000 человек, из них около 66% белых и 30% африканцев, при этом большая часть населения говорит на африкаанс, вторым языком является сесото. Когда создавались город Сасолбург и прилегающий к нему поселок Замдела, то места для них были выбраны из-за большого месторождения угля в этом районе, а также из-за близости к реке Ваал.

Выбор этих двух локаций для исследования определялся тем, что их население наиболее зависимо от наличия работы на предприятиях по переработке нефти и газа, а сами регионы характеризуются все ухудшающейся экологической обстановкой и в целом деградацией окружающей среды, насилием, преступностью, нищетой и практически полным отсутствием социальной инфраструктуры и предоставления услуг. В ЮАР такое неблагополучие в муниципалитетах довольно широко распространено (Canham, 2018; Fransman, Yu, 2019).

Также кратко представим информацию о городах России, в которых проводились эмпирические исследования.

Забайкальский край – один из экологически неблагополучных регионов России (Об экологической ситуации..., 2022). Это старейший горнорудный регион Российской Федерации: здесь добываются уран, уголь, железные руды, вольфрам, медь, свинец, титан, цинк, цирконий, золото, серебро. Негативное воздействие на окружающую среду оказывают техногенные скопления, образованные отвалами руд, хвостами флотационного и гравитационного обогащения, продуктами химической переработки руд цветных металлов. Ведущими экологическими проблемами являются загрязнение атмосферы выбросами вредных веществ, сбросы в водные объекты отходов производства и потребления, свалки. Одной из особенностей физической среды Забайкальского края является достаточно высокий уровень радиации естественного и производственного генеза.

Уровень социально-экономического развития Забайкальского края тоже нельзя признать высоким: по итогам 2021 г. по этому показателю край занимал в рейтинге регионов Российской Федерации 69-е место из 85 (Рейтинг социально-экономического положения..., 2022). В рейтинге регионов России по качеству жизни Забайкальский край вошел в пятерку аутсайдеров (Рейтинг регионов..., 2023). К наиболее значимым социальным факторам, формирующим негативные тенденции в состоянии здоровья населения, относятся увеличение доли жителей с доходами ниже прожиточного минимума, низкий среднедушевой доход.

Для исследования жизнеспособности молодежного населения Забайкальского края были выбраны города Чита (значительно экологически загрязненная территория) и Краснокаменск (территория чрезвычайной экологической ситуации) (Критерии оценки..., 1992). Чита – административный, экономический и культурный центр Забайкальского края, самый крупный город региона. Экологическая ситуация оценивается на данной территории как неблагополучная в связи с высоким уровнем загрязнения атмосферы (Гурова, 2016). Здесь устойчиво регистрируются наиболее высокие среднегодовые концентрации бензапирена, от 1,2 до 2,8 раз могут быть превышены предельно допустимые концентрации по диоксиду азота, оксиду углерода, фенолу, формальдегиду, диоксиду серы, саже. Радиационный фон в Чите повышен, отмечается опасное содержание в почве

тяжелых металлов. При этом зеленая зона занимает минимальное количество территории города. Уровень социально-экономического развития Читы наиболее высокий в крае, и характеристики социальной среды города относительно благоприятны, по сравнению с другими территориями региона.

Город Краснокаменск, районный центр, известен высокой степенью экологического неблагополучия и хорошими условиями социальной среды. Он признан зоной чрезвычайной экологической ситуации (Критерии оценки..., 1992). Здесь находится единственное в стране предприятие, занимающееся добычей, переработкой урановой руды и выпуском природного урана, которое отнесено к особо радиационно опасным объектам.

Город Череповец Вологодской области, как и Чита, входят в список самых экологически неблагополучных городов России. Экономика Череповца базируется на предприятиях черной металлургии и химического комплекса. В результате в городе наблюдается большая техногенная нагрузка на экологическую обстановку. Череповец устойчиво входит в десятку самых экологически неблагополучных городов России, его население составляет около 320 тысяч человек, 19,2% — дети, подростки и молодежь (до 18 лет).

Город Кириши — административный центр Киришского муниципального района Ленинградской области, получил статус города в 1965 г. Количество жителей — 50525, из них 21,7% — дети, подростки и молодежь (до 18 лет), 23,2% — население старше 60 лет. В этом городе действуют 43 промышленные компании, среди которых завод КИНЕФ — одно из крупнейших в Европе нефтеперерабатывающих предприятий.

Экологическая обстановка в г. Выборге Ленинградской области характеризуется как благоприятная несмотря на то, что в городе действуют несколько промышленных предприятий, работа которых оказывает негативное влияние на состояние окружающей среды. По результатам экологических исследований, этот город находится в середине рейтинга наиболее благополучных российских городов. Количество жителей в Выборге 71772, из них 18% — дети, подростки и молодежь (до 18 лет).

Город Смоленск — один из древнейших на западе России (первое упоминание в летописи относится к 863 г.). Количество жителей 312896 чел., из них 17,6% — дети, подростки и молодежь (до 18 лет). В Смоленске действует 78 заводов и других промышленных пред-

приятый. По качеству жизни он занимает 47-е место из 85 регионов России. Экологическая обстановка средняя.

Город Санкт-Петербург основан в 1703 г. Это самый северный из крупных мегаполисов мира. Численность населения составляет 5600044 чел., а фактическая численность населения, по данным администрации, достигает 7 млн. чел. В нем проживают представители 200 национальностей и народностей. По экологической обстановке город считается благополучным, находится на восьмом месте среди городов России. Санкт-Петербург занимает второе место по качеству жизни в рейтинге регионов России (82,3 из 100 возможных показателей) и находится в числе регионов с наименьшей долей жителей, живущих за чертой бедности (6,6%).

*Статистическая обработка результатов* проводилась на основе программы SPSS Statistics Desktop, v. 23.0.0. Использовались следующие статистические методы: описательные статистики ( $M \pm S$ ), частотный анализ (%), корреляционный анализ на основе коэффициентов корреляции Пирсона ( $r$ ) и Спирмена ( $r_s$ ), критерии Стьюдента ( $T$ ), Манна–Уитни ( $U$ ), угловое преобразование Фишера ( $\phi^*$ ), дисперсионный анализ на основе критерия Фишера ( $F$ ), множественный регрессионный анализ на основе коэффициента множественной регрессии ( $\beta$ ) и коэффициента детерминации ( $R^2$ ), путевой анализ.

Также использовались методы качественного анализа: концептуальный контент-анализ с выделением категорий.

Представленные в этой главе дизайн эмпирического исследования и методы психологической диагностики легли в основу изучения феноменологии жизнеспособности молодежи, описанной в следующих главах.

## **ГЛАВА 4**

### **ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ МОЛОДЕЖИ В КОНТЕКСТЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ В РЕГИОНАХ ПРОЖИВАНИЯ**

Жизненная среда человека, представляющая собой совокупность природных и социальных условий и факторов, во взаимодействии с которыми происходит его жизнедеятельность (Ясвин, 2000), в настоящее время все более осложняется из-за значительного социально-экономического напряжения и все обостряющегося экологического кризиса. Возрастают нагрузки на организм и психику людей, требуя от них выносливости и сопротивляемости и одновременно гибкости и устойчивости — сохранения жизнеспособности.

В большей мере уязвимым и незащищенным перед нестабильностью, неопределенностью и динамичностью современного мира является молодое поколение. Требования к жизнеспособности детей и молодых людей сегодня возросли, и вопросы соответствия возможностей их психики современным вызовам нуждаются в тщательном изучении. В первую очередь, речь идет о возможностях преодоления трудностей, сохранения способности к росту и развитию в новых осложненных условиях, т. е. в целом о жизнеспособности молодежи.

Эта проблема является насущной для всех россиян. Но есть регионы, для населения которых она приобретает дополнительную остроту в связи с выраженным экологическим «загрязнением» их природной составляющей жизненной среды, — регионы экологического неблагополучия.

В наших исследованиях (Махнач и др., 2021; Сараева, Суханов и др., 2019), а также в исследованиях других авторов (Василенко, 2015; Хашенко, Панова, 2018) показано, что неблагоприятная экологическая ситуация способствует снижению жизнеспособности молодых людей или ее отдельных компонентов.

В этом контексте большое значение приобретает не только анализ жизнеспособности людей, проживающих в условиях экологи-

ческого неблагополучия, но и поиск факторов защиты, которые могли бы обеспечивать поддержку их жизнеспособности на том уровне, который необходим для продуктивной адаптации в физической и социальной среде с учетом ее региональной специфики. Интересны и требуют внимания исследователей вопросы качества жизни, связанного со здоровьем, экологические представления молодежи, поскольку они влияют на ее экологическое поведение. Названным аспектам проблемы жизнеспособности посвящены материалы данной главы. В ней представлены эмпирические результаты разработки ряда значимых гипотез, частных по отношению к общим, сформулированным в предыдущей главе.

#### **4.1. Жизнеспособность молодежи, проживающей в регионах с разной экологической обстановкой**

Проблема жизнеспособности человека в последние годы разрабатывается достаточно активно и многосторонне. Одно из направлений исследований – анализ жизнеспособности подростков и молодых людей, проживающих в регионах и на территориях экологического неблагополучия.

В 2017–2019 гг. научным коллективом (Н. М. Сараева, А. А. Суханов, И. Л. Галиакберова, Э. А. Мысникова) было выполнено исследование, направленное на изучение жизнеспособности молодежного населения, проживающего в регионе экологического неблагополучия (в Забайкальском крае). Изучалась жизнеспособность студентов и старших школьников.

Исследование выполнялось в русле экопсихологического подхода к развитию психики (Панов, 2014), необходимость реализации которого применительно к теме исследования нами была ранее обоснована (см.: Сараева, Суханов, 2017).

Проведенное ранее длительное (2000–2016 гг.) изучение состояния психики молодежного населения (Морозова, 2007; Сараева, 2010, 2017в; Суханов, 2016) обнаружило снижение (в границах нормы) общего уровня психической активности детей, дрейф в сторону сниженной нормы показателей психологической адаптации старших школьников и студентов, родившихся и проживающих в регионе экологического неблагополучия.

В этой связи была сформулирована проблема следующего этапа исследования: выяснить, является ли установленное снижение про-

явлением ослабления жизнеспособности респондентов, т. е. каков уровень жизнеспособности молодежи (старших школьников и студентов), постоянно проживающей в регионе экологического неблагополучия — в Забайкальском крае?

В 2017–2018 гг. было обследовано 630 студентов и старших школьников, проживающих на различающихся по условиям жизненной среды территориях Забайкальского края.

Результаты эмпирического изучения позволили установить, что показатели разных уровней жизнеспособности (в соответствии с разработанной в первом проекте ее экпсихологической моделью) большей части обследованного молодежного населения, постоянно проживающего в условиях экологического неблагополучия, соответствуют среднему уровню. Но вместе с тем ряд энергоемких показателей психофизиологического уровня структуры жизнеспособности (умственной работоспособности) школьников и студентов, проживающих на экологически загрязненных территориях, ниже показателей респондентов, проживающих в экологически чистом районе. Нейропсихологическая диагностика обнаружила у жителей экологически неблагополучных территорий функциональную слабость определенных участков мозга (Нейропсихологическое исследование..., 2017). Тенденция к снижению в границах нормы выявлена и на психическом уровне жизнеспособности респондентов (по показателям развития интеллекта и типам профиля ММПИ).

Однако определено, что на высшем, личностном (социально-психологическом) уровне жизнеспособности показатели большей части респондентов (по параметру жизнестойкости) входят в границы средних и высоких значений нормы независимо от природных экологических условий территории проживания (Жизнеспособность молодежного населения..., 2019). Благодаря механизмам социальной компенсации показатели личностного уровня жизнеспособности респондентов, проживающих на экологически неблагополучных территориях, выравниваются и по большей части соответствуют показателям жителей территорий экологически благополучных. Разумеется, компенсирующие социальные воздействия влияют на жизнеспособность человека на всех ее уровнях, но чем выше уровень структуры жизнеспособности, тем сильнее действие механизмов социальной компенсации.

В рамках настоящего исследования нами была сформулирована следующая гипотеза: при изучении жизнеспособности в русле



социально-психологического подхода ее показатели у большей части респондентов, постоянно проживающих в условиях экологически неблагоприятного города (г. Чита), будут укладываться в границы средних значений и/или превышать их.

Выборку исследования составили 180 человек: 115 студентов (средний возраст  $19,81 \pm 1,61$  лет) и 65 старших школьников, учащихся 9–11 классов общеобразовательных средних школ (средний возраст  $15,71 \pm 0,64$  лет).

Исследование показало, что бытовые условия жизни большей части респондентов достаточно хорошие. Общее состояние здоровья оценивается большинством из них тоже как хорошее. Правда, оценка текущего состояния здоровья более чем у половины респондентов соответствует среднему уровню.

Большая часть респондентов не подвержена виктимизации со стороны сообщества, молодые люди не подвергались никаким видам насилия в окружающем их социуме. Примерно половина респондентов дает высокую и среднюю оценку благоустроенности, безопасности улиц и районов Читы.

Почти все респонденты отмечают свое семейное благополучие. Семейные факторы защиты (наличие родителей, их присутствие рядом, уровень образования и занятость) у большей части респондентов преобладают над рисками или сбалансированы. Обращает на себя внимание то, что достаточно большое число опрошенных (пятая часть студентов и почти треть школьников) дают средние оценки поддержке семьи. При этом уровень родительского надзора, родительской теплоты считают высоким большинство респондентов. У них сохраняются позитивные детские воспоминания. Итак, несмотря на имеющиеся социально-экономические трудности и наличие некоторых проблем в отношениях с молодыми людьми (о чем они говорили на фокус-группах), современная семья выполняет функцию обеспечения и поддержки жизнеспособности молодого поколения.

Поддержку сверстников высокого уровня также имеет большая часть респондентов. Основным интерес представляют результаты опроса по шкале «Жизнеспособность общая». Большинство респондентов считает, что их жизнеспособность — и общая (у 77,2%), и отдельных ее видов — достаточно высока. Особенно высоко студентами оценивается их индивидуальная жизнеспособность (85,2%), школьниками — контекстуальная (80,0%).

Таким образом, согласно полученным данным, гипотеза исследования нашла свое подтверждение. Можно сделать вывод о хорошей в целом жизнеспособности составивших выборку студентов и школьников, проживающих в экологически неблагополучном городе. Самооценка их индивидуальной жизнеспособности достаточно велика. Семья и общество обеспечивают необходимую поддержку. Факторы защиты, поддерживающие жизнеспособность, у большей части респондентов преобладают над рисками, угрожающими ей.

Экологическое неблагополучие города известно молодым людям. О нем и о негативном влиянии экологических загрязнений на здоровье они говорили во время проведения фокус-групп; ряд участников обозначили свою миграционную готовность. Однако субъективно респонденты не ощущают негативного воздействия экологического неблагополучия региона их проживания на свою жизнеспособность.

Таким образом, относительно хорошие социально-экономические условия, позитивное внимание семьи и ближайшего окружения способны сформировать и поддерживать жизнеспособность молодых людей, постоянно проживающих в экологически неблагополучных регионах.

Это не противоречит выводам, полученным в первом проекте, выполненном в рамках экопсихологического подхода к развитию психики. Там также подчеркивалось, что на высшем, личностном (социально-психологическом) уровне структуры жизнеспособности частично стираются отличия в показателях жизнеспособности молодежного населения, проживающего на территориях с отличающимися по признаку экологического благополучия/неблагополучия условиями жизненной среды. У большей части респондентов, проживающих на экологически неблагополучной территории, показатели жизнеспособности укладываются в границы средних и высоких значений.

Как уже говорилось в первой главе, решающую роль в адаптации человека играет социальная среда. Ее воздействия способны компенсировать негативные последствия даже длительного влияния на его психику экологически неблагополучной природной среды. Жизнеспособность человека определяется прежде всего социальными воздействиями.

В настоящем исследовании (2019 г.) был поставлен также вопрос о том, существует ли тенденция к снижению показателей жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически неблагополуч-

ных регионах, отличаются ли они от показателей жизнеспособности молодых людей, проживающих на экологически благополучных территориях.

Для ответа на него общая выборка российских респондентов была разделена на две подгруппы. В контрольную группу (группа 1) были включены молодые люди, проживающие в экологически более благоприятных районах: в городах Санкт-Петербурге и Выборге. Респонденты, проживающие в экологически неблагоприятных районах, в городах Кириши, Чита и Череповец, вошли в группу 2.

Были выдвинуты следующие гипотезы:

1. Неблагоприятная экология окружающей среды ослабляет жизнеспособность молодежи.
2. Жизнеспособность является предиктором снижения развития психопатологии у молодых людей, проживающих в различных экологических условиях.

При их проверке сопоставлялись влияния факторов риска и защиты на жизнеспособность молодых людей с учетом экологической обстановки в городах их проживания ( $n=632$ , 63,6% женщин, средний возраст —  $18,49 \pm 1,87$  лет). Результаты сопоставления приведены в таблице 3, где представлены только шкалы, показатели которых значимо различаются.

Наиболее значимые различия между двумя выборками наблюдаются по показателям «Позитивные детские переживания» и «Жизнеспособность индивидуальная». Проанализируем возможные причины различий между средними показателями «Жизнеспособность индивидуальная» в двух группах.

Н. М. Сараева, рассматривая адаптационные характеристики как показатели жизнеспособности человека, квалифицирует снижение психологической адаптации людей, родившихся и постоянно проживающих в регионе экологического неблагополучия, как проявление ослабления их жизнеспособности (Сараева, 2017б). В исследовании были выявлены тенденция к общему снижению (в пределах нормы) уровня психической активности детей и дрейф разноразмерных показателей их психической деятельности в диапазоны сниженной нормы (Сараева, 2010). Это объясняется тем, что в случае какого-либо сбоя «во взаимодействии организма и среды адаптация к ней становится затрудненной, напряженной, организм переходит к реализации особой стратегии адаптации — стратегии экономной, мини-

Таблица 3

Результаты сравнения средних показателей по Т-критерию  
Стьюдента для двух независимых выборок респондентов  
из городов с экологически благоприятной (группа 1,  $n = 293$ )  
и неблагоприятной (группа 2,  $n = 339$ ) обстановкой

Показатели	n	M	SD	Т-критерий
Посттравматическая стрессовая реакция	293	49,20	11,78	2,135*
	339	47,20	11,72	
Позитивные детские переживания	293	11,84	1,73	–14,241**
	339	14,77	3,30	
Жизнеспособность индивидуальная	293	46,99	6,25	3,649**
	339	44,97	7,67	
Жизнеспособность семейная	293	29,20	5,42	3,649*
	339	28,33	5,81	
Жизнеспособность общая	293	112,42	15,43	1,978*
	339	109,73	18,73	

*Примечание:* \* – при  $p \leq 0,05$ ; \*\* – при  $p \leq 0,01$ . Приведены данные только по показателям со статистически достоверными различиями.

мизирующей адаптации; происходит его перестройка на вынужденно минимальный, шадящий, но достаточный режим для обеспечения дальнейшего функционирования организма в относительно оптимальном (для конкретных условий) варианте» (Суханов, 2013, с. 99). При этом, несомненно, снижаются индивидуальные ресурсы жизнеспособности, что и наблюдается в группе молодых людей, проживающих в неблагоприятных экологических условиях.

В свою очередь, снижение индивидуальных ресурсов приводит к повышенной потребности во внешних ресурсах жизнеспособности. В результате несмотря на то, что социальные и семейные условия жизни респондентов из городов с экологически неблагоприятной обстановкой можно назвать приемлемыми и хорошими (Горьковая, Микляева, 2020б; Сараева, Суханов, 2020), они оценивают их ниже, чем молодые люди, проживающие в экологически благополучных городах. Можно предположить, что речь здесь идет также о неумении использовать собственные ресурсы, что и приводит к снижению индивидуальной, семейной и общей жизнеспособности (Постылякова, 2018). Исследования показывают, что эффективность ресурсов обеспечивается согласованностью их индивидуальных, реляцион-

ных и контекстных элементов, а также их доступностью и актуальностью для детей и молодежи (Sanders et al., 2016; Ungar et al., 2013).

Различия между средними показателями ПТСР также можно объяснить недостатком внутренних и внешних ресурсов у респондентов группы 2. Важная роль поддерживающих отношений и их индивидуальное осмысление как движущей силы жизнеспособности, оказывающей влияние на психическое здоровье подростков и молодежи, показана в целом ряде исследований (Лактионова, 2017; Liebenberg et al., 2017; Ungar et al., 2013; и др.). Как замечает Ю. В. Быховец, «то, насколько человек не сломался после столкновения с травматической ситуацией, пережил ее, смог осмыслить, зависит от его личностных особенностей и качества социальной поддержки, которую он смог получить после» (Быховец, 2016, с. 452).

Следующим этапом стало исследование различий во взаимосвязях между всеми показателями переменных. Для этого был проведен *корреляционный анализ* на основе коэффициента корреляции Спирмена ( $r_s$ ) для обеих групп респондентов. Результаты приведены в таблицах 4–5.

Основное различие между двумя группами наблюдается по показателю «Восприятие соседства». В группе 1 он положительно коррелирует со всеми показателями жизнеспособности, то время как у представителей группы 2 эти связи отсутствуют: для респондентов группы 1 восприятие социальной экологии места проживания является защитным фактором. Это согласуется с данными М. Унгара, согласно которым жизнеспособность частично зависит от социальной экологии, которая делает доступными для молодежи контекстуально и культурно значимые ресурсы/поддержку (Ungar, 2011).

Возникает вопрос, почему у представителей группы 2 нет значимых корреляционных связей между показателями «Восприятие соседства» и всеми показателями жизнеспособности? Как описано выше (см. таблицу 5), наиболее значимые различия по средним показателям между двумя выборками наблюдаются по показателю «Жизнеспособность индивидуальная», по показателю «Восприятие соседства» значимых различий нет. Таким образом, дело не в том, что представители группы 2 ниже оценивают свою социально-экологическую среду обитания, а в том, что она не является для них ресурсом. Повидимому, это можно объяснить особым статусом г. Санкт-Петербурга как культурного центра России и его местом в мировой цивили-

**Таблица 4**  
 Результаты анализа корреляций между показателями респондентов из городов  
 с экологически благоприятной обстановкой (группа 1, n = 293)

Показатели	ТРСд	ТРСшк	ТРСдр	ТРСоб	ПТСР	ВС	ПДП	Депр	Жи	Жс	Жк
ТРСшк	0,35**										
ТРСдр	0,27**	0,38**									
ТРСоб	0,73**	0,72**	0,71**								
ПТСР	0,43**	0,43**	0,42**	0,57**							
ВС					-0,12*						
ПДП	0,13*	0,13*		0,19**	0,23**	-0,20**					
Депр	0,29**	0,29**	0,32**	0,42**	0,52**	-0,18**	0,37**				
Жи	-0,19**	-0,18**	-0,21**	-0,27**	-0,33**	0,29**	-0,30**	-0,47**			
Жс	-0,24**	-0,17**	-0,18**	-0,27**	-0,26**	0,30**	-0,39**	-0,43**	0,62**		
Жк	-0,13*	-0,12*	-0,13*	-0,19**	-0,22**	0,31**	-0,41**	-0,38**	0,67**	0,67**	
Жо	-0,21**	-0,17**	-0,19**	-0,27**	-0,31**	0,35**	-0,42**	-0,49**	0,86**	0,85**	0,90**

Обозначения к таблицам 4–5: \* – при  $p \leq 0,05$ ; \*\* – при  $p \leq 0,001$ ; ТРСд – «Травматические симптомы дома»; ТРСшк – «Травматические симптомы в школе»; ТРСдр – «Травматические симптомы с друзьями»; ТРСоб – «Общий показатель травматических симптомов»; шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»; ПТСР – шкала «Позитивные детские переживания»; Д – опросник депрессии Бека-II; Жи – жизнеспособность индивидуальная; Жс – жизнеспособность семейная; Жк – жизнеспособность контекстуальная; Жо – общий показатель жизнеспособности, опросник CYRM-28.

**Таблица 5**  
**Результаты корреляционного анализа между показателями респондентов из городов**  
**с экологически неблагоприятной обстановкой (группа 2, n = 339)**

Показатели	ТРСд	ТРСшк	ТРСдр	ТРСоб	ПТСР	ВС	Депр	ЖСПи	ЖСПс	ЖСПк
ТРСшк	0,21**									
ТРСдр	0,26**	0,26**								
ТРСоб	0,63**	0,64**	0,75**							
ПТСР	0,38**	0,37**	0,36**	0,52**						
ВС					-0,014*					
ПДП										
Депр	0,30**	0,29**	0,30**	0,42**	0,54**	-0,11*				
Жи	-0,20**	-0,17**	-0,22**	-0,28**	-0,23**	0,21**	-0,38**			
Жс	-0,29**	-0,13*	-0,19**	-0,27**	-0,28**	0,15**	-0,34**	0,65**		
Жк	-0,21**	-0,13*	-0,16**	-0,22**	-0,22**	0,19**	-0,35**	0,76**	0,72**	
Жо	-0,24**	-0,16**	-0,20**	-0,27**	-0,25**	0,22**	-0,39**	0,89**	0,86**	0,93**

лизации. Социально-экологическая среда обитания в этом городе неразрывно связана с его историей и культурой, несомненно, являясь ресурсом для его жителей, всегда осознававших свою «особость» и элитарность. В свою очередь близость г. Выборга к г. Санкт-Петербургу и к Финляндии, его самостоятельная культурная и историческая ценность также создают особую социально-экологическую среду обитания, являющуюся ресурсом для молодежи.

Показатель ПТСР у респондентов группы 1 отрицательно связан с показателями «Жизнеспособность индивидуальная», «Жизнеспособность семейная», «Жизнеспособность общая», в то время как в группе 2 отрицательные связи есть только с показателями «Жизнеспособность семейная» и «Жизнеспособность общая». Это можно объяснить значимо более низкими средними показателем «Жизнеспособность индивидуальная» у подростков группы 2.

Позитивные детские переживания, которые изначально рассматривались в качестве ресурса жизнеспособности молодых людей, у респондентов группы 1 являются факторами риска (отрицательная связь со всеми показателями, оценивающими жизнеспособность, и положительная связь с показателем «Депрессия»). В данном случае эти переживания явно носят ностальгический характер (прошлое видится лучше настоящего), что ослабляет жизнеспособность молодых людей. В группе 2 таких связей нет: для респондентов этой группы позитивные детские переживания не представляют собой ни защитного ресурса, ни фактора риска.

Таким образом, в результате сравнительного анализа факторов риска и ресурсов жизнеспособности в двух группах подтвердилась гипотеза о том, что неблагоприятная экологическая обстановка в месте проживания ослабляет жизнеспособность молодежи.

После проведения корреляционного анализа был проверен характер влияния рассматриваемых переменных друг на друга на основе множественного регрессионного анализа показателей для каждой группы респондентов. Уравнения регрессии дают возможность прогнозировать значение зависимой переменной (критерия) по известным значениям независимой переменной (предиктора). Множественный регрессионный анализ позволил определить наиболее значимые компоненты жизнеспособности, оказывающие влияние на депрессивную симптоматику.

В качестве зависимой переменной (критерия) нами был взят показатель «Депрессия». В качестве независимых переменных (предик-



торов) были взяты все показатели жизнеспособности.

Для группы респондентов из городов с экологически благоприятной обстановкой ( $n = 293$ , Санкт-Петербург, Выборг) уравнение множественной регрессии таково:

$$\text{Депрессия} = 51,947 - 0,644 (\text{Жи}) - 0,396 (\text{Жс}),$$

где Жи – «Жизнеспособность индивидуальная», Жс – «Жизнеспособность семейная».

Для группы респондентов из городов с экологически неблагоприятной обстановкой ( $n = 339$ , Чита, Кириши, Череповец) уравнение множественной регрессии таково:

$$\text{Депрессия} = 35,272 - 0,389 (\text{Жо}) + 0,469 (\text{Жк}),$$

где Жо – «Жизнеспособность общая», Жк – «Жизнеспособность контекстная».

Также были определены значения коэффициента  $R^2$ , характеризующего долю дисперсии показателя «Депрессия», обусловленную влиянием жизнеспособности и ее компонентов. Так, для группы респондентов из городов с экологически благоприятной обстановкой 31,4% переменной «Депрессия» объясняется влиянием переменных «Жизнеспособность индивидуальная» и «Жизнеспособность семейная», а для респондентов из городов с экологически неблагоприятной обстановкой 19,6% переменной «Депрессия» объясняется влиянием переменных «Жизнеспособность контекстуальная» и «Жизнеспособность общая».

Полученные нами данные согласуются с результатами исследования, проведенного на выборке латиноамериканских подростков, у которых отмечается высокий риск психических расстройств. Было показано, что жизнеспособность отрицательно предсказывает депрессивные проблемы во времени, контролирует уровень их развития, может оказывать влияние в долгосрочной перспективе на последствия депрессивных состояний у латиноамериканской молодежи (Taylor, Jones, 2020).

Затем в качестве зависимой переменной (критерия) нами был взят показатель ПТСР, а в качестве предикторов – все показатели жизнеспособности.

Для группы респондентов из городов с экологически благоприятной обстановкой ( $n = 293$ , Санкт-Петербург, Выборг) было получено следующее уравнение множественной регрессии:

$$\text{ПТСР} = 76,849 - 0,588 (\text{Жи}),$$

где Жи — «Жизнеспособность индивидуальная».

Для группы респондентов из городов с экологически неблагоприятной обстановкой ( $n = 339$ , Чита, Кириши, Череповец) было получено следующее уравнение множественной регрессии:

$$\text{ПТСР} = 63,862 - 0,588 (\text{Жс}),$$

где Жс — «Жизнеспособность семейная».

Также были определены значения коэффициента  $R^2$ , характеризующего долю дисперсии показателя ПТСР, обусловленную влиянием жизнеспособности и ее компонентов: для первой группы 9,8% переменной ПТСР объясняется влиянием переменной «Жизнеспособность индивидуальная», для второй группы 8,5% переменной ПТСР объясняется влиянием переменной «Жизнеспособность семейная». Такой низкий показатель отрицательной обусловленности ПТСР жизнеспособностью подростков и ее компонентами можно объяснить тем, что посттравматическая стрессовая реакция (ПТСР) возникает и развивается в ответ на воздействие, субъективно воспринимаемое как сильное, возмущающее. «Интенсивность стрессогенного воздействия в этих случаях бывает столь велика, что личностные особенности или предшествующие невротические состояния уже не играют решающей роли в генезе ПТСР» (Тарабрина, 2009, с. 7).

Таким образом, подтвердилась также гипотеза о том, что жизнеспособность является предиктором снижения развития депрессивной симптоматики у молодежи. Однако в случае развития ПТСР за счет интенсивности стрессогенного воздействия отрицательное влияние жизнеспособности невелико.

Итак, сравнение двух групп респондентов, разделенных на основании экологически благоприятной/неблагоприятной обстановки в месте их проживания, показало различия в степени выраженности индивидуальной, семейной и общей жизнеспособности, которые ниже в группе, проживающей в экологически неблагоприятной обстановке, а также более высокий уровень выраженности у них показателя ПТСР. Выяснилось, что позитивные детские переживания, которые изначально рассматривались в качестве ресурса жизнеспособности молодежи, в группе респондентов из экологически благополучных городов являются факторами риска, а во второй группе не представляют собой ни защитного ресурса, ни фактора риска.

Тенденция к снижению показателей жизнеспособности молодых жителей экологически неблагополучных территорий была обнаружена и при изучении других аспектов проблемы (см. следующие параграфы).

Еще одной самостоятельной проблемой исследования жизнеспособности молодежи стало решение вопроса о том, существуют ли отличия в показателях жизнеспособности молодых людей, проживающих на территориях, различающихся по степени экологического неблагополучия.

Для ответа на этот вопрос было проведено сопоставление показателей жизнеспособности молодежи, проживающей на экологически неблагополучных территориях Забайкальского края: в административном центре края городе Чите (территории серьезного экологического неблагополучия) и в районном центре — городе Краснокаменске (территории чрезвычайной экологической ситуации) (Критерии оценки..., 1992):

По социальным условиям проживания населения эти города не имеют резких различий, но понятно, что в краевом центре они могут быть несколько лучше, чем в центре районном.

Была сформулирована гипотеза о том, что возможны различия в показателях жизнеспособности молодых людей, проживающих на территориях, отличающихся по степени экологического неблагополучия.

Для проверки этой гипотезы к исследованию был привлечен 131 респондент, в том числе 72 студента Забайкальского государственного университета г. Читы, 65 девушек и 7 юношей, средний возраст  $20,57 \pm 1,7$  лет, и 59 студентов колледжа и учащихся старших классов средних школ г. Краснокаменска, 31 девушка и 28 юношей, средний возраст  $16,51 \pm 0,82$  лет.

К факторам риска, влияющим на жизнеспособность молодых людей, были отнесены плохие бытовые условия проживания, наличие травматической реакции и травматических симптомов, низкий уровень здоровья, виктимизация личности со стороны сообщества (преследования, угрозы, насилие, причинение вреда, в том числе из-за этнической принадлежности), недостаточность внутренних личностных ресурсов и опыта продуктивного взаимодействия с людьми, наличие даже легкой депрессии, негативные детские переживания, недостаточная поддержка молодого человека со стороны семьи и друзей, неблагоприятный социальный контекст (учитыва-

лись уровень культуры и духовности, религиозный опыт, отношение к образованию). Соответственно, те же характеристики, но с положительным знаком или содержанием, имеющие оценки другого полюса, считались факторами поддержки жизнеспособности.

Изучение уровня материальной обеспеченности и бытовых условий жизни респондентов на обеих территориях показало, что в этой сфере отсутствуют угрозы для жизнеспособности молодежи. Преобладающая часть опрошенных имеет благоустроенное жилье, в достаточной мере снабжается водой, электричеством. Все опрошенные получают образование, среди студентов некоторые уже имеют среднее профессиональное образование и работу.

Для проверки гипотезы был проведен расчет средних значений (М) и стандартных отклонений (SD) от них по выделенным для анализа шкалам опросника CYRM-28 в выборках респондентов, проживающих на отличающихся по степени экологического неблагополучия территориях. Результаты представлены в таблице 6.

Обращает на себя внимание близость представленных в таблице средних значений по большинству шкал в выборках респондентов двух групп. Только по двум шкалам из одиннадцати можно отметить некоторую более явную разницу в значениях показателей. Так, по шкале «Посттравматическая стрессовая реакция» более высокий показатель зафиксирован у респондентов читинской выборки, хотя в обеих выборках показатели относятся к умеренному уровню (45–59 баллов). Чита в экологическом отношении загрязнена меньше, чем Краснокаменск, но, видимо, уровень социального напряжения, рисков психологической травматизации в краевом центре выше. И эта группа социальных факторов определяет проявления посттравматической стрессовой реакции у молодежи Читы. При этом общий показатель травматических симптомов примерно одинаков у респондентов обеих территорий, относится к уровню ниже среднего.

Виктимизация со стороны сообщества (нередко она становится причиной повышения показателя ПТСР) также оценивается респондентами, проживающими на обеих территориях, примерно одинаково: полученная оценка свидетельствует о том, что уровень виктимизации в городах низкий.

Несколько выше у читинцев показатель депрессии (в обеих выборках показатели относятся к диапазону минимальной депрессии: 0–13 баллов). Но у респондентов, проживающих в Краснокаменске (учащиеся колледжа и средней школы), выше, чем у читинцев (студенты вуза), показатель общей и контекстуальной жизнеспособнос-

ти, хотя и в той, и в другой преобладают высокоуровневые индивидуальные показатели.

Поскольку показатель общей жизнеспособности является суммарным (складывается из оценок индивидуальной, семейной и контекстуальной жизнеспособности), возможно, на итоговом результате сказывается большая отстраненность студентов от родительской семьи. У них при этом чуть выше показатель индивидуальной жизнеспособности.

Индивидуальная жизнеспособность оценивается и респондентами из Читы, и респондентами из Краснокаменска преимущественно как высокая. И те, и другие склонны придавать большое значение в обеспечении жизнеспособности своим личностным качествам, имеющемуся опыту, навыкам взаимодействия с людьми. То же можно сказать и о жизнеспособности семейной. Семья оценивается преобладающей частью респондентов, независимо от территории их проживания, как значимый фактор поддержки.

Средний балл по шкале «Позитивные детские переживания» свидетельствует о том, что преобладающая часть респондентов на обеих территориях имеет достаточно благоприятные впечатления о своем детстве, о родителях, о других окружающих взрослых и друзьях — о защитных силах социальной среды в целом.

Значимым для определения факторов жизнеспособности является показатель шкалы «Восприятие соседства». В ней отражается отношение респондента к месту/району своего проживания, оценка дружелюбия окружающих людей, их готовности помочь, степени безопасности мест пребывания; фиксируется наличие/отсутствие межэтнической напряженности. Средние баллы по данной шкале близки в обеих выборках и позволяют говорить о принятии молодыми людьми своего социального окружения. Восприятие окружающих у респондентов в целом позитивное, хотя им приходилось сталкиваться и с отрицательными проявлениями в своем сообществе.

Свое здоровье преобладающая часть респондентов, проживающих на обеих экологически неблагополучных территориях, оценивают как хорошее (средний балл по выборкам входит в границы среднего уровня).

Статистическая обработка данных показала, что значимым на уровне  $p \leq 0,01$  является отличие только по одной шкале опросника — «Индекс посттравматической стрессовой реакции». У респондентов, проживающих в Чите, т. е. на экологически неблагопо-

Таблица 6

Средние значения показателей по опроснику CYRM-28 в выборках респондентов, проживающих на экологически неблагоприятной территории (г. Чита) и на территории чрезвычайной экологической ситуации (г. Краснокаменск)

Шкалы	г. Чита (студенты, n = 72)		г. Краснокаменск (учащиеся колледжа и средней школы, n = 59)	
	М	SD	М	SD
Посттравматическая стрессовая реакция	53,21	11,7	47,22	12,4
Травматические симптомы, общий показатель	5,08	2,40	4,98	2,12
Здоровье, общий показатель	27,64	7,40	27,01	7,50
Жизнеспособность индивидуальная	30,23	3,71	29,25	4,26
Жизнеспособность семейная	29,33	5,29	29,03	8,72
Жизнеспособность контекстуальная	53,99	6,99	54,90	8,72
Жизнеспособность общая	112,38	13,99	113,19	16,53
Депрессия	11,89	9,79	10,08	10,24
Виктимизация сообществом	7,44	1,29	8,07	2,55
Восприятие соседства	28,47	5,75	28,95	6,51
Позитивные детские переживания	2,18	1,48	2,050	1,50

лучной территории, значение индекса больше, чем у респондентов, проживающих в Краснокаменске, т. е. на территории чрезвычайной экологической ситуации. Различия по другим показателям жизнеспособности не достигают уровня значимости.

Таким образом, гипотеза о том, что возможны различия в показателях жизнеспособности подростков, проживающих на территориях, отличающихся по степени экологического неблагоприятия, на данной выборке не нашла своего подтверждения.

Возможные (в силу разницы экологических условий проживания) отличия в здоровье молодых людей, в их индивидуальной жиз-

неспособности, опирающейся в том числе и на энергетические ресурсы организма человека, не выявлены.

В регионе экологического неблагополучия фактор степени загрязнения природной среды в его влиянии на жизнеспособность молодежи уступает по силе факторам социальным. Даже если экологическое загрязнение территории достигает кризисной степени, хорошие социально-бытовые условия проживания, поддержка семьи и близких, позитивное внимание со стороны социума, низкий уровень виктимизации сообществом дают возможность молодым людям, проживающим в таких природных условиях, примерно на том же уровне поддерживать свою жизнеспособность, справляться со стрессовыми ситуациями, проявлениями депрессии, другими психологическими рисками ослабления жизненных сил, что и молодые люди, проживающие на территории с меньшей степенью экологического неблагополучия. В силу действия социальной компенсации негативного влияния экологически загрязненной природной среды показатели жизнеспособности молодежи, проживающей на территориях, отличающихся по степени экологического неблагополучия, выравниваются.

Материалы данного параграфа подтверждают существование различий в уровне жизнеспособности молодых людей, проживающих в экологически благоприятных и неблагоприятных природных условиях. Полученные результаты позволяют говорить о существовании тенденции к ослаблению жизнеспособности в группе респондентов, проживающих в экологически неблагоприятных условиях. Показатели их жизнеспособности ниже, чем у тех, кто проживает в районах экологического благополучия.

#### **4.2. Восприимчивость к ресурсам социальной поддержки и жизнеспособность молодежи в зависимости от региона проживания**

Наряду со сравнительным анализом характеристик жизнеспособности молодых людей, проживающих в регионах с разной экологической обстановкой, проводилось изучение защитных факторов, которые могли бы обеспечивать поддержку жизнеспособности на том уровне, который необходим для продуктивной адаптации в физической и социальной среде с учетом ее региональной специфики. Особое внимание уделялось определению вклада социально-пси-

хологических факторов в жизнеспособность молодых жителей экологически неблагополучных территорий.

В связи с этим вместе с прежней гипотезой о существовании тенденции к снижению показателей жизнеспособности жителей экологически неблагополучных территорий анализировались гипотезы о роли социальной поддержки и значении восприимчивости к ее ресурсам в обеспечении жизнеспособности молодых людей. Так, в частности, проверялись гипотезы о том, что в условиях экологического неблагополучия жизнеспособность молодых людей обуславливается их восприимчивостью к ресурсам социальной поддержки; вследствие этого жизнеспособность юношей может быть более уязвимой, в сравнении с жизнеспособностью девушек, что связано с меньшей восприимчивостью первых к ресурсам социальной поддержки.

Меньшую восприимчивость юношей к ресурсам социальной поддержки можно рассматривать как универсальную гендерно-обусловленную особенность их межличностных отношений (Rueger et al., 2008).

В качестве социально-психологических факторов жизнеспособности рассматривались ресурсы родительской и дружеской поддержки.

Исследование проводилось на выборке 168 студентов младших курсов ( $18,60 \pm 1,03$  лет), коренных жителей городов Череповец ( $n = 93$ , 66,7% девушек) и Выборг ( $n = 65$ , 67,7% девушек), обучающихся в высших учебных заведениях этих городов.

По результатам исследования была зафиксирована тенденция, ранее описанная в других работах и заключающаяся в сниженном уровне жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически неблагополучных регионах. Так, усредненный показатель индивидуальной жизнеспособности составил  $29,40 \pm 3,60$  баллов у студентов-выборжан ( $n = 65$ ) и  $28,67 \pm 4,44$  у студентов – жителей Череповца ( $n = 93$ ). Для шкал семейной и контекстуальной жизнеспособности, а также суммарного показателя средние значения составили  $28,03 \pm 5,60$  и  $29,57 \pm 5,07$ ,  $46,82 \pm 8,17$  и  $50,12 \pm 7,17$ ,  $103,52 \pm 16,33$  и  $109,09 \pm 13,56$  соответственно. Различия двух последних показателей, рассчитанные с помощью Т-критерия Стьюдента, оказались статистически достоверными:  $T = 2,63$  при  $p = 0,01$  для показателя контекстуальной жизнеспособности и  $T = 2,26$  при  $p = 0,03$  для суммарного показателя жизнеспособности.



Многофакторный дисперсионный анализ, в котором использовались две независимые переменные — город проживания и пол респондентов, показал, что описанная тенденция проявляется неоднородно в подгруппах юношей и девушек, проживающих в Череповце и Выборге. Оказалось, что в подгруппах девушек уровень жизнеспособности не определяется спецификой региона проживания, тогда как в выборке юношей значения всех показателей жизнеспособности полярно различаются в зависимости от места проживания и во всех случаях достоверно ниже в выборке череповчан, в сравнении с выборжанами ( $F=8,04$  при  $p=0,01$  для показателя индивидуальной жизнеспособности,  $F=4,89$  при  $p=0,05$  для показателя семейной жизнеспособности,  $F=9,31$  при  $p=0,01$  для показателя контекстуальной жизнеспособности,  $F=9,87$  при  $p=0,01$  для суммарного показателя жизнеспособности). На этом основании можно утверждать, что в условиях экологического неблагополучия жизнеспособность юношей оказывается более уязвимой, в сравнении с жизнеспособностью девушек. В соответствии с этими результатами было принято решение анализировать выборки жителей Череповца и Выборга как совокупную подгруппу и в качестве самостоятельных выделить подгруппы юношей-череповчан и юношей-выборжан. Отметим, что достоверных различий между данными подгруппами по параметрам родительского отношения и дружеской поддержки выявлено не было. Исключение составил только показатель «родительская теплота», который оказался достоверно ниже в выборке юношей-череповчан ( $T=2,20$ ,  $p=0,05$ ). Остальные показатели во всех трех подгруппах находились преимущественно в диапазоне средних значений. Однако корреляционный (коэффициент ранговой корреляции Спирмена), а впоследствии и регрессионный анализ показали наличие существенных различий в характере взаимосвязей изученных переменных в подгруппах девушек, а также юношей, проживающих в разных регионах. В подгруппе девушек независимо от региона их проживания были обнаружены множественные положительные корреляционные связи между показателями жизнеспособности, воспринимаемой родительской теплоты и дружеской поддержки ( $0,21 \leq r_s \leq 0,52$ ). Аналогичная картина была зафиксирована и у юношей-выборжан ( $0,35 \leq r_s \leq 0,64$ ). В выборке юношей-череповчан положительные корреляционные связи показателя жизнеспособности были обнаружены только с показателем родительской теплоты ( $0,39 \leq r_s \leq 0,53$ ). Таким образом, можно предполагать, что объем соци-

альной поддержки как ресурса жизнеспособности у юношей-череповчан ниже, чем у их сверстников, проживающих в Выборге. Это предположение подтвердилось в ходе регрессионного анализа, который показал, что изученные параметры социальной поддержки не являются значимыми предикторами жизнеспособности юношей-череповчан (для суммарного показателя жизнеспособности  $R^2=0,29$ , Adjusted  $R^2=0,11$ ,  $F(6,24)=1,60$ ,  $p<0,02$ ), однако в выборках юношей-выборжан и девушек (независимо от региона проживания) они определяют около 40% дисперсии суммарного показателя жизнеспособности ( $R^2=0,48$ , Adjusted  $R^2=0,31$ ,  $F(5,15)=2,80$ ,  $p<0,05$  и  $R^2=0,34$ , Adjusted  $R^2=0,30$ ,  $F(6,99)=8,82$ ,  $p<0,01$  соответственно). В подгруппе юношей, проживающих в Выборге, значимым предиктором жизнеспособности оказалась оценка родительской теплоты ( $\beta=0,72$ ,  $p=0,01$ ), в совокупной выборке девушек – оценки родительской теплоты ( $\beta=0,38$ ,  $p=0,01$ ) и поддержки со стороны друзей ( $\beta=0,20$ ,  $p=0,05$ ). С одной стороны, эти результаты, вероятно, отражают генеральную тенденцию, проявляющуюся в большей ориентированности женщин на социальную поддержку, в сравнении с мужчинами, и в большей чувствительности к ней (Frey, Röthlisberger, 1996). С другой стороны, отсутствие значимого вклада социальной поддержки в жизнеспособность юношей-череповчан позволяет предполагать, что ресурсы поддержания и укрепления жизнеспособности в этой подгруппе обеднены, и что, вероятно, именно юноши оказываются более уязвимы для рисков снижения жизнеспособности в условиях экологического неблагополучия.

Таким образом, в исследовании этого аспекта проблемы нашла подтверждение тенденция к снижению жизнеспособности молодежи, проживающей на экологически неблагополучной территории (на примере Череповца). Показано, что наиболее уязвимыми для рисков снижения жизнеспособности в условиях экологического неблагополучия являются юноши. Выдвинуто предположение о том, что значительно более выраженное снижение жизнеспособности юношей, в сравнении с девушками, определяется их меньшей восприимчивостью к ресурсам социальной поддержки как универсальной гендерно обусловленной особенностью межличностных отношений. Это предположение нуждается в дальнейшей эмпирической проверке.

#### **4.3. Взаимосвязь жизнеспособности и качества жизни молодежи из экологически благополучных и неблагополучных регионов**

Значимость фактора экологического благополучия/неблагополучия природной среды региона проживания в системе других факторов и условий, определяющих жизнеспособность молодежи, отчетливо проявила себя при изучении взаимосвязей жизнеспособности с качеством жизни, связанным со здоровьем. Анализ этого аспекта проблемы позволил трактовать субъективную оценку экологической обстановки в регионе как модератор названных взаимосвязей.

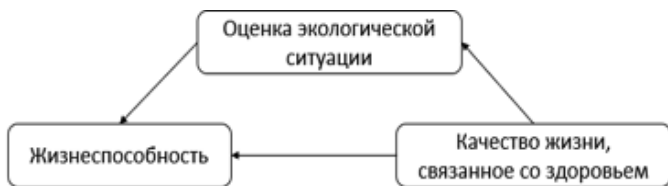
В этой части работы сделано предположение, что наиболее уязвимыми к воздействию неблагоприятных экологических условий оказываются те ресурсы, которые характеризуют физический потенциал человека и проявляются, в частности, в оценках качества жизни, связанного со здоровьем. Это предположение опирается на результаты многочисленных исследований, которые свидетельствуют о негативном влиянии экологического неблагополучия на здоровье населения и на связанное с ним качество жизни (см., например: Косинский, 2015; Chemerys et al., 2021; и др.).

Эмпирические данные, которые позволили бы подтвердить или опровергнуть это предположение, фрагментарны и не позволяют выстроить целостную картину взаимосвязей между жизнеспособностью молодежи и качеством жизни, связанным со здоровьем, с учетом характеристики экологической ситуации в регионе проживания.

*Целью* исследования стало изучение взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни, связанным со здоровьем, молодежи, проживающей в регионах с разной экологической обстановкой. Учитывая, что психологические феномены, составившие предметное поле исследования (жизнеспособность и качество жизни, связанное со здоровьем), имеют субъективную природу, помимо объективных различий в характеристиках экологической ситуации в регионах проживания учитывалась субъективная оценка экологической обстановки, составляющая «ядро» экологического благополучия (Хашенко, 2017) и отражающая субъективную меру переживаемого экологического стресса (Терехина, 2016).

Анализ литературы дал основания представить теоретическую модель взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни человека в контексте анализа экологической обстановки в регионе проживания, в которой жизнеспособность выступает зависимой

переменной, а вклад в нее показателей качества жизни, связанного со здоровьем, опосредован оценкой экологической ситуации (см. рисунок 3).



**Рис. 3.** Теоретическая модель взаимосвязей жизнеспособности и качества жизни в контексте оценки экологической ситуации в регионе проживания

Исходя из цели исследования и представленной модели были сформулированы следующие эмпирические гипотезы:

1. Наиболее уязвимыми к воздействию неблагоприятных экологических условий оказываются те ресурсы, которые характеризуют физический потенциал человека, что проявляется, в частности, в оценках качества жизни, связанного со здоровьем.
2. В выборках респондентов из экологически неблагополучных и благополучных регионов существуют различия:
  - в оценках экологической ситуации в регионе проживания,
  - в показателях жизнеспособности и качества жизни,
  - во взаимосвязях показателей жизнеспособности и качества жизни, связанного со здоровьем.

В исследовании приняли участие студенты, проживающие в регионах с неблагоприятной экологической обстановкой ( $n = 123$ ) и в регионах с относительно благополучной экологической обстановкой ( $n = 188$ ). Респондентам были предложено оценить экологическое благополучие в регионе проживания с помощью анкеты «Оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания» (используя десятибалльную шкалу, в которой «1» — ситуация крайне неблагоприятная, «10» — ситуация крайне благоприятная), а также опросников CYRM-28 и «Краткая форма оценки здоровья».

Полученные данные позволили зафиксировать статистически значимые различия в оценках экологической ситуации в регионе

проживания между выборками молодежи из регионов с разной экологической обстановкой ( $F = 20,60$  при  $p < 0,001$ ) (см. анализ описательных статистик ( $M \pm S$ ) в таблице 7). Эти оценки ожидаемо оказались ниже у молодежи, проживающей в условиях экологического неблагополучия. Показатели индивидуальной, семейной и контекстуальной жизнеспособности (и, соответственно, суммарный показатель) оказались достоверно более низкими у молодежи, проживающей в экологически неблагополучных регионах, что соответствует результатам, полученным ранее (Василенко, 2015; Махнач и др., 2021; Хашенко, Панова, 2018). По показателям качества жизни значимых различий не зафиксировано, за исключением показателя физического функционирования, значения которого, напротив, ниже в группе молодежи из экологически неблагополучных регионов, что указывает на более высокое качество жизни по этому компоненту в данной группе, в сравнении с молодежью, проживающей в условиях относительного экологического благополучия. Этот результат оказался не вполне ожидаемым и, вероятно, определяется фиксируемыми исследователями тенденциями к компенсаторному завышению оценок места проживания и связанных с ним характеристик, в некоторой степени свойственном молодым людям, проживающим в условиях экологического неблагополучия (Долгова, Василенко, 2016).

Корреляционный анализ показал, что в общей выборке отдельные компоненты показателей качества жизни и жизнеспособности коррелируют друг с другом, а также прямо или косвенно связаны с самооценкой экологической обстановки в регионе проживания отрицательно (в случае качества жизни) и положительно (в случае жизнеспособности) (см. таблицу 8). С учетом обратных шкал методики оценки качества жизни эти корреляции указывают на вполне ожидаемую сопряженность более высоких показателей качества жизни и жизнеспособности с высокими оценками экологической ситуации в регионе проживания. Однако анализ корреляций в выборках респондентов, проживающих в разных с позиции экологического благополучия регионах, показал, что описанная на общей выборке специфика взаимосвязей характерна только для респондентов, которые проживают в условиях относительного экологического благополучия, тогда как в выборке респондентов из экологически неблагополучных регионов взаимосвязей между оценкой экологической обстановки и показателями жизнеспособности обнаружено не было. Помимо этого, взаимосвязи между показателями жизнеспособности

Таблица 7

Различия показателей жизнеспособности, качества жизни и оценки экологической ситуации (M±SD)

Показатели	В целом по выборке	В выборке молодежи, проживающей в регионе экологического неблагополучия (n = 123)	В выборке молодежи, проживающей в регионе относительного экологического благополучия (n = 188)	F
SF	0,62±1,11	0,55±0,97	0,64±1,15	0,21
PF	1,65±2,38	1,43±1,94	1,72±2,51	5,16*
RF	0,72±1,07	0,68±1,01	0,73±1,10	3,25
SPH	7,08±4,78	8,13±4,62	6,74±4,80	0,27
QLttl	11,65±8,36	12,52±7,29	11,37±8,69	0,55
Жи	28,54±4,29	27,48±4,27	28,89±4,25	5,50*
Жс	28,34±5,54	27,38±5,82	28,66±5,42	4,89*
Жк	50,89±8,38	48,86±8,17	51,55±8,36	4,48*
Жо	107,77±16,44	103,71±16,46	109,10±16,27	5,71*
EA	5,32±1,91	4,36±1,46	5,64±1,93	20,60***

Обозначения в таблицах 7 и 8: \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\*\* –  $p \leq 0,001$ ; SF – «Социальное функционирование», PF – «Физическое функционирование», RF – «Ролевое функционирование», SPH – «Текущее восприятие здоровья», QLttl – «Суммарный показатель состояния здоровья» (опросник «Краткая форма оценки здоровья»), Жи – «Жизнеспособность индивидуальная», Жс – «Жизнеспособность семейная», Жк – «Жизнеспособность контекстуальная», Жо – «Жизнеспособность общая» (опросник CYRM-28), EA – оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания.

и качества жизни в выборке респондентов из экологически неблагополучных регионов оказались значительно более фрагментарными, чем в выборке молодежи, проживающей в условиях условного экологического благополучия, что указывает на их большую неоднородность и свидетельствует в пользу сформулированной выше гипотезы о частично компенсаторном характере этих оценок.

Различия в двух выборках в характере взаимосвязей между изученными показателями в совокупности с данными о статистически достоверной разнице в оценках ими экологического благополучия регионов проживания позволили косвенно подтвердить гипотезу

Таблица 8

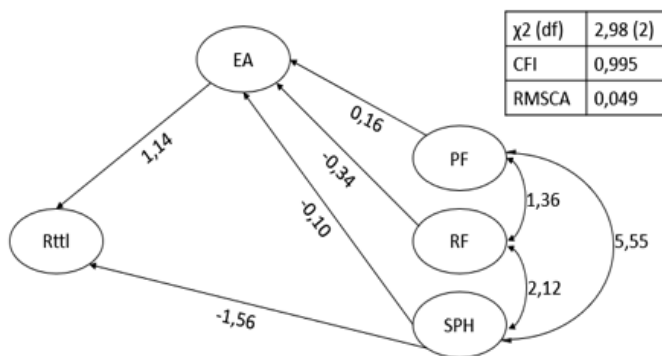
Результаты корреляционного анализа по Пирсону (r) между показателями жизнеспособности, качества жизни и оценки экологической ситуации

Показатели	SF	PF	RF	SPH	QLttl	Жи	Жс	Жк	Жо	ЕА
В целом по выборке										
SF	1,00	0,42*	0,42*	0,43*	0,60*	-0,27*	-0,26*	-0,25*	-0,29*	-0,09
PF		1,00	0,54*	0,49*	0,75*	-0,26*	-0,32*	-0,26*	-0,31*	-0,03
RF			1,00	0,41*	0,62*	-0,26*	-0,26*	-0,25*	-0,28*	-0,19*
SPH				1,00	0,91*	-0,36*	-0,45*	-0,47*	-0,49*	-0,23*
QLttl					1,00	-0,37*	-0,45*	-0,45*	-0,48*	-0,21*
Жи						1,00	0,63*	0,79*	0,88*	0,14*
Жс							1,00	0,69*	0,86*	0,15*
Жк								1,00	0,95*	0,29*
Жо									1,00	0,24*
ЕА										1,00
В выборке молодежи, проживающей в регионе экологического неблагополучия										
SF	1,00	0,27*	0,33*	0,20	0,42*	-0,22	-0,07	-0,15	-0,16	-0,32*
PF		1,00	0,61*	0,40*	0,69*	-0,09	-0,08	-0,12	-0,11	-0,11
RF			1,00	0,45*	0,64*	-0,15	-0,06	-0,23	-0,17	-0,27*
SPH				1,00	0,91*	-0,48*	-0,46*	-0,58*	-0,58*	-0,04





о том, что взаимосвязи между жизнеспособностью и качеством жизни могут быть опосредованы субъективной оценкой экологической ситуации в регионе. Статистическая проверка позволила подтвердить модель, которая иллюстрирует опосредующее влияние оценки экологической ситуации в регионе на взаимосвязи между суммарным показателем жизнеспособности, выступающим в модели в качестве результирующей переменной, и показателями физического функционирования, ролевого функционирования и текущего восприятия здоровья. Характеристики модели имеют допустимые значения, что позволяет рассматривать модель как приемлемую (см. рисунок 4).



**Рис. 4.** Оценка экологической обстановки в регионе как фактор, опосредующий вклад показателей качества жизни в жизнеспособность молодежи.

*Обозначения:* RttI – «Жизнеспособность общая», EA – «Оценка социального и экологического благополучия в регионе проживания», PF – «Физическое функционирование», RF – «Ролевое функционирование», SPH – «Текущее восприятие здоровья» по опроснику «Краткая форма оценки здоровья»

Согласно полученной модели, на жизнеспособность молодежи оказывает прямое влияние (с учетом обратных шкал методики, использованных для оценки качества жизни) показатель текущего восприятия здоровья ( $p < 0,01$ ). Отметим, что такие же данные были получены и с помощью пошагового регрессионного анализа с последовательным исключением переменных, по результатам которого предиктором жизнеспособности в совокупной выборке, а также в группах респондентов, проживающих в регионах с разной экологической

обстановкой, оказался показатель текущего восприятия здоровья, при этом коэффициенты детерминации находились в диапазоне  $0,21 < R^2 < 0,23$ . В то же время путевой анализ позволил, помимо этого, зафиксировать вклад в жизнеспособность показателей физического и ролевого функционирования, который опосредован оценкой экологической ситуации в регионе: более высокие оценки экологической ситуации усиливают вклад в жизнеспособность показателей ролевого функционирования и при этом смягчают негативное влияние показателей физического функционирования в том случае, когда оно оценивается как неблагоприятное. Можно предполагать, что в этом, на первый взгляд, противоречивом результате прослеживается отмечаемый исследователями «социальный оптимизм» молодежи (Simkhovich, Naumau, 2021). Он, в частности, проявляется в представлении о том, что состояние окружающей среды является важным ресурсом благополучия, а также в отмеченных нами ранее представлениях молодежи о том, что экологическая ситуация в регионе оказывает влияние в первую очередь на физическое здоровье (Chemerys et al., 2021). Вероятно, именно этим объясняется описанное выше различие по показателю физического функционирования между группами респондентов, проживающих в экологически благополучном и неблагоприятном регионах. Учитывая более низкие оценки экологической ситуации в регионе, молодежь из неблагоприятных регионов может оценивать свое физическое функционирование как более благополучное с учетом неблагоприятного экологического контекста жизни, в котором имеющийся уровень физического функционирования представляется им вполне приемлемым.

Итак, исследование вновь показало, что экологическая ситуация в регионе проживания является одним из факторов, который определяет уровень жизнеспособности молодежи и характеристики ее качества жизни, отражающие прежде всего физическое функционирование. Для молодежи, проживающей в условиях экологического неблагоприятия, характерно снижение показателей жизнеспособности, в сравнении со сверстниками, которые проживают в условиях относительного экологического благополучия. При этом более высокие показатели качества физического функционирования, вероятно, отражают оценку респондентами состояния своего организма, ее соотносительность с экологическим контекстом жизнедеятельности, на фоне которого имеющийся уровень физического функционирования в экологически неблагоприятных регионах оценивается как более

удовлетворительный. Учитывая неоднозначный характер влияния оценки экологической обстановки на жизнеспособность молодежи в аспекте оценки ресурсов физического здоровья, при разработке программ психологической поддержки и укрепления жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически неблагоприятных регионах, следует обратить внимание на разработку и реализацию мероприятий, направленных на преодоление тенденции к завышению оценок качества физического функционирования на фоне низких оценок экологического благополучия и на формирование ответственного отношения к собственному здоровью.

#### **4.4. Экологические представления молодежи, проживающей в городах с разной численностью населения**

Актуализация внимания общества к экологическим проблемам приводит к постепенному росту интереса исследователей к содержанию экологических представлений различных групп населения. Являясь неотъемлемым элементом общественного сознания, экологические представления оказывают определяющее влияние на экологическое поведение людей и, как следствие, во многом детерминируют экологическую ситуацию. Это вызывает необходимость специального изучения экологических представлений молодежи, сопоставления их у молодых людей, проживающих на территориях с отличающимися природными и экологическими условиями.

Как отмечают Е. И. Чердымова и В. Я. Манчев, общественное экологическое сознание представляет собой «целостное образование, выполняющее познавательные, мировоззренческие функции, обеспечивающие узнавание социумом экологических проявлений в социальной среде, определенных общественных отношений, отраженных в сознании личности в виде экологических знаний, представлений, несущее в себе общее содержание экологических норм, регулирующих поведение личности» (Чердымова, Манчев, 2016, с. 268).

Экологические представления определяют представления людей об их месте в развивающемся природном и социальном пространстве жизнедеятельности, отражая устойчивую систему убеждений в отношении наиболее продуктивных взаимоотношений между природой и обществом (Глазачев, Гагарин, 2015). Экологические представления обуславливают видение людьми своего места в этих отношениях, выраженного в специфическом аспекте идентичности — эколо-

гической идентичности (Clayton, Opatow, 2003; Korpela et al., 2001; Meagher, 2020; Schultz, 2000; Thomashow, 1995).

Исследователи отмечают, что формирование экологических представлений происходит в результате приобретения природной средой статуса социального предмета, с которым ассоциируются разнообразные жизненные ресурсы и риски (Храян, Есаян, 2018). В экологических представлениях отражается понимание социальными общностями ресурсов и рисков, соотнесенных с собственными территориями функционирования и развития (Патырбаева и др., 2012). Согласно данным, полученным В. А. Давыденко и Г. Ф. Ромашкиной, социальные представления об окружающей среде, как правило, не в полной мере адекватны объективной экологической реальности, однако отражение в них тех или иных экологических рисков прямо связано с готовностью людей к осуществлению проэкологического поведения (Давыденко, Ромашкина, 2017). Тесная связь между экологическими представлениями и проэкологическим поведением отмечается также другими отечественными (Панюкова, 2017; Цветкова, 2017) и зарубежными (Pickering, Dale, 2023; Tariq et al., 2020) учеными, предлагающими различные подходы к пониманию взаимосвязей между экологическими представлениями населения, с одной стороны, и элементами ресурсосберегающего и природоохранного поведения — с другой.

Изучение экологических представлений приобретает особую актуальность применительно к молодежи как социальной группе, наиболее динамично реагирующей на изменения социального контекста общественного функционирования. Экологические представления характеризуются консерватизмом (Белозерова, 2017), и именно в молодежной среде наблюдаются наиболее яркие изменения, отражающие динамику содержания экологических представлений общества в целом. Сегодня отмечается последовательная трансформация экологических представлений молодежи в сторону проэкологических ценностей (Цветкова, 2017), традиционно противопоставляемых антропоцентрическим представлениям о природе и месте человека в ней (Дерябо, Ясвин, 1998), что предполагает переход к представлению о природе как сложной системе, требующей к себе ответственного отношения, а также переход от потребительских к рациональным представлениям в природопользовании (Рубцова, Макарова, 2007). Однако, несмотря на довольно активный интерес исследователей к различным аспектам анализа проэкологических установок

и поведения молодежи, содержание экологических представлений как неотъемлемых компонентов экологической идентичности молодых людей, отражающих те или иные аспекты их личности, оказывается недостаточно изученным.

Опираясь на данные различных исследований о том, что экологические представления имеют выраженную территориальную специфику (Алешина, Виноградов, 2011; Давыденко, Ромашкина, 2017; Емельянова, 2015; Ермолаева, 2012), обусловленную как объективными различиями экологической ситуации в разных регионах, так и сложившимися нормами социального поведения, в том числе в сфере экологии, можно предположить, что содержание экологических представлений молодежи, проживающей в разных регионах России, может различаться. Учитывая опосредованность экологических представлений степенью вовлеченности человека в социальные отношения, реализуемые в контексте проэкологического поведения (Clayton, Opatow, 2003), можно сформулировать гипотезу о том, что различия в содержании экологических представлений молодежи могут быть обусловлены также и размерами населенного пункта их постоянного проживания, определяющим доступность установления и поддержания тесных связей с единомышленниками. В связи с этим возникает необходимость изучения экологических представлений молодежи с учетом специфики места их постоянного проживания. В данном исследовании было осуществлено сравнение содержания экологических представлений молодых людей, проживающих в мегаполисе и в средних и малых городах России.

Исследование проводилось с применением метода фокус-групп (см. главу 3). Было проведено восемь фокус-групп численностью от 6 до 11 человек. Участниками стали 59 студентов (в том числе 45 женщин и 14 мужчин) младших курсов высших учебных заведений в возрасте  $18,76 \pm 1,52$  лет, 27 из которых постоянно проживают в мегаполисе (г. Санкт-Петербург), 32 — в средних и малых городах России.

В ходе обсуждения экологических проблем выяснилось, что молодые люди, принявшие участие в исследовании, в целом оценивают экологическую ситуацию как неблагоприятную, независимо от региона проживания. Негативную характеристику экологической обстановки дали 92,6% студентов, проживающих в Санкт-Петербурге, и 90,6% студентов — жителей средних и малых городов России. Как свидетельствуют данные, представленные в таблице 9, молодые люди независимо от места проживания отмечают в первую очередь

Таблица 9

Распределение представлений молодежи о влиянии на их жизнь экологической ситуации в регионе проживания

Сферы жизни	Частота упоминания (в %)		φ*
	Мегаполис (n = 27)	Средние и малые города (n = 32)	
Здоровье (–)	39,1	54,2	
Образ жизни (–)	13,0	8,3	
Планы на будущее (+/–)	17,4	4,2	1,66**
Межличностные контакты (+)		12,5	
Социальная активность (+)	8,7	16,6	
Эстетическая сторона жизни (+/–)	8,7	4,2	

Примечание: «+» – положительное влияние, «–» – отрицательное влияние. \*\* –  $p < 0,05$ .

негативное влияние экологической обстановки на здоровье и образ жизни (в аспекте разнообразных ограничений, связанных с неблагоприятной экологической ситуацией). Однако при этом молодые люди, проживающие в средних и малых городах, рассматривают экологические проблемы как один из факторов собственной межличностной и социальной активности (прежде всего как возможность включаться в различные виды проэкологической социальной активности и находить в этой сфере новых друзей), в то время как жители мегаполиса связывают влияние экологической обстановки на свою жизнь прежде всего с планированием собственного будущего и с возможностью переезда из большого города в населенные пункты с более благоприятной экологической ситуацией. Таким образом, можно констатировать более интенсивный социально-ориентированный характер проэкологической активности молодых людей, проживающих в небольших городах, тогда как жители мегаполиса склонны осмысливать экологическую проблематику преимущественно в индивидуально-личностном ключе.

Вывод о более высокой степени проэкологической активности молодых людей, проживающих в средних и малых городах, подтверждается и анализом атрибуции ответственности за экологическую ситуацию в регионе: если для жителей мегаполиса преимущественно характерен внешний локус ответственности за экологическую обстановку в регионе проживания (ответственность несут государство

и владельцы производств, наносящих ущерб природе), то для жителей средних и малых городов — внутренний (см. таблицу 10).

**Таблица 10**

Распределение представлений молодежи об ответственности за экологическую ситуацию в регионе проживания

Локус ответственности	Частота упоминания (в %)		Ф
	Мегаполис (n = 27)	Средние и малые города (n = 32)	
Внешний	77,8	27,3	2,35*
Внутренний	22,2	72,7	1,74**

Примечание: \* —  $p < 0,01$ ; \*\* —  $p < 0,05$ .

При этом, как показывают данные, представленные в таблице 11, виды проэкологической активности, которые, по мнению респондентов, вполне могут быть реализованы в повседневной жизни, у жителей мегаполиса и жителей средних и малых городов в целом имеют больше сходств, чем различий.

Отдельно следует отметить, что 37,6% высказываний респондентов в отношении возможностей реализации элементов проэкологического поведения в повседневной жизни сформулированы в сослагательном наклонении и предполагают, что для проэкологической активности необходимы определенные условия (организация раздельного сбора мусора, доступность «экологических» продуктов и предметов обихода, отказ торговых сетей от использования пластиковых пакетов и т. д.). В целом, полученные данные подтверждают результаты П. О. Ермолаевой: для российской студенческой молодежи типична довольно высокая экологическая тревожность на фоне экологической пассивности, которая в несколько большей степени характерна для жителей мегаполиса и в меньшей — для жителей средних и малых городов (Ермолаева, 2012).

В процессе анализа представлений студенческой молодежи об экологической ситуации в регионе их проживания не были обнаружены выраженные признаки территориальной специфичности восприятия экологических угроз, отмечаемые другими авторами. Так, вслед за Н. А. Алешиной и П. Н. Виноградовым можно было бы предполагать, что представления об объектах экологического риска различаются в связи с объективными различиями экологических проб-

Таблица 11

Распределение представлений молодежи о приемлемых видах  
проэкологической активности

Виды активности	Частота упоминания (в %)		Ф
	Мегаполис (n = 27)	Средние и малые города (n = 32)	
Участие в проэкологических акциях	26,9	18,2	
Сортировка бытового мусора	30,8	27,2	
Сокращение использования пластика	26,5	36,4	
Сбор опасных отходов	3,4	18,2	1,69**
Высадках деревьев	7,7		
Вегетарианство, отказ от использования меха и кожи	7,7		

Примечание: \*\* –  $p < 0,05$ .

лем и наиболее острых «точек экологического напряжения» в разных регионах страны (Алешина, Виноградов, 2011). Однако, согласно результатам нашего исследования, студенты независимо от региона проживания формулируют оценки экологической ситуации шаблонно («экология плохая», «в нашем регионе плохая экологическая обстановка»), практически не говоря об элементах ее региональной специфичности, что, вероятно, отражает в целом невысокую актуальность для них данной проблематики. Абстрактный характер оценок экологической обстановки в большей степени характерен для молодых жителей мегаполиса (51,4% соответствующих высказываний против 29,7%,  $\phi = 1,80$  при  $p < 0,05$ ), также, как и значительно большая склонность к «внешней» атрибуции ответственности за экологическую обстановку в регионе, что косвенно указывает на относительно более высокий уровень готовности к проэкологической активности у молодежи, проживающей в малых и средних городах.

Полученные нами результаты не позволяют однозначно утверждать, что жители средних и малых городов реагируют на экологические угрозы острее, нежели жители мегаполиса, хотя в литературе и встречаются соответствующие сведения (Давыденко, Ромашкина, 2017). В процессе анализа данных обнаружился иной аспект разли-



чий экологических представлений молодежи, проживающей в городах с разной численностью населения. Он связан со способом осмысления экологической проблематики в контексте влияния экологической ситуации в регионе на собственную жизнь. Для молодежи, проживающей в средних и малых городах, решение экологических проблем связано прежде всего с собственной социальной активностью («поиск единомышленников», «объединение усилий для решения экологических проблем»), в то время как для жителей мегаполиса — с активностью, направленной на выстраивание собственной жизни с учетом экологической обстановки в регионе («планирую в будущем жить за городом, на свежем воздухе», «в перспективе уеду из города, тут слишком грязно»). Вероятно, полученные результаты фиксируют феномен, уже отмеченный ранее Т. П. Емельяновой на примере молодых москвичей, которым свойственна озабоченность экологическими проблемами города, однако эти проблемы воспринимаются в первую очередь как угроза собственному комфорту (Емельянова, 2015).

Таким образом, изучение экологических представлений молодых юношей и девушек с учетом специфики места их постоянного проживания не позволило выявить существенных содержательных различий между представлениями жителей мегаполисов и средних и малых городов. Было показано, что экологические представления молодых людей довольно формализованы, носят обобщенно-негативный характер и мало соотнесены с реалиями экологической обстановки в регионе проживания. Различий в оценке экологических угроз жителями мегаполиса и средних и малых городов выявлено не было, однако было установлено, что молодые люди, проживающие в средних и малых городах, в целом проявляют более высокий уровень готовности к реализации проэкологической активности, в том числе и к повышению собственной социальной активности, направленной на решение экологических проблем, тогда как молодые жители мегаполиса в большей степени ориентированы на осмысление экологических проблем региона в эгоцентрическом ключе и рассматривают экологическую ситуацию как один из факторов, определяющих их будущую жизнь (в аспекте жизненных планов на переселение в экологически более благополучные районы).

Полученные данные позволяют отметить важность работы по повышению осведомленности молодых людей о реальной экологической ситуации в регионе проживания как важном инструменте фор-

мирования готовности к осуществлению проэкологических форм поведения в практике повседневной жизни, а также открывают новое проблемное поле психологических исследований — изучение психологических характеристик жизненного пути личности в контексте осмысления экологического контекста его осуществления, включая оценку значимости этого контекста на разных этапах жизни.

\*\*\*

Эмпирическое изучение жизнеспособности в контексте экологической ситуации в регионе проживания подводит к важному выводу о том, что ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности, имеют социальную, экологическую и культурную обусловленность. Так, эмпирические материалы данной главы позволяют с большой долей уверенности говорить о том, что значительное экологическое неблагополучие природной составляющей жизненной среды молодых людей является одним из факторов, который определяет уровень их жизнеспособности. Исследования, выполненные в русле разных методологических подходов (экопсихологического подхода к развитию психики, социально-психологического подхода), зафиксировали существование тенденции к снижению уровня жизнеспособности молодежи, проживающей в экологически неблагополучных регионах, хотя самооценка опрошенными разных видов жизнеспособности высока у преобладающей части молодых людей, независимо от территории их проживания.

Наиболее уязвимыми к воздействию неблагоприятных экологических условий оказываются те ресурсы, которые характеризуют физический потенциал человека, что проявляется, в частности, в оценках качества жизни, связанного со здоровьем. По-разному оценивают респонденты, проживающие на различающихся по экологическим условиям территориях, качество своей жизни. Различаются в выборках взаимосвязи показателей жизнеспособности и качества жизни, связанного со здоровьем.

Изучение гендерного аспекта проблемы показало, что в условиях экологического неблагополучия жизнеспособность юношей оказывается более уязвимой в сравнении с жизнеспособностью девушек, что может быть связано с большей ориентированностью женщин на социальную поддержку и с их большей чувствительностью к ней.

Гипотеза о различии в показателях жизнеспособности молодых людей, проживающих на территориях с разной степенью экологи-

---

ческого загрязнения природной среды, не нашла своего подтверждения. Не выявлено также существенных содержательных различий между экологическими представлениями жителей мегаполисов и жителей средних и малых городов: они носят обобщенно-негативный характер, довольно формализованы и мало соотнесены с реалиями экологической обстановки в регионах проживания. Однако исследование дало основание для вывода о более высокой степени про-экологической активности молодых людей, проживающих в средних и малых городах.

Представленные в главе результаты эмпирического изучения влияния экологических факторов на жизнеспособность молодежи имеет большое практическое значение для разработки эффективных программ укрепления ее жизнеспособности в экологически неблагоприятных регионах.

## ГЛАВА 5

### **ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ МОЛОДЕЖИ В СОЦИАЛЬНОМ КОНТЕКСТЕ: ВКЛАД СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ**

Констатируемая сегодня многомерность и многоуровневость феномена жизнеспособности определяет необходимость изучения широкого спектра факторов ее социального контекста. В данной главе рассмотрены социокультурные и социально-экономические факторы, вносящие вклад в жизнеспособность российской молодежи.

#### **5.1. Социально-экономический контекст становления жизнеспособности молодежи**

Жизнеспособность представляет собой «метасистемное понятие (метаспособность), объединяющее все компоненты регуляции и регулирующие факторы социальной среды на разных уровнях организации психики (индивидуальный, личностный, субъектный) (Лактионова, 2016, с. 63). Столь же системны факторы жизнеспособности человека: они образуют целостность, включающую в себя как индивидуальные психические характеристики, являющиеся ее фундаментом, так и социальные средовые воздействия, способствующие ее поддержанию. Как отмечают М. Унгар и К. Хэдфилд, факторы становления жизнеспособности не являются едиными для всех, а различаются внутри социальных популяций и между ними на основе индивидуальных и контекстуальных вариаций (Ungar, Hadfield, 2019). Это определяет актуальность исследований факторов жизнеспособности с учетом социокультурной и социально-экономической специфики.

В контексте данной задачи сформулирован ряд гипотез, проверка которых направлена на уточнение и расширение теоретических представлений о социокультурных и социально-экономических детерминантах жизнеспособности молодежи:

1. Ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности молодежи, имеют социальную и культурную обусловленность.
2. Благоприятные социально-экономические условия жизни могут выступать факторами защиты, в известной мере компенсирующими негативные последствия неблагоприятного средового влияния и обеспечивающими достаточный уровень жизнеспособности.

С целью проверки первой гипотезы было проведено сопоставление данных по двум молодежным выборкам: российской ( $n = 679$ , 63,6% женщин, средний возраст  $18,49 \pm 1,87$  лет) и южноафриканской ( $n = 577$ , 54,4% женщин, средний возраст  $18,13 \pm 2,82$  лет). Сравнение групп было детерминировано значительными социально-экологическими и культурными различиями, существующими между двумя странами. Выделение этих различий позволило нам определить вклад каждого из выделенных факторов в структуру жизнеспособности молодых людей в России и ЮАР.

Вначале были оценены условия проживания респондентов. В России 554 человека (87,7%) проживают в домах с водопроводом, остальные имеют водопровод во дворе собственного дома; 404 человека (63,9%) проживают в квартирах, 108 человек (17,1%) – в общежитии, остальные в собственном доме или на съемной квартире. 627 человек (99,3%) готовят еду на газовых или электрических плитах. 95,9% респондентов пользуются туалетом со сливом. В ЮАР 64,4% респондентов проживают в домах с водопроводом, остальные имеют водопровод во дворе дома или пользуются общественным крапом (колонкой); 89,0% респондентов проживают в квартирах, муниципальных домах или на съемной квартире. 96,0% готовят еду на газовых или электрических плитах. 98,3% респондентов пользуются туалетом со сливом.

Таким образом, условия проживания молодых людей для обеих групп являются сходными и их можно отнести к приемлемым и хорошим. Вместе с тем, несмотря на это сходство оценок, социально-экологические и культурные особенности жизни российских и южноафриканских респондентов сильно различаются. В частности, в традиционных семьях чернокожих южноафриканцев детей воспитывают бабушки и/или другие родственники. Это связано с тем, что родители/матери мигрируют в города в поисках работы (Ramphela, 2002), «в соответствии с традициями африканской культуры взаимо-

заменяемости значимого взрослого, согласно которой воспитание предполагает включение детей в „семейное сообщество“» (Mkhize, 2006, р. 187), а не только в нуклеарные семьи. Однако, как правило, такие договоренности носят неформальный (не юридический) характер и требуют от молодых людей переезда к родственникам, которые могут поддержать их (Fataar, 2010). В исследовании южноафриканских ученых выделены факторы, лежащие в основе процесса формирования жизнеспособности южноафриканской молодежи и названные ими «басуто» (взаимозависимость в сообществе, взаимосвязь и уважение к ценностям сообщества). Сравнивая результаты южноафриканских и международных исследований, авторы обратили внимание на необходимость изучения культурных и контекстуальных корней жизнеспособности молодежи Южной Африки (Theron, Theron, 2010). В другом исследовании авторы на основе конструктивистской теории показывают отличия жизнеспособности африканской молодежи от европейской, их концептуализация проходит в русле всестороннего исследования коллективистской философии жизни, лежащей в основе жизнеспособности молодежи народа басуто, для которых общие механизмы жизнеспособности оказались во многом детерминированы национальной культурой (Theron et al., 2012). Для российской действительности, в свою очередь, довольно характерны нуклеарные семьи и менее выраженные коллективистические тенденции.

Далее нами была оценена степень выраженности показателей, отражающих ресурсы жизнеспособности в выборках сравнения. Для этого был проведен расчет средних показателей и стандартных отклонений для российской и южноафриканской выборок по всем методикам, включенным в программу исследования. Результаты приведены в таблице 12.

Самые существенные различия наблюдаются по показателю «Жизнеспособность индивидуальная». Так, в российской выборке этот показатель размещается в диапазоне средних–высоких значений, в то время как у южноафриканских юношей и девушек — от очень низких до низких, при средних и высоких значениях показателей «Жизнеспособность семейная» и «Жизнеспособность контекстуальная». Такие данные представляются нам парадоксальными. С точки зрения Л. А. Сруфа, три группы ресурсов жизнеспособности — индивидуальные, реляционные и контекстуальные — объединяются в циклическом процессе, где индивидуальные ресурсы развивают-

**Таблица 12**

Показатели средних значений и стандартных отклонений  
по всем шкалам для российской (n=679)  
и южноафриканской (n=577) выборок

Тесты	Показатели	Россия (n=679)		ЮАР (n=577)	
		М	SD	М	SD
CPTS-RI	ПТСР	48,12	11,779	50,49	11,428
IATSS	ТС	4,64	2,006	6,16	2,699
CR-PNS	ВС	26,72	4,749	24,73	4,903
CYRM-28	Жи	45,91	7,116	28,01	4,415
	Жс	28,73	5,639	30,07	4,713
	Жк	36,34	6,795	55,15	8,020
	Жо	110,98	17,319	113,27	14,434
PCE-BCES	ПДП	13,41	3,056	11,26	1,326
BDI-II	Депрессия	9,86	9,854	15,38	9,901

*Обозначения к таблицам 12–13:* ПТСР – «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции», ТС – «Нарушения, связанные с травматическими симптомами», ВС – «Восприятие соседства», Жи – «Жизнеспособность индивидуальная», Жс – «Жизнеспособность семейная», Жк – «Жизнеспособность контекстуальная», Жо – «Жизнеспособность общая», ПДП – шкала «Позитивные детские переживания», Д – Опросник депрессии Бека – II.

ся через взаимодействие с социальной средой. Реляционные и контекстуальные ресурсы увеличивают индивидуальные активы, что, в свою очередь, повышает возможность доступа к дополнительным внешним ресурсам (Sroufe, 2009). В южноафриканской выборке влияние семейных и контекстуальных ресурсов с очевидностью не приводит к возрастанию ресурсов индивидуальных.

В российской выборке диапазон средних значений показателя по индексу ПТСР с учетом стандартных отклонений (36,34–59,91 баллов) находится в зоне слабой и умеренной и достигает нижней границы тяжелой ПТСР, в южноафриканской выборке диапазон колеблется в пределах от слабой до тяжелой ПТСР (39,06–61,92).

Что касается депрессии, полученные на российской выборке значения (0,01–19,71 баллов) включают минимальную, легкую

и нижнюю границы умеренной депрессии. Показатели южноафриканской выборки также укладываются в диапазон «минимальная—умеренная депрессия» (5,48–25,28). Результаты сравнения оцениваемых показателей на основе Т-критерия Стьюдента представлены в таблице 13. Однако следует отметить, что наличие только минимальной или умеренной депрессии у молодежи не снижают риска суицида. Так, И. П. Логинов с соавт. показывает, что «тяжесть де-

**Таблица 13**

Результаты сравнения средних показателей по Т-критерию Стьюдента для двух независимых выборок:  
1 – российской (n=679), 2 – южноафриканской (n=577)

Тесты	Показатели	Выборки	N	M	SD	Т-критерий
CPTS-RI	ПТСР	1	632	48,12	11,779	–3,50**
		2	554	50,49	11,428	
IATSS	ТС	1	632	4,64	2,006	–10,99**
		2	576	6,16	2,699	
CR-PNS	BC	1	632	26,72	4,749	7,13**
		2	561	24,73	4,903	
PCE-BCES	ПДП	1	632	13,41	3,056	16,12**
		2	571	11,26	1,326	
BDI-II	Д	1	632	9,86	9,854	–9,53**
		2	540	15,38	9,901	
CYRM-28	Жи	1	632	45,91	7,116	52,94**
		2	570	28,01	4,415	
	Жс	1	632	28,73	5,639	–4,48**
		2	568	30,07	4,713	
	Жк	1	632	36,34	6,795	–43,46**
		2	563	55,15	8,020	
	Жо	1	632	110,98	17,319	–2,48**
		2	551	113,27	14,434	

Обозначения: \*\* – при  $p \leq 0,001$ .



прессии у российских подростков, совершивших суицидальные попытки, чаще доходила до легкого и умеренного уровня. Достоверно чаще наши подростки совершали суицид в связи с расстройством адаптации, при кратковременной и пролонгированной депрессивной реакции» (Логинов и др., 2019, с. 11). Одновременно с этим субклинические депрессивные проявления являются фактором риска формирования депрессивного расстройства (Jinnin et al., 2017; Panagioti et al., 2015).

По данным, приведенным выше, видим, что значения показателей «Жизнеспособность семейная», «Жизнеспособность контекстуальная» и «Жизнеспособность общая» у южноафриканских респондентов значимо выше, чем у российских. Основными ресурсами жизнеспособности российских юношей и девушек являются индивидуальные ресурсы, в то время как у южноафриканских — средовые и, в первую очередь, контекстуальные ресурсы культуры, религиозные и духовные убеждения, а также образование. Это можно объяснить тем фактом, что в ЮАР проводятся серьезные исследования, на основе которых разрабатываются государственные образовательные и социальные программы, направленные на повышение образовательного уровня и предотвращение молодежной преступности. Также выше, по сравнению с российской выборкой, религиозность южноафриканской молодежи. Более значимая роль семейного ресурса у респондентов из ЮАР объясняется наличием больших семейных кланов и, как следствие, получением поддержки не только от родителей, но и от многочисленной родни. Показатель «Восприятие соседства», отражающий восприятие социальной экологии места проживания (безопасность, чистота, доброжелательность окружающих людей), выше в группе российских молодых людей. Одновременно с этим общий показатель травматических симптомов, выраженность показателей депрессии и ПТСР значимо выше у респондентов из ЮАР. По-видимому, наличие у российских юношей и девушек индивидуальных ресурсов и более благоприятная оценка ими безопасности и комфортности места проживания делают их менее уязвимыми в сложных ситуациях, обеспечивая психологическую устойчивость к стрессу и протекание процессов социальной адаптации без существенных психопатологических нарушений. Так, в исследованиях было показано: если жизнеспособность молодых людей не опирается на внутренние ресурсы личности, то она не связана с их социальной адаптацией (Лактионова, 2017).

Таким образом, гипотеза о том, что ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности молодых людей, имеют социальную, экологическую и культурную обусловленность, нашла эмпирическое подтверждение. При сравнении южноафриканской и российской выборок показано, что ведущими в структуре жизнеспособности российских юношей и девушек являются индивидуальные ресурсы, а южноафриканских — контекстуальные и семейные ресурсы.

Еще одна гипотеза, проверявшаяся в исследовании, заключалась в том, что благоприятные социально-экономические условия жизни могут выступать факторами защиты, в известной мере компенсируя негативные последствия неблагоприятного средового влияния и обеспечивая достаточный уровень жизнеспособности. Эта гипотеза проверялась на выборке читинской студенческой молодежи, проживающей в административном центре региона, характеризующегося высоким уровнем экологического неблагополучия.

Выборку опрошенных составили студенты, обучающиеся на 1–4 курсах Забайкальского государственного университета ( $n = 115$ , 87,8% женщин, возраст 17–24 года). Для проверки гипотезы показатели жизнеспособности были проанализированы по соотношению факторов риска и защиты, оказывающих влияние на социально-экономические, социально-средовые, межличностные отношения, а также психологическую травматизацию личности.

Описывая свой социально-экономический статус и бытовые условия проживания, респонденты отметили следующее: 52,2% опрошенных проживают в отдельной квартире каменного муниципального дома, в деревянном доме — 13,0% респондентов, в общежитии — 26,1%. Водопровод имеют (в квартире или в доме, во дворе) 94%. Все имеют электричество в доме, у некоторых есть газ.

Занятость студентов представлена следующим образом: только учатся в университете 19,0% респондентов, 42,6% — «безработный, но не ищу работу», 8,7% — «безработный, ищу работу»; 9,6% опрошенных назвали себя самозанятыми, работают неполный рабочий день 7,0%, полный — 2,6%, 9,6% имеют временную/сезонную работу.

Приведенные цифры показывают, что бытовые и экономические условия жизни большей части обследованных студентов, уровень их материальной обеспеченности не представляют существенных угроз для их жизнеспособности.

Общее состояние здоровья оценивается большинством опрошенных (54,8%) как хорошее; 43,5% респондентов отметили, что состояние их здоровья соответствует среднему уровню. Только два человека из выборки оценивают свое здоровье как плохое. Оценка текущего состояния здоровья у большей части респондентов (62,6%) соответствует среднему уровню.

Характеризуя безопасность своего жизненного пространства, 73,0% опрошенных сообщили, что никогда не испытывали виктимизации со стороны сообщества, а 27,0% респондентов отметили, что в их жизни была виктимизация низкого уровня. При этом большая часть опрошенных не называет в городе опасных для их пребывания мест. Согласно результатам, полученным с помощью шкалы CR-PNS, у них преобладает позитивное восприятие окружающих условий городской среды и людей, с которыми приходится общаться. Низких оценок своему социальному окружению по этим параметрам не дал никто. Оценки большей части (52,2%) опрошенных соответствуют среднему уровню. 47,8% респондентов дали условиям социальной среды места проживания высокие оценки.

При анализе семейных ресурсов жизнеспособности выяснилось, что у большинства респондентов есть родители, которые имеют среднее специальное или высшее образование, оплачиваемую работу, могут оказать поддержку. По этому фактору защиты преобладают над рисками у 65,2% респондентов, риски и защиты сбалансированы у 14,8% опрошенных, в зоне риска, связанной с дефицитом родительской поддержки, находятся 20% опрошенных.

Оценка уровня психологической травматизации личности (шкала CPTS-RI) показала, что ПТСР отсутствует у 4,3% опрошенных, слабо выраженная — у 34,8%, умеренная — у 40,0%, выраженная посттравматическая реакция зафиксирована у 20,9%. Согласно результатам шкалы IATSS, для большинства опрошенных характерен низкий уровень выраженности нарушений, связанных с травматическими симптомами (67,0%), средний уровень зафиксирован в 31,3% случаев, высокий — в 1,7%. Таким образом, с одной стороны, достаточно большое число опрошенных отмечает у себя ПТСР, с другой — большее число опрошенных имеет низкий уровень травматической симптоматики.

Установлено, что 63,5% респондентов отмечают у себя признаки минимальной депрессии (необходимо отметить, что ключ к шкале BDI-II содержит ориентировочные, а не диагностические, клиничес-

ки полученные баллы); у 20,0% депрессия легкая, у 12,2% умеренная и у 4,3% тяжелая, т. е. большинству свойственно благополучие в эмоциональной сфере. Преобладающая часть респондентов (73,9%) высоко оценивает уровень родительской теплоты, о недостаточной родительской теплоте поведали 4,4% из них. Для работающих студентов характерны вовлеченность в деятельность, высокий уровень удовлетворения работой. Это неудивительно, поскольку, согласно результатам анализа структуры психологического благополучия, «наиболее неудовлетворенной областью жизни в молодом возрасте является область отношений с другими людьми (33%)» (Сергиенко, Эйдельман, 2017, с. 114).

Обобщая представленные выше результаты, можно констатировать преобладание в обследуемой выборке факторов защиты над факторами риска. Эти результаты были сопоставлены с данными о жизнеспособности респондентов, полученными с помощью опросника CYRM-28.

**Таблица 14**

Частотный анализ результатов (в %) по опроснику CYRM-28 (n = 115)

Уровень	Жизнеспособность			
	Общая	Индивидуальная	Семейная	Контекстуальная
Высокий	75,7	85,2	79,1	79,1
Средний	24,3	14,8	20,0	20,9
Низкий			0,9	

Как видим из таблицы 14, большая часть респондентов отмечает у себя высокий уровень общей жизнеспособности. Примерно четвертая часть оценивает свою жизнеспособность как среднюю. Студенты, таким образом, способны поддерживать необходимый уровень физического, социального и ролевого функционирования при столкновении с жизненными стрессорами. Они ответственные, коммуникабельны, достаточно самостоятельны в решении проблем, в известной мере патриотичны. Преобладающая часть опрошенных отмечает у себя высокий уровень индивидуальной жизнеспособности. У них хорошо развита внутренняя способность управлять собственными ресурсами: здоровьем, возможностями психики, поведением. Кроме того, для обследованной выборки характерен преимущественно

высокий уровень семейной жизнеспособности. Для большей части респондентов семья — источник поддержки, в ней молодой человек находит опору и понимание. Контекстуальная жизнеспособность (система социальных и культурных характеристик среды) также оценивается респондентами как достаточно высокая, по этой шкале нет низкоуровневых показателей.

Таким образом, можно сделать вывод о достаточной, хорошей в целом жизнеспособности составляющих выборку студентов. Самооценка разных видов их жизнеспособности высока у преобладающей части опрошенных. Социально-психологический подход к анализу жизнеспособности, фиксирующий показатели главным образом на высшем, социальном, уровне ее структуры, позволяет получить эмпирические данные, свидетельствующие о том, что при условии преобладания факторов защиты над факторами риска в разных системах жизнедеятельности человека (включающих внутренние ресурсы личности, семью, социальное окружение) эти системы даже в осложненных условиях жизненной среды способны в известной мере компенсировать негативные последствия неблагоприятного средового влияния и обеспечить достаточный уровень жизнеспособности.

Внимания заслуживает тот факт, что при обсуждении проблем жизнеспособности молодежи в фокус-группах участники ( $n = 46$ ) также подчеркивали, что наряду с внутриличностными ресурсами («Работа над собой, своей уверенностью, принятием себя», «Кроме себя самого, никто тебе не поможет», «Личностный рост помогает», «Вера в себя, гордость, желание не огорчать родителей, родственников») их жизнеспособность определяют и поддерживают социальные факторы («Нужно найти свое место в обществе, интересное занятие, друзей», «Можно обращаться в Центры помощи», «Нужно искать поддержку от сторонних людей, близких тебе по духу»). Прежде всего для успешного преодоления жизненных трудностей молодым людям необходима поддержка сверстников, друзей. Им легче порой, чем старшим (родителям, родным, учителям) рассказать о проблемах, посоветоваться о способах их решения. Нередко молодые люди не сообщают старшим о своих трудностях, чтобы не волновать их («Очень сильно помогают друзья, твой круг общения. Они тебе ближе», «Друзья не бросят, положительный пример перед глазами», «Не дают в себе замкнуться»). Очень важны для молодых людей отношения с родителями, ближайшим семейным окружением. Родные не остаются равнодушными («Переживают больше в три ра-

за, как будто это их проблемы», «Стараются помочь всеми мыслимыми и немыслимыми способами»), в семье «поддерживают, дают инструкцию».

Таким образом, респонденты, постоянно находящиеся в условиях экологического неблагополучия природной среды, что объективно ослабляет функционирование их организма и психики, обозначают комплекс важнейших социальных факторов, позволяющих им преодолевать трудности современной жизни в социуме, не отставать от других, разрешать возникающие проблемы, ставить позитивные цели и достигать их, т. е. поддерживать жизнеспособность. Совокупность факторов социальной поддержки имеет кумулятивный эффект и обеспечивает основу компенсации возможного биологического и психологического дефицита. И даже в осложненных серьезным экологическим неблагополучием условиях показатели жизнеспособности молодежи становятся вполне удовлетворительными или даже хорошими.

Необходимо отметить, что вклад социально-психологических факторов, в частности, фактора социальной поддержки, в жизнеспособность молодежи, в свою очередь также опосредован социально-экономическими условиями жизни (Горьковская, Микляева, 2020а). Это было показано в исследовании, посвященном изучению вклада детско-родительских отношений (в частности, таких их параметров, как родительская теплота и родительский контроль) в жизнеспособность молодых людей с учетом контекстуальных вариаций, связанных с особенностями взросления в городах с разным социально-экономическим статусом — мегаполисе и городе регионального значения.

На материале обследования 275 респондентов (62,9% девушек, возраст 17–18 лет), проживающих в российском мегаполисе ( $n = 151$ ), а также в российских городах регионального значения ( $n = 124$ ) и обучающихся на младших курсах высших учебных заведений, было установлено, что показатели жизнеспособности юношей и девушек, проживающих в мегаполисе, в целом достоверно выше. Так, значения показателя индивидуальной жизнеспособности составляют  $30,23 \pm 4,21$  и  $29,19 \pm 4,07$  в выборках респондентов, проживающих в мегаполисе и городах регионального значения, соответственно ( $F = 6,14$  при  $p = 0,01$ ); значения показателя семейной жизнеспособности —  $30,09 \pm 4,98$  и  $28,69 \pm 5,64$ , соответственно ( $F = 7,55$  при  $p = 0,01$ ); значения показателя контекстуальной жизнеспособности —  $55,04 \pm 8,00$

и  $53,19 \pm 8,40$ , соответственно ( $F = 7,21$  при  $p = 0,01$ ); значения суммарного показателя жизнеспособности –  $115,36 \pm 15,52$  и  $111,06 \pm 16,21$ , соответственно ( $F = 8,87$  при  $p = 0,001$ ). При этом наибольший вклад в уровневые различия показателей жизнеспособности вносят результаты, продемонстрированные юношами, проживающими в мегаполисе и городах регионального значения, тогда как результаты девушек не различаются в зависимости от данного основания (результаты двухфакторного дисперсионного анализа:  $F = 5,64$  при  $p = 0,01$  для показателя индивидуальной жизнеспособности;  $F = 5,36$  при  $p = 0,02$  для показателя семейной жизнеспособности;  $F = 10,64$  при  $p = 0,001$  для показателя контекстуальной жизнеспособности;  $F = 9,52$  при  $p = 0,002$  для суммарного показателя жизнеспособности). Показатели родительского контроля составляют в среднем  $10,48 \pm 1,80$  и не различаются в зависимости от места проживания и пола респондентов. Показатели родительской теплоты достоверно выше в выборке респондентов, проживающих в мегаполисе, и составляют  $11,18 \pm 1,24$  балла против  $10,81 \pm 1,44$  баллов, полученных в выборке, проживающей в городах регионального значения ( $F = 7,67$  при  $p = 0,001$ ), при этом данные различия достигаются преимущественно за счет показателей, полученных в выборках юношей, в то время как показатели девушек довольно однородны и независимы от места их проживания ( $F = 4,07$  при  $p = 0,04$ ).

Регрессионный анализ, выполненный пошаговым методом (Forward stepwise), показал, что родительский контроль и родительская теплота являются сильными предикторами жизнеспособности юношей и девушек, причем вклад показателя родительской теплоты выше, чем вклад показателя родительского контроля, независимо от места проживания. Коэффициенты детерминации составляют 0,71 для показателя индивидуальной жизнестойкости, 0,69 для показателя семейной жизнеспособности, 0,82 для показателя контекстуальной жизнеспособности и 0,93 для суммарного показателя жизнеспособности; коэффициенты регрессии – 0,78 ( $p = 0,000$ , предиктор – показатель родительской теплоты) и 0,16 ( $p = 0,001$ , предиктор – показатель родительского контроля) для индивидуальной жизнеспособности, 0,77 ( $p = 0,000$ ) и 0,18 ( $p = 0,001$ ) для семейной жизнеспособности, 0,83 ( $p = 0,000$ ) и 0,20 ( $p = 0,001$ ) для контекстуальной жизнеспособности, 0,89 ( $p = 0,000$ ) и 0,21 ( $p = 0,001$ ) для суммарного показателя жизнеспособности. При этом установлено, что наиболее чувствительными к характеристикам детско-родительских отношений являются

ся показатели жизнеспособности, полученные в выборках юношей. В частности, юноши, проживающие в мегаполисе, демонстрируют более высокие показатели жизнеспособности в ситуации выраженного родительского контроля, тогда как у мальчиков, проживающих в городе регионального значения, высокий уровень родительского контроля приводит к относительному снижению показателей жизнеспособности, которые, тем не менее, остаются в диапазоне довольно высоких значений. В выборке девушек наблюдается линейная зависимость показателей жизнеспособности от показателя родительского контроля, независимо от места проживания (результаты трехфакторного дисперсионного анализа:  $F = 3,94$  при  $p = 0,03$  для показателя индивидуальной жизнеспособности;  $F = 4,12$  при  $p = 0,02$  для показателя семейной жизнеспособности;  $F = 3,36$  при  $p = 0,03$  для показателя контекстуальной жизнеспособности;  $F = 4,45$  при  $p = 0,01$  для суммарного показателя жизнеспособности). Аналогичные тенденции получены при анализе вклада показателя родительской теплоты в жизнеспособность юношей и девушек ( $F = 4,06$  при  $p = 0,01$  для показателя индивидуальной жизнеспособности;  $F = 3,04$  при  $p = 0,03$  для показателя семейной жизнеспособности;  $F = 5,43$  при  $p = 0,01$  для показателя контекстуальной жизнеспособности;  $F = 8,49$  при  $p = 0,001$  для суммарного показателя жизнеспособности). В совокупности эти данные могут быть объяснены разной степенью выраженности реакции эмансипации, которая наиболее сильна у юношей, проживающих в городах регионального значения, и значительно менее — у юношей, проживающих в мегаполисах, что связано с особенностями траекторий взросления в соответствующих социокультурных условиях (Безгодова и др., 2018). В целом, полученные данные свидетельствуют о том, что вклад характера детско-родительских отношений в жизнеспособность молодых людей не является однозначным и может варьироваться в зависимости от социального контекста личностного становления.

Обобщая результаты, представленные в данном параграфе, отметим, что обе сформулированные нами гипотезы нашли эмпирическое подтверждение. На модели сравнения структуры жизнеспособности российской и южноафриканской молодежи было подтверждено предположение о том, что ресурсы, определяющие становление жизнеспособности, имеют социальную и культурную обусловленность. На основе анализа вклада относительно благоприятных социально-экономических условий жизни в жизнеспособность молодежи, про-



живающей в условиях экологического неблагополучия, была проиллюстрирована правомерность утверждения о том, что благоприятные социально-экономические условия жизни могут выступать факторами защиты, в известной мере компенсирующими негативные последствия неблагоприятного средового влияния и обеспечивающими достаточный уровень жизнеспособности. В то же время следует отметить, что эмпирические данные свидетельствуют о системном влиянии социокультурных и социально-экономических факторов на жизнеспособность молодежи, что проявляется во взаимодействии различных факторов, в процессе которого может происходить усиление или ослабление влияния каждого из них. По нашему мнению, изучение взаимодействия факторов, вносящих вклад в жизнеспособность молодежи, составляет актуальное и весьма перспективное с теоретической и практической точек зрения направление дальнейших исследований.

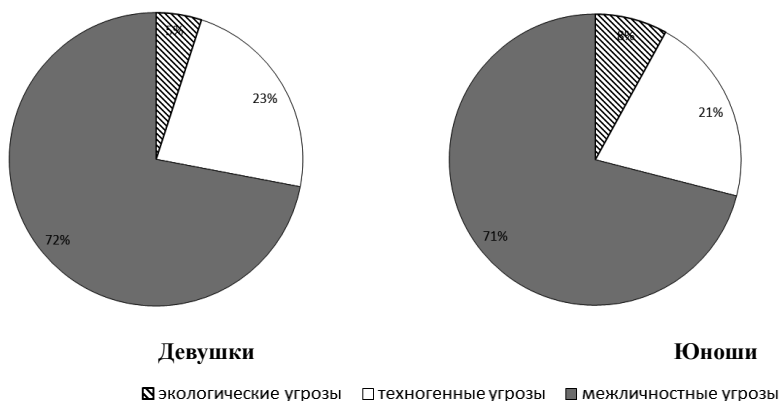
## **5.2. Жизнеспособность молодежи в контексте безопасности среды проживания**

Важнейшей характеристикой социальной среды является ее безопасность. В литературе имеются убедительные данные о том, что высокие субъективные оценки безопасности среды взаимосвязаны с удовлетворенностью качеством жизни и психологическим благополучием личности (Богомаз, Козлова, 2010; Козлова и др., 2016; Перельгина и др., 2018), однако безопасность места жительства не входит в число главных характеристик качества жизни молодых людей в условиях современной российской действительности (Drobyshev et al., 2017). В связи с этим возникает вопрос о размере и характере вклада субъективных оценок безопасности городской среды в жизнеспособность молодых людей. На основании представлений о многоаспектности оценок безопасности среды проживания, которая проявляется в тесной взаимосвязанности реального жизненного опыта и субъективных представлений о возможных угрозах, была сформулирована следующая *гипотеза*: вклад объективных и субъективных оценок безопасности среды проживания в жизнеспособность молодежи различается.

Эта гипотеза была подвергнута эмпирической проверке на материале обследования 207 респондентов (средний возраст  $18,18 \pm 1,39$  лет, 57,5% женщин), обучающихся в средних специальных и высших учеб-

ных заведений в различных регионах России (Санкт-Петербург, Ленинградская область, Смоленск, Череповец).

Согласно полученным результатам, в содержании конструкта «безопасность городской среды» для молодежи доминирует оценка угроз, связанных с возможной виктимизацией людьми, не входящими в ближайшее социальное окружение. Именно эти угрозы составляют более двух третей в ответах респондентов (независимо от пола) на открытый вопрос «Перечислите угрозы безопасности, с которыми сталкиваются жители вашего города» (см. рисунок 5).

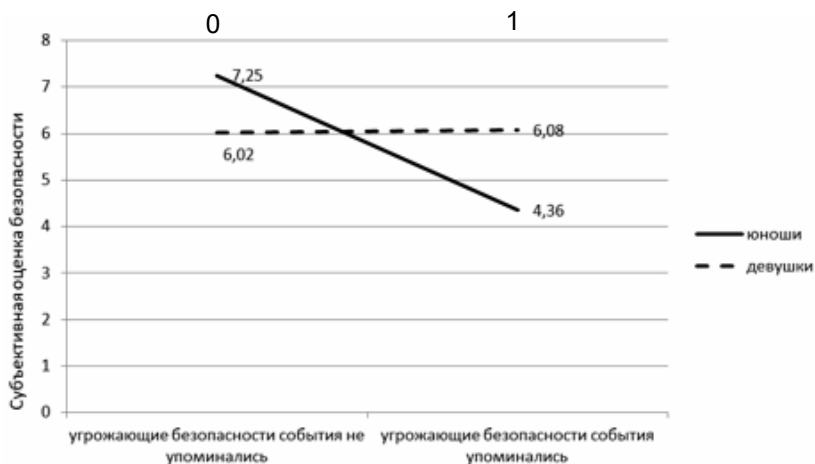


**Рис. 5.** Содержание конструкта «безопасность городской среды» в двух выборках

Представленные на рисунке 5 данные получены в ходе контент-анализа свободных высказываний респондентов, осуществленного по основанию «источник угрозы». Чаще других в качестве потенциальных источников угрозы респонденты упоминали других людей («неадекватных», «в состоянии алкогольного опьянения», «гопников» и т. д.) или же указывали на возможность стать жертвой преступления («мошенничества», «воровства», «побоев», «изнасилования»). Техногенные и экологические угрозы в общей совокупности ответов встречались достоверно реже ( $\varphi^* = 7,75$  при  $p < 0,01$ ). Ответы, не относящиеся к категориям «межличностные угрозы», «экологические угрозы» и «техногенные угрозы», встречались в единичных случаях, частота их появления не превышала порог статистической устойчивости.

Анализ показателей, характеризующих оценки безопасности района проживания, свидетельствует о том, что девушки воспринимают окружающее социальное пространство как несколько более опасное, в сравнении с юношами, несмотря на то что реальный опыт переживания событий, угрожающих их безопасности, в выборках юношей и девушек практически не различается: такие события упоминают 45,8% девушек и 40,0% юношей (различия статистически недостоверны,  $\varphi = 0,82$  при  $p > 0,05$ ). Согласно результатам шкалы CPTS-RI, интенсивность воздействия упоминаемых респондентами событий на их жизненное благополучие в выборках юношей и девушек было соизмеримо, при этом в большинстве случаев влияние угрожающих безопасности событий было локальным и не сказалось существенно на повседневном функционировании ( $1,40 \pm 2,19$  в выборке юношей и  $1,78 \pm 2,16$  в выборке девушек, учтены данные только тех респондентов, которые упомянули опыт переживания события, угрожающего их безопасности, произошедшего в районе их проживания или на улице). Юноши и девушки примерно одинаково (с преобладанием умеренных показателей) оценивают степень потенциальной опасности со стороны окружающих людей ( $27,47 \pm 3,98$  и  $26,87 \pm 3,16$ , соответственно,  $T = 1,12$  при  $p > 0,05$ ), а также степень виктимизации ( $0,89 \pm 1,80$  и  $0,46 \pm 1,35$ , соответственно,  $T = 1,90$  при  $p > 0,05$ ), в целом демонстрируя низкие показатели по данному параметру. Однако девушки достоверно чаще, чем юноши, указывают на то, что в районе их проживания присутствуют потенциально опасные места, которых они стараются избегать (39,8% против 20,0%,  $\varphi^* = 3,09$  при  $p < 0,01$ ), и достоверно ниже оценивают степень безопасности в городе в целом ( $6,10 \pm 1,63$  против  $6,92 \pm 2,04$ ,  $T = 2,16$  при  $p < 0,05$ ). На основании этих данных можно предположить, что субъективные оценки безопасности в выборке юношей в большей степени детерминированы их реальным жизненным опытом, в том числе опытом переживания событий, угрожающих безопасности, тогда как в выборке девушек эти оценки, вероятно, в меньшей степени связаны с их реальным жизненным опытом и опираются на социальные представления о большей потенциальной уязвимости женщин в сравнении с мужчинами (Микляева, Румянцева, 2011).

Результаты дисперсионного анализа подтверждают правомерность вывода о разной детерминированности субъективных оценок безопасности в регионе проживания, полученных в выборках юношей и девушек. Как можно увидеть на рисунке 6, субъективные



**Рис. 6.** Влияние опыта переживания событий на субъективные оценки безопасности среды у девушек и юношей ( $F(1,12)=7,75$  при  $p=0,01$ ).

*Обозначения:* 0 – угрожающие безопасности события не упоминались; 1 – угрожающие безопасности события упоминались

оценки безопасности среды проживания в выборке юношей определяются наличием или отсутствием реального опыта переживания событий, представляющих угрозу безопасности, тогда как оценки девушек не зависят от тех событий, которые происходили в их жизни.

В целом, полученные нами результаты, характеризующие оценки безопасности городской среды, не совпадают с данными, представленными в литературе ранее, согласно которым женщины склонны оценивать безопасность жизненного пространства несколько выше, чем мужчины (Перелыгина и др., 2018). Вероятно, отмеченное расхождение результатов связано с различиями в подходах к измерению оценок безопасности, что еще раз подчеркивает сложность и многоаспектность данного феномена.

Отметим, что в подавляющем большинстве случаев (205 из 207) юноши и девушки в качестве угрожающих событий, которые им пришлось пережить на улицах города, упоминали события с легкой или средней степенью угрозы (субъективная оценка значимости  $1,47 \pm 1,04$  при максимально возможной оценке в 4 балла) и, следовательно, с относительно низкой степенью потенциальной травматичности. Вероятно, именно этим обусловлен тот факт, что в обсле-

дованной выборке преобладают респонденты с высоким уровнем жизнеспособности: их количество составило 59,9% от общего числа участников исследования. У 39,6% респондентов отмечается средний уровень жизнеспособности, респонденты с низким уровнем жизнеспособности составляют менее 1%. Анализ средних значений не позволил выявить достоверных различий суммарного показателя жизнеспособности, а также его составляющих, в выборках юношей и девушек (см. таблицу 15). Несмотря на то, что в выборке девушек высокие показатели жизнеспособности встречаются несколько чаще, чем в выборке юношей, уровневые различия данного показателя также оказались статистически недостоверными (61,7% против 52,9%,  $\phi = 1,27$  при  $p > 0,05$ ).

**Таблица 15**  
**Показатели жизнеспособности по опроснику CYRM-28**  
**у юношей и девушек**

Показатели	M±SD			T (p)
	Выборка в целом	Юноши	Девушки	
Жизнеспособность общая	104,68±19,62	103,82±23,28	105,29±16,60	0,53 (0,60)
Жизнеспособность индивидуальная	27,66±5,13	27,26±6,28	27,94±4,12	0,94 (0,35)
Жизнеспособность семейная	27,06±6,09	27,01±6,69	27,10±5,66	0,10 (0,92)
Жизнеспособность контекстуальная	49,96±9,81	49,55±11,44	50,25±8,49	0,50 (0,62)

В результате анализа корреляционных взаимосвязей между показателем жизнеспособности и его отдельными составляющими, с одной стороны, и оценками безопасности на улицах города — с другой в целом по выборке были получены вполне объяснимые отрицательные взаимосвязи жизнеспособности с оценками травматических последствий переживания ситуаций реальной угрозы безопасности ( $-0,34 \leq r \leq -0,28$ ,  $p \leq 0,05$  в выборке девушек и  $-0,56 \leq r \leq -0,54$ ,  $p \leq 0,01$  в выборке юношей), а также положительные взаимосвязи жизнеспособности, оценок воспринимаемого социального соседства и безопасности среды проживания ( $0,23 \leq r \leq 0,42$ ,  $p \leq 0,05$  в выборке девушек и  $0,27 \leq r \leq 0,67$ ,  $p \leq 0,05$  в выборке юношей). Эти взаимосвязи указыва-

ют на правомерность гипотезы о том, что воспринимаемая безопасность среды проживания вносит вклад в формирование и укрепление жизнеспособности молодых людей.

При этом оценки виктимизации сообществом обнаружили отрицательные связи с показателями жизнеспособности только в выборке девушек ( $-0,37 \leq r \leq -0,29$ ,  $p \leq 0,05$ ), что, вероятно, указывает на большую нормативность этого опыта для юношей, в сравнении с девушками, и, как следствие, на меньшее влияние опыта виктимизации (безусловно, в случае, если он не слишком существен) на показатели их жизнеспособности. В целом корреляционная плеяда, построенная на материале эмпирических данных, полученных в выборке юношей, отличается значительно меньшей плотностью, в сравнении с выборкой девушек (12 статистически значимых корреляционных взаимосвязей против 25 из 28 потенциально возможных), что может интерпретироваться как большая вариативность опыта проживания потенциальных угроз юношами, в сравнении с девушками, в аспекте вклада этого опыта в становление их жизнеспособности.

Регрессионный анализ позволил уточнить направленность взаимосвязей, обнаруженных при анализе корреляционных матриц (см. таблицу 16).

Результаты регрессионного анализа свидетельствуют о том, что наиболее чувствительными к оценкам безопасности городской среды являются индивидуальная и семейная жизнеспособность. Этот результат, на наш взгляд, довольно интересен, поскольку на фоне вполне объяснимого негативного влияния высоких оценок безопасности на индивидуальную жизнеспособность, связанную с личными навыками, обеспечивающими адаптацию к различным сторонам жизни, свою уязвимость к реальным или потенциальным угрозам продемонстрировали показатели семейной жизнеспособности, которые характеризуют качество взаимоотношений молодежи с близкими, в том числе объем семейной поддержки. Вероятно, в этом находит отражение тот факт, что молодые люди не всегда готовы сообщать своим родным об имеющемся опыте переживания угрожающих событий или потенциальных угрозах, в силу чего такой опыт может оказывать негативное влияние на характер отношений с родителями. В пользу этого предположения, в частности, говорит значительно более высокий коэффициент детерминации для показателя семейной жизнеспособности, полученный в выборке юношей

Таблица 16

Вклад оценок безопасности среды проживания  
в жизнеспособность юношей и девушек

Зависимая переменная	Выборка	Предикторы	$\beta$	Std. Err. of $\beta$	p	Характеристики модели
Жо	Девушки	Виктимизация сообществом	-3,72	1,13	0,001	$R^2=0,33$
		Восприятие соседства	1,64	0,46	0,01	
	Юноши	Травматические последствия	-3,96	2,07	0,05	$R^2=0,45$
Жи	Девушки	Виктимизация сообществом	-0,78	0,30	0,01	$R^2=0,23$
		Восприятие соседства	0,27	0,12	0,05	
	Юноши	Травматические последствия	-2,11	0,70	0,01	$R^2=0,39$
Жс	Девушки	Травматические последствия	-0,67	0,25	0,001	$R^2=0,17$
		Виктимизация сообществом	-0,79	0,15	0,05	
		Восприятие соседства	0,28	0,14	0,05	
	Юноши	Травматические последствия	-1,82	0,41	0,001	$R^2=0,33$

Обозначения: Жо – «Жизнеспособность общая», Жи – «Жизнеспособность индивидуальная»; Жс – «Жизнеспособность семейная» (опросник CYRM-28).

(в сравнении с выборкой девушек), что может быть связано с большей закрытостью соответствующих тем именно в коммуникации юношей с родителями и, как следствие, с более негативным влиянием на семейную жизнеспособность реального или потенциального опыта угрожающих событий. Девушки, которые могут быть более открытыми для обсуждения проблематики, связанной с безопасностью, оказываются в этой связи в более благоприятной ситуации, связанной с возможностью сохранения поддержки со стороны семьи, что согласуется с результатами ранее опубликованных исследований (Frey, Röthlisberger, 1996).

Характер взаимосвязей показателя жизнеспособности и ее отдельных компонентов с оценками безопасности городской среды в выборках девушек и юношей довольно существенно различается. В выборке юношей вклад в показатели жизнеспособности вносит только показатель травматических последствий реально пережитого события, угрожавшего безопасности: полученный травматический опыт в этом случае выступает отрицательным предиктором показателей жизнеспособности. В выборке девушек наблюдается иная картина: здесь отрицательным предиктором жизнеспособности является показатель виктимизации сообществом, а положительным — показатель субъективной оценки безопасности социальных отношений в районе проживания. Учитывая, что в структуру показателя виктимизации сообществом в выборке девушек основной вклад вносит субъективная оценка частоты ситуаций преследований и угроз, но не реального причинения вреда, можно отметить, что жизнеспособность девушек определяется преимущественно их субъективными представлениями о степени опасности/безопасности в среде проживания и в меньшей степени, чем в случае юношей, реальным опытом переживания угрожающих ситуаций. Эти предположения соотносятся с выводами других исследователей о вкладе социальных установок в формирование психологической безопасности личности (Богомаз, Козлова, 2010). Возможно также, что в описанном факте проявляется значительно больший акцент на проблемах безопасности, который родители и другие взрослые делают в процессе воспитания девушек, в сравнении с юношами, что, согласно полученным в нашем исследовании результатам, может наносить некоторый ущерб жизнеспособности последних.

Важно отметить, что вклад воспринимаемой безопасности в жизнеспособность молодых людей опосредован их социальным опытом. Это было наглядно продемонстрировано в исследовании, в рамках которого был осуществлен сравнительный анализ оценок безопасности социальной среды мегаполиса студентами, обучающимися в вузах Санкт-Петербурга ( $n = 149$ , 65,4% женщин, возраст 17–18 лет), 65 из которых являются образовательными мигрантами, 84 — уроженцами мегаполиса; были выявлены также взаимосвязи этих оценок с показателями жизнеспособности (Горьковая, Микляева, 2020в). В выборку образовательных мигрантов вошли жители средних и малых городов России, переехавшие в Санкт-Петербург после поступления в вуз. На момент участия в исследовании они проживали в Санкт-



Петербурге не менее трех месяцев, т. е. уже преодолели острую фазу адаптации к новым условиям жизни.

Согласно полученным результатам, уровень субъективной безопасности социальной среды в оценках студентов-петербуржцев и образовательных мигрантов, полученных с помощью шкалы «Воспринимаемое соседство», не различается и составляет соответственно  $28,06 \pm 3,57$  и  $28,84 \pm 3,42$  баллов при максимальной оценке 40 баллов. Обе группы студентов дали самые низкие оценки такому компоненту социальной среды, как уровень наркотизации, отмечая распространенность употребления и продажи наркотических веществ в районе проживания, и наиболее высокие оценки — безопасности межэтнических отношений в районе проживания и его благоустроенности. Суммарная оценка безопасности среды студентов-петербуржцев складывается преимущественно из более высоких оценок безопасности инфраструктурных компонентов городской среды, тогда как студенты-образовательные мигранты в большей степени ориентируются на характер социальных контактов, оценивая их достоверно более высоко, в частности, по параметру дружелюбия окружающих людей (при максимальной оценке в 4 балла средняя оценка составляет 3,29 в выборке студентов-образовательных мигрантов и 3,04 в выборке студентов-петербуржцев,  $U = 2100$ ,  $p = 0,04$ ). При этом девушки в обеих группах достоверно ниже оценивают уровень безопасности социальной среды, в сравнении с юношами ( $U = 1929$ ,  $p = 0,01$ ).

Анализ уровневых характеристик жизнеспособности показал, что суммарная мера жизнеспособности, а также оценки такого ее компонента, как контекстуальная жизнеспособность, достоверно различаются у двух исследуемых групп. Студенты-петербуржцы демонстрируют достоверно более низкие оценки, чем студенты, приехавшие в Санкт-Петербург на обучение из других городов: суммарный показатель жизнеспособности ( $\max = 140$ ) составил  $111,52 \pm 16,48$  и  $117,07 \pm 16,87$  в выборках петербуржцев и уроженцев других городов соответственно ( $U = 2700$ ,  $p = 0,01$ ), показатель контекстуальной жизнеспособности ( $\max = 70$ ) —  $51,70 \pm 8,34$  и  $55,29 \pm 8,28$  и ( $U = 2740$ ,  $p = 0,01$ ). Показатели индивидуальной и семейной жизнеспособности петербуржцев также уступают аналогичным показателям, полученным в выборке студентов-образовательных мигрантов, однако эти различия не являются статистически значимыми и фиксируются на уровне тенденции. Этот факт можно интерпретировать как более высокие показатели жизнеспособности молодых людей, принявших решение

о получении образования в другом городе, в сравнении с теми, которые остались учиться в привычной городской среде.

Корреляционный анализ показал, что в выборке студентов-петербуржцев фиксируется отрицательная корреляционная связь между показателями воспринимаемой безопасности социальной среды, с одной стороны, и жизнеспособности и ее отдельных компонентов — с другой ( $-0,38 < r_s < -0,21$ ,  $p \leq 0,05$ ) и опосредованная положительная взаимосвязь между показателями воспринимаемой безопасности социальной среды и родительской поддержки (через отдельные показатели воспринимаемой безопасности социальной среды,  $0,26 < r_s < 0,29$ ,  $p \leq 0,05$ ). В выборке студентов-образовательных мигрантов значимых взаимосвязей между показателями воспринимаемой безопасности социальной среды и жизнеспособности выявлено не было, зато обнаружилась опосредованная отрицательная взаимосвязь между показателем воспринимаемой безопасности социальной среды и объемом воспринимаемой родительской поддержки (через отдельные показатели воспринимаемой безопасности социальной среды,  $-0,31 < r_s < -0,28$ ,  $p \leq 0,05$ ), а также положительная взаимосвязь с наличием «ресурсных» мест в городе, которые студенты отмечали в ходе анкетирования ( $r_s = 0,29$ ,  $p = 0,05$ ). На основе этих результатов можно предполагать, что переживание субъективной безопасности социальной среды мегаполиса в обеих группах респондентов поддерживается с помощью разных психологических механизмов, обеспечивается сохранением элементов инфантильной жизненной позиции у студентов-петербуржцев и, напротив, активным самостоятельным освоением новой социальной среды в условиях сокращения родительской поддержки у студентов-образовательных мигрантов.

Содержание конструктора «безопасность городской среды» в сознании молодежи включает в себя преимущественно угрозы, связанные с возможностью виктимизации со стороны людей, не входящих в ближайшее социальное окружение. Субъективная оценка безопасности городской среды является значимым предиктором жизнеспособности юношей и девушек, прежде всего индивидуальной и семейной. При этом в случае юношей наибольшее значение имеют оценки, основанные на реальном опыте переживания угрожающих событий, тогда как жизнеспособность девушек определяется прежде всего субъективными оценками городского пространства по шкале «опасное—безопасное», которые не обязательно подкреплены реальным опытом переживания угрозы.

В исследовании не было обнаружено различий в уровне воспринимаемой безопасности социальной среды мегаполиса между студентами — образовательными мигрантами и студентами — коренными петербуржцами. Вместе с тем было установлено, что субъективное восприятие социальной среды как безопасной имеет разные личностные корреляты и в большей степени типично для коренных жителей мегаполиса, сохраняющих элементы инфантильной жизненной позиции и ориентированных на поддержку родителей, тогда как для студентов-образовательных мигрантов на первый план выходит собственная активность в освоении нового социального пространства.

Важно отметить, что сформулированные нами выводы получены на материале выборок, состоящих преимущественно из молодых людей, имеющих опыт переживания повседневных угроз незначительной или умеренной интенсивности, но не событий, которые по силе воздействия можно было бы назвать экстраординарными, поэтому сделанные нами выводы не могут быть экстраполированы на анализ жизнеспособности молодых людей, столкнувшихся с высокозначимыми событиями, угрожавшими их жизни и благополучию. В то же время именно выводы, полученные на материале анализа повседневных угроз, переживание которых широко представлено в опыте молодых людей, могут использоваться для разработки программ содействия укреплению жизнеспособности молодежи, в которых необходимо фокусировать внимание не только на создании условий для проработки травмирующего опыта, но и на содержании установок в отношении безопасности городского пространства, а также программ, направленных на формирование навыков безопасного поведения в городской среде.

### **5.3. Жизнеспособность молодежи в контексте гендерных различий**

Исследования связи между жизнеспособностью молодежи и полом показали гендерно детерминированные модели адаптации к стрессу, которые имеют культурные и контекстуальные основания (Jefferis, Theron, 2018; LoVette et al., 2022). Жизнеспособность также коррелирует с показателями гендера, а это означает, что биологические механизмы выживания могут влиять на защитные процессы, связанные с полом (Rosenfield, Mouzon, 2013). Пол определяется как биологический конструкт, отражающий анатомию, физиологию, гены и гормоны, которые создают различную восприимчивость

к стрессорам и биологически детерминированные психологические и поведенческие модели их преодоления. Гендер, однако, является многомерной социальной конструкцией, которая согласовывается посредством конкурирующих социальных дискурсов. Эти дискурсы определяют нормальное/ожидаемое поведение для каждого пола (Deutsch, 2016).

Широко обсуждаемая в литературе гендерная специфичность профессионального поведения людей, следовательно, предполагает учет гендерных факторов при анализе вклада трудоустроенности в жизнеспособность молодежи. «На этапе профессионального самоопределения в возрасте 20–27 лет женщины чаще, чем мужчины, имеют семью, детей, что объективно усложняет процесс профессионального становления. Этим обусловлен значимо больший рабочий стаж у мужчин, более высокий доход, большее соответствие их работы получаемой специальности. При этом у современных молодых людей число друзей (или тех, кого они считают друзьями) значимо выше, чем у девушек, что может быть связано как с повышенным числом социальных контактов в городах, так и с чертами инфантильности, фиксируемой психологами у молодежи в последнее время все чаще. Таким образом, группы молодых мужчин и женщин на этапе профессионального определения статистически различны по многим социально-экономическим показателям» (Сергиенко, Эйдельман, 2017, с. 113).

Эмпирические данные, представленные в предыдущих параграфах, указывают на различие в характеристиках жизнеспособности юношей и девушек, становление личности которых происходит в различных социальных контекстах. Это обусловило необходимость оценки различий в жизнеспособности юношей и девушек и поиска определяющих их факторов.

В рамках нашего эмпирического исследования, направленного на выявление различий во взаимосвязях жизнеспособности и психопатологической симптоматики у юношей и девушек из регионов с разными экологическими условиями жизни, проверялись две гипотезы:

1. Структура взаимосвязей между показателями жизнеспособности и ее компонентов и показателями психопатологической симптоматики будет различаться в подгруппах с разными экологическими условиями проживания.
2. Компоненты жизнеспособности как предикторы снижения развития психопатологии будут различными у юношей и девушек.

При изучении различий между выборками юношей и девушек по показателям жизнеспособности и ее компонентов и показателям психопатологической симптоматики ( $n = 527$ , 66,4% женщин, средний возраст  $18,49 \pm 1,87$  года) было проведено сравнение средних и стандартных отклонений ( $M \pm SD$ ) по Т-критерию Стьюдента для независимых выборок. Результаты представлены в таблице 17.

**Таблица 17**

Результаты сравнения средних показателей по Т-критерию Стьюдента для двух независимых выборок

Показатели	Выборка	n	M	SD	Т-критерий
ПТСР	Девушки	350	30,58	11,03	5,138**
	Юноши	177	25,08	12,627	
ТРСоb	Девушки	350	2,55	2,599	3,054**
	Юноши	177	1,82	2,479	
Д	Девушки	350	10,33	9,519	1,948*
	Юноши	177	8,45	11,377	

Обозначения: \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\* –  $p \leq 0,001$ ; ПТСР – шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции»; ТРСоb – «Общий показатель травматических симптомов»; Д – Опросник депрессии Бека – II. Приведены данные только по шкалам со статистически достоверными различиями.

Полученные нами данные подтверждаются в целом ряде исследований (Куфтяк, 2017; Климов и др., 2020; Хохлов, Яремченко, 2021; и др.). Показано, что депрессия чаще встречается у девочек; эти различия становятся более очевидными в подростковом возрасте, когда уровень депрессии у девочек почти в два раза выше, чем у мальчиков. Модели уязвимости и стресса помогают объяснить эти различия, при этом склонность к размышлениям о смысле жизни, чаще встречающаяся у девочек, может влиять как на развитие, так и на длительность депрессивных симптомов (Dyer, Wade, 2012). В другом исследовании выявлено, что половые различия в функции автономной нервной системы (АНС), проявляясь в подростковом возрасте, показывают адаптивность системы или отражают лежащую в ее основе специфическую для пола уязвимость к развитию психопатологии, различных проявлений нездоровья (de Zambotti et al., 2018). По данным Р. О. Будкевич и Е. В. Будкевич, «половые различия выс-

шей нервной деятельности девушек в сравнении с юношами отличаются большим уровнем нейротизма и тревожности, что сопровождается, по данным самооценки, снижением устойчивости в ситуации стресса и нарушениями сна (качества сна, гигиены сна, дневной сонливостью). Данные изменения сопровождаются у девушек нарушением суточной динамики кортизола слюны и снижением антиоксидантного статуса слюны. Выявленные физиологические особенности девушек могут рассматриваться в связи с циклической вариабельностью реакций женского организма с более лабильной циркадианной системой. Вероятно, социальные стресс-факторы в условиях специфики образа жизни студентов оказывают большее негативное влияние у девушек в сравнении с юношами, что оказывает влияние на нарушение здоровья женщин» (Будкевич, Будкевич, 2019, с. 117).

Для изучения различий между теми же показателями у юношей и девушек из регионов с разными экологическими условиями жизни общая выборка респондентов была разделена на две группы по экологическим условиям проживания. В группу 1 были включены респонденты из экологически благополучных районов проживания: г. Санкт-Петербург и г. Выборг ( $n = 290$ , из них 185 девушек и 105 юношей). В группу 2 вошли респонденты, проживающие в экологически неблагополучных районах: г. Кириши, г. Чита и г. Череповец ( $n = 237$ , из них 165 девушек и 72 юноши). Затем было проведено сравнительное исследование средних показателей по Т-критерию Стьюдента между выборками девушек (группа 1,  $n = 185$ ) и юношей (группа 2,  $n = 105$ ) из экологически благополучных городов и между выборками девушек (группа 3,  $n = 165$ ) и юношей (группа 4,  $n = 72$ ) из экологически неблагополучных городов. Результаты представлены в таблице 18.

Для изучения различий между жизнеспособностью, ее компонентами и психопатологической симптоматикой у юношей и девушек из регионов с разными экологическими условиями проживания нами было проведено сравнительное исследование средних показателей по Т-критерию Стьюдента для выборок девушек из экологически благополучных (группа 1,  $n = 185$ ) и неблагополучных (группа 2,  $n = 165$ ) городов и для двух выборок юношей из экологически благополучных (группа 3,  $n = 102$ ) и экологически неблагополучных (группа 4,  $n = 70$ ) городов. Результаты представлены в таблице 19.

Согласно представленным результатам, при сравнении двух женских выборок были получены значимые различия по показателю

Таблица 18

Сравнительный анализ показателей ПТСР и нарушений, связанных с травматическими симптомами, у юношей и девушек из экологически благополучных и неблагополучных городов

Показатели	Выборка	N	M	SD	T-критерий
Жители экологически благополучных городов					
ПТСР	Девушки	185	32,03	10,513	5,115**
	Юноши	105	24,30	13,301	
ТС	Девушки	185	2,61	2,723	2,39**
	Юноши	105	1,82	2,638	
Жители экологически неблагополучных городов					
ТС	Девушки	165	2,48	2,458	1,976*
	Юноши	72	1,83	2,245	

Обозначения: \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\* –  $p \leq 0,001$ ; ПТСР – шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции»; ТС – шкала «Нарушения, связанные с травматическими симптомами».

ПТСР: он выше в выборке из экологически благополучных городов. Более выраженное снижение жизнеспособности в ситуации стресса у девушек и большее негативное влияние на них небезопасной социальной среды объясняют также и полученные нами значимые различия между выборками юношей и девушек из экологически благополучных городов по показателю ПТСР и общим показателем шкалы «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»: по показателю ПТСР не были получены значимые различия, но по общему показателю шкалы «Нарушения, связанные с травматическими симптомами» девушки показали достоверно более высокие результаты.

Интересным представляется тот факт, что при сравнении женской выборки из экологически благополучных и неблагополучных городов не были получены значимые различия по показателям жизнеспособности. В то же время у юношей из экологически неблагополучных городов достоверно ниже показатели индивидуальной, семейной и общей жизнеспособности, чем у юношей, проживающих в экологически благополучных городах. При этом нет значимых различий в показателях жизнеспособности между юношами и девушками на примере всей выборки, что согласуется с данными, полученными Н. М. Сараевой и А. И. Лактионовой (Лактионова, 2021, 2022;

Таблица 19

Сравнительный анализ показателей ПТСР и жизнеспособности у юношей и девушек из экологически благополучных и неблагополучных городов

Показатели	Выборка	N	M	SD	T-критерий
Девушки					
ПТСР	Из экологически благополучных городов	185	32,03	10,513	2,636**
	Из экологически неблагополучных городов	165	28,95	11,395	
Юноши					
Жи	Из экологически благополучных городов	102	30,01	5,242	2,744**
	Из экологически неблагополучных городов	70	27,74	5,439	
Жс	Из экологически благополучных городов	102	29,40	6,058	2,00*
	Из экологически неблагополучных городов	70	27,57	5,651	
Жо	Из экологически благополучных городов	102	109,23	20,033	1,956*
	Из экологически неблагополучных городов	70	103,37	18,125	

Обозначения: \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\* –  $p \leq 0,001$ ; ПТСР – шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции»; Жи – «Жизнеспособность индивидуальная», Жс – «Жизнеспособность семейная», Жо – «Жизнеспособность общая» (опросник CYRM-28).

Сараева, 2017б). По данным Ф. И. Ингель с соавт., «химические загрязнения, также как и другие виды неблагоприятных воздействий, действительно связаны с развитием состояния неадаптивного стресса у человека» (Ингель, 2005, с. 43; Ингель и др., 2017). Снижение индивидуальных ресурсов жизнеспособности приводит к повышенной потребности в ее внешних ресурсах. Так, согласно исследованиям, «низкая субъективная оценка физической и психологической поддержки своей семьи и друзей и неудовлетворенность домом/семьей и друзьями отмечается в группе респондентов с низкой жизнеспособностью» (Махнач и др., 2022, с. 112). Но, согласно представленным выше эмпирическим данным, это справедливо только по отношению к юношам. Может быть, данный факт можно объяснить с точ-



ки зрения эволюционной теории пола В.А. Геодакяна, согласно которой «мужской пол является оперативной подсистемой популяции (отбор новых признаков), а женский пол — консервативной подсистемой (сохранение старых признаков)» (Хохлов, Яремченко, 2021, с. 86). По мнению В.А. Геодакяна, «нет принципиальной разницы в эволюции морфофизиологических и психологических или поведенческих признаков. Широкая норма реакции женского пола обеспечивает ему более высокую, чем у мужского пола, пластичность (адаптивность) в онтогенезе. Это относится и к психологическим признакам. Отбор в зонах дискомфорта у мужского и женского пола идет в разных направлениях: благодаря широкой норме реакции женский пол может „выбраться“ из этих зон за счет воспитуемости, обучаемости, конформности, т.е. в общем — адаптивности. Для мужского пола такой путь закрыт из-за узкой нормы реакции; только находчивость, сообразительность, изобретательность могут обеспечить ему выживание в дискомфортных условиях. Иными словами, женщины приспосабливаются к ситуации, мужчины выходят из нее, найдя новое решение, дискомфорт стимулирует поиск» (Геодакян, 1991, с. 68). Здесь следует отметить, что жизнеспособность не является постоянной величиной и может изменяться в течение жизни человека. Известно, что молодые люди из экологически неблагоприятных мест проживания ищут новые решения, поиск которых стимулирован их дискомфортом: студенты с низкой жизнеспособностью имеют более высокие миграционные намерения (Махнач и др., 2022).

Далее нами были проанализированы различия во взаимосвязях между показателями исследуемых переменных. Проверка гипотезы о влиянии пола и экологических условий жизни на различия в структуре взаимосвязей между показателями жизнеспособности и ее компонентов и показателями психопатологической симптоматики осуществлялась на основе корреляционного анализа для четырех групп респондентов. Результаты представлены в таблице 20.

По результатам корреляционного анализа, наиболее значимыми нам представляются различия, полученные при сравнении между юношами, проживающими в экологически благополучных и неблагоприятных городах. У юношей из регионов с благополучной экологией наблюдаются значимые отрицательные взаимосвязи между всеми показателями жизнеспособности и показателями депрессии, в то время как у юношей из городов с неблагоприятной экологией нет взаимосвязей между показателем семейной жизнеспособности и де-

**Таблица 20**

Результаты корреляционного анализа показателей по группам у юношей и девушек из экологически благополучных и неблагополучных городов

Показатели	ТРСоб	ПТСР	Д	Жи	Жс	Жк	Жо
<i>Девушки из экологически благополучных городов (n = 185)</i>							
ТРСоб	1,00	0,647	0,455	−0,184	−0,276		−0,211
ПТСР		1,00	0,521	−0,241	−0,225	−0,149	−0,225
Д			1,00	−0,358	−0,311	−0,301	−0,356
<i>Девушки из экологически неблагополучных городов (n = 165)</i>							
ТРСоб	1,00	0,597	0,35		−0,249		−0,171
ПТСР		1,00	0,499	−0,165	−0,273	−0,211	−0,224
Д			1,00	−0,314	−0,36	−0,384	−0,394
<i>Юноши из экологически благополучных городов (n = 105)</i>							
ТРСоб	1,00	0,651	0,358	−0,287	−0,237	−0,278	−0,297
ПТСР		1,00	0,442	−0,284	−0,224	−0,278	−0,287
Д			1,00	−0,535	−0,574	−0,502	−0,587
<i>Юноши из экологически неблагополучных городов (n = 72)</i>							
ТРСоб	1,00	0,522	0,45	−0,271	−0,25	−0,249	−0,289
ПТСР		1,00	0,399				
Д			1,00	−0,401		−0,262	−0,317

*Обозначения:* приведены данные только по шкалам со статистически достоверными различиями; ТРСоб – Общий показатель шкалы «Нарушения, связанные с травматическими симптомами»; ПТСР – шкала «Индекс детской посттравматической стрессовой реакции»; Д – Опросник депрессии Бека – II; Жи – «Жизнеспособность индивидуальная», Жс – «Жизнеспособность семейная», Жк – «Жизнеспособность контекстуальная», Жо – «Жизнеспособность общая» (опросник CYRM-28).

прессией и в целом эти корреляционные связи у них более слабые. Объяснить данный факт можно в первую очередь тем, что, как было указано выше, все показатели жизнеспособности в юношеской группе из городов с неблагополучной экологией значимо менее выражены, чем у их сверстников из экологически благополучных регионов.

Таким образом, можно говорить о дефиците ресурсов жизнеспособности у юношей, проживающих в экологически неблагополучных городах, и, соответственно, прийти к выводу о том, что неблагополучная экология ослабляет жизнеспособность юношей. Отсутствие же корреляционных связей между показателями депрессии и семейной жизнеспособности указывает на то, что при субъективно низкой оценке физической и психологической поддержки своей семьи она не является для этих молодых людей ресурсом в случае ситуации стресса. Мы только констатируем этот факт, для его объяснения требуются дополнительные исследования. Также мы можем предположить, что у молодых людей, проживающих в мегаполисе (г. Санкт-Петербург и близкий к нему г. Выборг), имеются более широкие возможности выбора дальнейшего профессионального пути и большая поддержка семьи в этом плане, что особенно актуально для изучаемой нами возрастной группы.

Также отметим, что у группы юношей из экологически благополучных городов наблюдаются отрицательные корреляционные связи между всеми показателями жизнеспособности и показателем ПТСР, то время как у их сверстников из экологически неблагополучных мест проживания таких связей нет. Данный факт также можно объяснить недостаточностью ресурсов жизнеспособности у этой выборки. Но важно при этом отметить, что между этими двумя группами нет различий в уровне выраженности симптомов депрессии или ПТСР, как было показано выше. Структура корреляционных связей у девушек, проживающих в разных экологических условиях, сходна.

Характер взаимного влияния рассматриваемых переменных анализировался нами на основе множественного регрессионного анализа показателей для двух групп – девушек и юношей из числа респондентов общей выборки. Этот вид анализа позволил выявить наиболее значимые компоненты жизнеспособности, влияющие на депрессивную симптоматику.

Показатель «Депрессия» был нами взят в качестве критерия (зависимой переменной), а все показатели жизнеспособности рассматривались в качестве предикторов (независимых переменных).

Для девушек ( $n = 350$ ) было получено следующее уравнение множественной регрессии:

$$\text{Депрессия} = 40,445 + 0,37 (\text{Жк}) - 0,776 (\text{Жо}).$$

Для юношей ( $n = 177$ ) уравнение множественной регрессии выглядит следующим образом:

$$\text{Депрессия} = 39,837 - 0,504(\text{Жо}).$$

Были вычислены значения коэффициента  $R^2$ , характеризующего долю дисперсии показателя «Депрессия», обусловленную влиянием жизнеспособности и ее компонентов.

У девушек 20,9% переменной «Депрессия» объясняется влиянием переменных «Жизнеспособность контекстуальная» и «Жизнеспособность общая», а у юношей 25,4% переменной «Депрессия» объясняется влиянием переменной «Жизнеспособность общая».

Проведенный нами множественный регрессионный анализ еще раз подтвердил гипотезу о том, что жизнеспособность является предиктором снижения развития депрессивной психопатологии у молодых людей (Махнач и др., 2021). При этом предиктором снижения депрессивной симптоматики у девушек является общая жизнеспособность, и основной вклад в нее вносит жизнеспособность контекстуальная. Это говорит о том, что для девушек наиболее важным ресурсом является внешняя поддержка, получаемая из социума. Так, Е. В. Куфтяк отмечает, что «у девушек обращение к внешним видам поддержки с возрастом усиливается за счет расширения представлений о стратегиях поведения» (Куфтяк, 2018, с. 129) и это согласуется с данными о том, что «женский пол может „выбратся“ из зон дискомфорта за счет воспитуемости, обучаемости, конформности» (Геодакян, 1991, с. 68), что и является значимым ресурсом его адаптивности.

Предиктором снижения депрессивной психопатологии у юношей является общая жизнеспособность без выделения основного вклада какого-то из ее компонентов. Это может говорить как о том, что для них необходим вклад всех составляющих ресурсов жизнеспособности одновременно, так и о том, что все они (индивидуальные, семейные, контекстуальные ресурсы) могут использоваться в дискомфортных стрессовых ситуациях в равной мере. На наш взгляд, данный факт также может объяснить их большую эмоциональную устойчивость. Различия будут состоять в умении использовать свои ресурсы, как внутренние, так и внешние: чем больше юноши будут способны гибко опираться на них с учетом обстоятельств, тем выше будет влияние их общей жизнеспособности как отрицательного предиктора развития психопатологии.

В целом, интегративная природа феномена жизнеспособности позволяет интерпретировать различия между выборками мужчин и женщин с опорой на различные подходы к трактовке природы их детерминант, как это было показано выше. Вместе с тем в контексте данной главы, посвященной социокультурным факторам жизнеспособности, представляется целесообразным акцентировать внимание на трактовке данных различий с позиций гендерного подхода, в котором подчеркивается их социальная обусловленность.

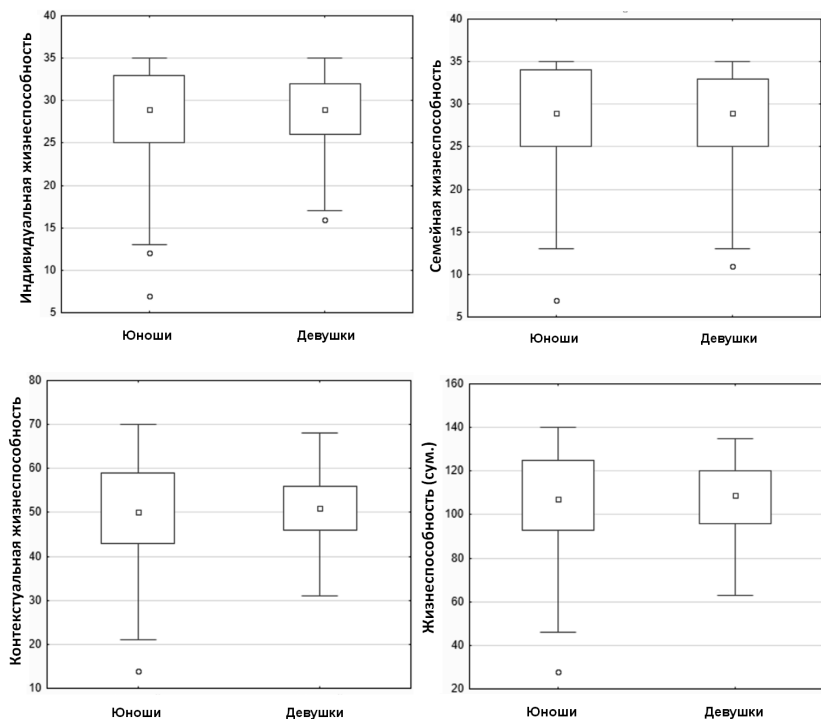
Целесообразность применения гендерного подхода для анализа детерминант жизнеспособности может быть проиллюстрирована результатами проведенного нами исследования, целью которого стала оценка уровня жизнеспособности юношей и девушек, совмещающих обучение с работой, приносящей им доход. На основании имеющихся в литературе данных о гендерных различиях в нормативных траекториях взросления (Микляева, 2018), которые обусловлены нормативным содержанием гендерных ролей и находят отражение в различиях мотивов и ценностей совмещения учебы и работы в студенческом возрасте (Матюшина и др., 2021; Осипова, Бугаев, 2016), была сформулирована гипотеза о том, что совмещение учебы с работой, приносящей доход, является значимым фактором укрепления жизнеспособности юношей, однако не оказывает существенного влияния на жизнеспособность девушек.

Проверка этой гипотезы осуществлялась на материале анализа жизнеспособности студентов учреждений высшего и среднего профессионального образования Санкт-Петербурга, Ленинградской области, Смоленска и Череповца ( $n = 311$ , 58,5% женщин, средний возраст  $18,80 \pm 1,78$  лет), 53 респондента из числа которых сообщили о том, что на момент участия в исследовании они трудоустроены и имеют доход, полностью или частично покрывающий их финансовые потребности, 59 находились в процессе поиска работы, остальные не работали и не имели планов, связанных с трудоустройством (Горьковая, Микляева, 2021б).

Анализ показателей жизнеспособности, полученных на совокупной выборке, продемонстрировал, что среди респондентов преобладают молодые люди со средним (81,7%) и высоким (9,9%) уровнями жизнеспособности, тогда как респонденты с низким уровнем жизнеспособности составляют только 8,8% от общего числа опрошенных. Средние значения составили  $28,28 \pm 4,92$  балла для субшкалы индивидуальной жизнеспособности,  $27,93 \pm 6,12$  баллов для суб-

шкалы семейной жизнеспособности,  $50,61 \pm 9,32$  баллов для субшкалы контекстуальной жизнеспособности и  $106,82 \pm 18,76$  баллов для суммарного показателя жизнеспособности.

Сравнение показателей жизнеспособности в подгруппах, выделенных по основанию «пол», осуществленное на первом этапе анализа данных, позволило констатировать отсутствие достоверных различий между выборками юношей и девушек, принявших участие в исследовании, как по суммарному показателю жизнеспособности, так и по ее отдельным компонентам. Данные, представленные на рисунке 7, наглядно показывают, что средние значения всех показателей жизнеспособности в выборках юношей и девушек практически не отличаются друг от друга, и имеющиеся незначительные различия не являются статистически достоверными: согласно результатам



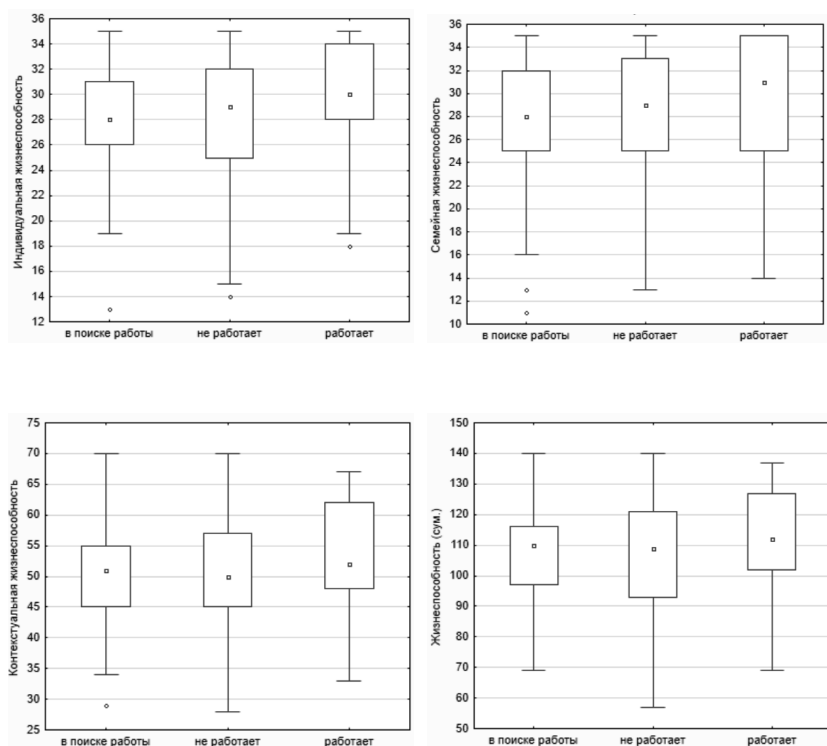
**Рис. 7.** Диаграммы размаха для показателей жизнеспособности и ее отдельных компонентов в выборках юношей и девушек

дисперсионного анализа,  $F=0,25$  при  $p=0,62$  для показателя индивидуальной жизнеспособности,  $F=1,21$  при  $p=0,27$  для показателя семейной жизнеспособности,  $F=0,41$  при  $p=0,52$  для показателя контекстуальной жизнеспособности и  $F=0,67$  при  $p=0,41$  для суммарного показателя жизнеспособности.

Отметим, что полученные в исследовании результаты отличаются от данных, представленных другими исследователями, как российскими, так и зарубежными (Сорокина, 2020; Erdogan et al., 2015; Hirani et al., 2016), согласно которым уровень жизнеспособности в мужских выборках, как правило, несколько выше, чем в женских, что, на наш взгляд, свидетельствует о неоднородности выборки респондентов, принявших участие в исследовании, и, в частности, о влиянии дополнительных факторов (например, уровня образования), которые определяют жизнеспособность юношей и девушек совместно с фактором пола.

Сравнение показателей жизнеспособности в подгруппах, выделенных по основанию «вовлеченность в трудовую деятельность», которое было произведено на втором этапе анализа эмпирических данных, не позволило обнаружить статистически значимых различий между выборками работающих и не работающих респондентов, а также респондентов, находящихся на момент участия в исследовании в процессе поиска работы. Несмотря на то, что данные, представленные на рисунке 8, указывают на несколько более высокие показатели жизнеспособности и ее отдельных компонентов в подгруппе респондентов, вовлеченных в трудовую деятельность, данные различия фиксируются только на уровне тенденции и не достигают статистически достоверных значений: для суммарного показателя жизнеспособности  $F=2,67$  при  $p=0,07$ ; для индивидуальной жизнеспособности  $F=2,79$  при  $p=0,07$ ; для семейной жизнеспособности  $F=2,35$  при  $p=0,09$ ; для контекстуальной жизнеспособности  $F=1,95$  при  $p=0,15$ .

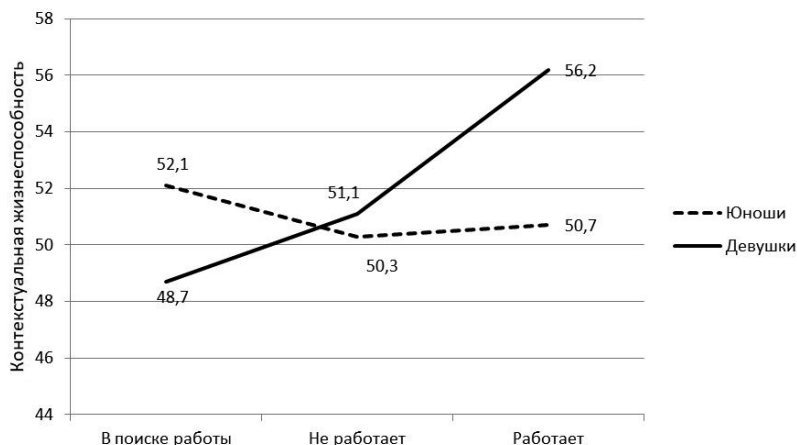
Таким образом, не нашел подтверждения отмеченный в исследованиях других авторов (Ferguson et al., 2018; Martinez et al., 2012; Rojewski et al., 2014) вклад фактора вовлеченности в самостоятельную трудовую деятельность, приносящую доход, в жизнеспособность студенческой молодежи. Было сделано предположение, что получившийся результат может быть отражением различий в направлении влияния данного фактора в подгруппах юношей и девушек. Для проверки данной гипотезы на третьем этапе обработки эмпирических



**Рис. 8.** Диаграммы размаха для показателей жизнеспособности и ее отдельных компонентов в выборках респондентов, выделенных по параметру их вовлеченности в трудовую деятельность

данных был проведен двухфакторный дисперсионный анализ, который позволил получить статистическое подтверждение данному предположению. Было установлено, что жизнеспособность девушек не определяется степенью их вовлеченности в трудовую деятельность, тогда как в выборке юношей, напротив, более высокие показатели контекстуальной жизнеспособности свойственны тем респондентам, которые совмещают учебу с работой и имеют самостоятельный доход (см. рисунок 9;  $F = 2,91$  при  $p = 0,05$ ). Для суммарного показателя жизнеспособности наблюдается аналогичная тенденция, которая, однако, не достигает уровня статистической достоверности ( $F = 2,70$  при  $p = 0,06$ ). Показатели индивидуальной и семейной жиз-





**Рис. 9.** Показатели контекстуальной жизнеспособности юношей и девушек с разной степенью вовлеченности в трудовую деятельность: результаты двухфакторного дисперсионного анализа ( $F(2, 27) = 2,91$  при  $p = 0,05$ )

неспособности аналогичной тенденции не демонстрируют ( $F = 1,51$  при  $p = 0,22$  и  $F = 2,08$  при  $p = 0,13$ , соответственно).

Учитывая, что контекстуальная жизнеспособность характеризует социальные и культурные характеристики среды, в которой разворачивается активность субъекта, можно отметить, что результаты дисперсионного анализа указывают на тесную опосредованность связей между жизнеспособностью молодых людей и их трудоустраиваемостью, системой социальных ожиданий в отношении нормативных траекторий мужского и женского взросления. Для мужских траекторий взросления работа, приносящая доход, воспринимается как неотъемлемый признак успешного освоения социальной роли взрослого человека, тогда как для женских траекторий данный признак не является обязательным (Микляева, 2014, 2018). Этот результат свидетельствует в поддержку идей о необходимости учета гендерной специфичности социальных ожиданий в отношении позитивной адаптации мужчин и женщин для уточнения содержания конструкта «жизнеспособность» (Hirani et al., 2021).

Обобщая полученные в исследовании результаты, отметим, что выявленные различия между выборками свидетельствуют о необходимости дифференцированного подхода к психолого-педаго-

гическому сопровождению взросления юношей и девушек в период получения ими среднего или высшего профессионального образования, учитывающего, в частности, гендерно-специфичные ресурсы и риски совмещения учебы и работы, приносящей доход. Перспективным представляется дальнейшее изучение гендерно-опосредованных факторов становления жизнеспособности российской молодежи.

\*\*\*

Эмпирические данные, представленные в этой главе, убедительно свидетельствуют о значимости вклада социокультурных и социально-экономических переменных в жизнеспособность молодежи. Так, описана социальная и культурная обусловленность ресурсов, являющихся ведущими в структуре жизнеспособности молодых людей, а также показан защитный вклад благоприятных социально-экономических условий жизни в жизнеспособность молодежи, проживающей в экологически неблагополучных районах. Реализованный в исследовании подход к анализу жизнеспособности, фиксирующий показатели главным образом на высшем, социальном уровне ее структуры, позволил получить эмпирические данные, доказывающие, что при условии преобладания факторов защиты над факторами риска в разных системах жизнедеятельности человека (включающих внутренние ресурсы личности, семью, социальное окружение) эти системы даже в осложненных условиях жизненной среды способны в известной мере компенсировать негативные последствия неблагоприятного средового влияния и обеспечить достаточный уровень жизнеспособности.

Важным результатом исследования является эмпирически обоснованный вывод о том, что влияние социокультурных и социально-экономических факторов на жизнеспособность молодежи носит системный характер, проявляющийся в их взаимодействии друг с другом, эффекты которого опосредуют влияние каждого из них, взятого в отдельности. Этот вывод наглядно проиллюстрирован полученными нами данными о взаимосвязи жизнеспособности молодежи с социальными характеристиками ее вовлеченности в различные формы социального взаимодействия (в частности, параметрами безопасности городской среды и включенности в трудовые отношения). Актуальным направлением дальнейших исследований жизнеспособности молодежи является изучение взаимодействия широкого спектра факторов, вносящих вклад в ее жизнеспособность, которые характе-

---

ризуют мезо- и макросоциальную среду становления личности молодых людей в конкретных социокультурных условиях.

Практическое значение результатов, представленных в данной главе, заключается в обосновании необходимости дифференцированного подхода к разработке программ развития жизнеспособности молодежи, которые должны учитывать социокультурную и социально-экономическую основу целевых групп, определяя типичные для них факторы риска и защиты.

## **ГЛАВА 6**

### **ГРАЖДАНСКАЯ НАУКА В ИЗУЧЕНИИ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ВЫЗОВОВ**

Часть данного исследования была проведена в формате специально разработанной технологии гражданской науки. Эта научная коллаборация представляет собой способ решения совместных задач посредством взаимодействия специалистов разных стран, городов, разных профилей не только друг с другом, но и с широкой «гражданской аудиторией».

Согласно поставленным междисциплинарным задачам, была использована совокупность методов, которые позволили привлечь «гражданских ученых» к исследовательскому процессу: опросник «Исследование жизнеспособности молодежи в условиях стрессовой среды» (RYSE), разработанный в ЮАР и потребовавший перевода и адаптации, фокус-группы, картирование. Также предполагалось выполнение научно-образовательной деятельности, призванной обеспечить комплексное понимание участниками влияния природных экологических факторов на жизнеспособность молодежи.

Исследование осуществлялось в несколько этапов, на каждом из которых молодые люди (студенты и старше школьники) принимали активное участие как «гражданские ученые». Для привлечения молодых людей г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, г. Смоленска, г. Кириши Ленинградской области, г. Череповца Вологодской области, г. Читы, г. Краснокаменска и г. Балея Забайкальского края к исследованию от каждого участника было получено добровольное согласие.

Основной целью первого этапа исследования стала подготовка психодиагностического инструментария. Для перевода и апробации оригинального теста жизнеспособности молодежи, специально разработанного партнерами по исследованию из ЮАР, нами была сформирована выборка из студентов ( $n = 12$ ) со знанием английского языка (на базе РГПУ им. А. И. Герцена). Сначала гражданские участ-

ники проекта были ознакомлены в целом с его содержанием, целями и задачами. Затем совместно с учеными-исполнителями были проведены перевод и адаптация опросника с английского языка на русский (в том числе 9 студентов заполняли опросник трижды: один раз на английском языке и дважды на русском с интервалом в 3–4 недели), осуществлена работа по проверке адекватности перевода и созданию итоговой адекватной русскоязычной версии теста. Студенты не только участвовали в тестировании на английском и русском языках, но также были вовлечены в процесс улучшения адекватности перевода вопросов опросника на русский язык, предлагали свои варианты более точного перевода. Они выступали как наши соисследователи, «гражданские ученые», и возникшие у них вопросы в ходе тестирования стали для нас основанием для доработки и редактирования теста.

На втором этапе исследования для сбора эмпирических данных были задействованы ресурсы социального партнерства. В Забайкальском крае при поддержке Комитета по управлению образованием г. Краснокаменска, Комитета образования администрации Балейского района с помощью практикующих психологов был проведен опрос старших школьников, студентов колледжа, постоянно проживающих на территории кризисного (г. Балей) и чрезвычайного (г. Краснокаменск) экологического неблагополучия. На данном этапе работы были задействованы и оказались очень полезны возможности сетевого общения. В г. Кириши Ленинградской области и в г. Череповце, экологическая ситуация в которых также характеризуется как крайне неблагоприятная, существенное содействие в проведении исследования оказали руководители организаций среднего и высшего образования, благодаря заинтересованности которых удалось не только опросить несколько сотен молодых людей, проживающих в условиях экологического неблагополучия, но и провести несколько фокус-групп, в ходе которых участники (студенты колледжей и вузов) получили возможность сформулировать отношение к экологическим проблемам своего региона, а также отразить собственную гражданскую позицию в отношении возможностей содействия улучшению экологической ситуации. В фокус-группах участвовали также студенты и учащиеся старших классов и колледжей г. Читы, г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Фокус-группы, в которых обсуждались проблемы факторов риска и поддержки жизнеспособности молодежи, можно рассматривать

как вариант деятельности «гражданских ученых», принесшей интересные и полезные для исследования результаты. Предварительно всем добровольным участникам фокус-групп было подробно рассказано о целях проводимого исследования и его значимости. Обсуждались с ними и научные гипотезы для дополнительного мотивирования к исследованию и активному включению в последующие этапы проекта. Участникам пояснили их место и роль соисследователей в разработке общей проблемы.

Все фокус-группы во всех городах проводились по одинаковой схеме<sup>1</sup>.

Обобщенные результаты фокус-групп показали, что читинские студенты в равных долях называют положительные черты молодого поколения (молодые люди занимаются спортом, стремятся к здоровому образу жизни, к «реализации себя», ориентированы на карьеру) и негативные черты (агрессивность, употребление алкоголя, наркотиков, криминализированность, нецензурная речь) (Сараева и др., 2021).

Называются двойственные черты: «молодые люди разные: интеллектуальные, воспитанные, занимаются спортом», но, с другой стороны, «жесткие, озлобились»; «больше хороших»; «нельзя сказать однозначно. Есть хорошие и плохие»; «одни занимаются спортом, другие уходят в алкоголь, вредные привычки, в криминал».

Большая часть студентов уверена в наличии положительных черт у молодого поколения (называют информированность, увлеченность, стремление к деятельности) и считает, что их негативные черты обусловлены окружением или ситуацией (называют грубость, употребление алкоголя, наркотиков).

Студенты испытывают трудности как в большом социуме, так и в семье (называют внутриличностные трудности, по преимуществу связанные с самопознанием, самоопределением). В обществе они страдают от непонимания окружающих людей, от бытовых трудностей, от затруднений, связанных с работой, с жильем, с личными отношениями (называют проблемы в общении со сверстниками и друзьями), подвергаются буллингу. Отмечают, что общество пренебрежительно-снисходительно относится к молодежи. В семье отмечается конфликт поколений: «у родителей другое мышление, они стараются подавить».

1 Список вопросов, используемых при проведении фокус-групп, представлен в Приложении 1, описание групп участников дано в главе 3.

Старшие школьники также испытывают трудности как в большом социуме, так и в семье. Это трудности социализации, обусловленные непониманием со стороны взрослых, оказываемым ими давлением, не всегда адекватными ожиданиями по отношению к ним, большими нагрузками в школе, повышенной требовательностью. В школе трудно ужиться, трудно отстаивать свое мнение. В качестве особой трудности также называется буллинг.

В большей части ответов студентов на вопрос о том, что помогает им и их знакомым сверстникам справляться с трудностями, называлась опора на собственные силы и ресурсы и на друзей. На втором и третьем месте — поддержка социума и семьи, соответственно. Однако и вне дома, и среди семьи, и среди сверстников все студенты отмечали свою ориентированность на взаимодействие.

У старших школьников также прослеживается стремление в большей мере полагаться на себя и друзей; семья поддерживает, но не всегда ей можно рассказать о своих проблемах, а категория «Поддержка социума» упоминалась реже всего.

Обобщая, можно сказать, что при обсуждении проблем жизнеспособности молодежи в фокус-группах участники подчеркивали, что наряду с внутриличностными ресурсами («Работа над собой, своей уверенностью, принятием себя», «Кроме себя самого никто тебе не поможет», «Личностный рост помогает», «Вера в себя, гордость, желание не огорчать родителей, родственников») социальные факторы также определяют и поддерживают их жизнеспособность («Нужно найти свое место в обществе, интересное занятие, друзей», «Можно обращаться в Центры помощи», «Нужно искать поддержку от сторонних людей, близких тебе по духу»). Прежде всего для успешного преодоления жизненных трудностей молодым людям необходима поддержка сверстников, друзей. Им легче порой, чем старшим — родителям, родным, учителям, — рассказать о проблемах, посоветоваться о способах их решения. Нередко молодые люди не сообщают старшим о своих трудностях, чтобы не волновать их («Очень сильно помогают друзья, твой круг общения. Они тебе ближе», «Друзья не бросят, положительный пример перед глазами», «Не дают в себе замкнуться»). Важны для молодых людей и отношения с родителями, с ближайшим семейным окружением. Родные не остаются равнодушными («Переживают больше в три раза, как будто это их проблемы», «Стараются помочь всеми мыслимыми и немыслимыми способами»), в семье «поддерживают, дают инструкцию».

Об экологических проблемах города Читы участники фокус-групп (и студенты, и школьники) знают, и им «проблемы загрязнения городской среды неприятны». Знают они и о негативном влиянии на повседневную жизнь, многие говорят о своем плохом самочувствии. У некоторых с этими проблемами связана миграционная готовность. Однако вопросы влияния экологии на общение с друзьями и на ряд других сфер у некоторых молодых людей остаются за рамками осознания. Они не знают, что сказать об этом.

Участники группы справедливо полагают, что для улучшения экологии необходимо в первую очередь изменить сознание людей через воспитание детей, пропаганду ценностей ответственности за окружающую экологию и т. п. Сами молодые люди признаются, что пока мало делают для улучшения экологии (единичны высказывания об участии в экологических десантах, о внимании к разделению мусора и об избегании использования пластиковых пакетов).

Несмотря на сохраняющиеся осложненные условия существования современного социума, в целом он обеспечивает поддержку молодому поколению. Однако, несомненно и то, что к традиционным возрастным трудностям социализации молодых людей современная социальная ситуация добавляет дополнительные трудности, и у социального окружения не всегда хватает ресурсов для такого же дополнительного внимания к молодым людям.

По окончании всем участникам фокус-групп были вручены сертификаты. Классным руководителям, психологам тех школ, из которых пришли на фокус-группу старшие школьники, были посланы благодарственные письма.

Как видно из списка вопросов для обсуждения в фокус-группах, три из них касались региональных экологических проблем и путей их решения. Одна из фокус-групп состояла из магистрантов (педагогов дополнительного образования Забайкальского детского юношеского центра туризма и краеведения), освоивших в рамках своей подготовки курс по выбору «Образование в целях устойчивого развития», имеющих опыт работы по экологическому просвещению и воспитанию школьников. Все магистранты участвовали в качестве волонтеров в образовательной части проекта.

Сравнительный анализ материалов фокус-групп показал, что существуют различия в экологических представлениях студентов и в степени осознания ими экологических проблем в зависимости от полученных в процессе обучения знаний и опыта практико-ори-



ентированной деятельности в целях устойчивого развития городской среды (Сараева и др., 2021). Фокус-группы с «гражданскими учеными» позволили собрать интересную и полезную информацию по обсуждаемым проблемам жизнеспособности молодежи.

Фокус-группы, проведенные на базе учреждений среднего профессионального и высшего образования г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области, позволили отметить интересную деталь: молодые люди, приехавшие в мегаполис на обучение из других регионов, имеют значительно более сформированные проэкологические установки, в сравнении со своими сверстниками — коренными жителями большого города (Горьковая, Микляева, 2019). Столкновение в ходе обсуждения разных позиций, непосредственно связанных с проблематикой исследовательского проекта, изначально планировавшегося исключительно в формате фокус-группы для сбора данных, в результате обернулось серией мероприятий, проведенных волонтерами Герценовского университета (г. Санкт-Петербург) и направленных на популяризацию экологических инициатив, реализуемых университетом на протяжении последних лет, что способствовало дальнейшему развитию этих инициатив.

Отдельно следует отметить важную роль обратной связи, которая предоставлялась участникам опроса как индивидуально (в соответствии с их частными запросами), так и обобщенно, в виде «группового портрета», отражающего собирательные характеристики членов конкретной учебной группы. Будучи построенной в соответствии с принципами развивающего диалога, обратная связь актуализировала у участников опроса интерес к научной деятельности в целом и к психологическим исследованиям в частности, и способствовала возникновению у них заинтересованности в том, чтобы привлечь к исследованию новых респондентов из числа своих друзей и знакомых. Сформированная таким образом, по принципу «снежного кома», выборка является, на наш взгляд, одной из особенностей вклада гражданской науки в организацию и проведение масштабных исследований с привлечением большого количества респондентов.

В целом же результаты фокус-групп показали, что молодым людям известно об экологическом неблагополучии городов, где они проживают, а также о его негативном влиянии на здоровье, однако субъективно они не ощущают его негативного воздействия на свою жизнеспособность. По-видимому, это говорит о том, что относительно хорошие социально-экономические условия, позитивное

внимание семьи и ближайшего окружения способны формировать и поддерживать жизнеспособность подростков. Давая обратную связь, участники фокус-групп отмечали, что им было интересно в них участвовать, состоявшийся обмен мнениями и дискуссия позволили им узнать много нового и даже способствовали повышению самоуважения.

Еще одним методом, использованным в данном исследовании, стал метод картирования городского пространства, в котором проводят основное время старшеклассники (школа, дом, двор, магазины, места для занятия спортом и др.). «Социальное картирование — это группа методов как пространственно-графического, так и информационно-графического характера, объединенных одним объектом изучения: социальная реальность, особенно в тех своих проявлениях, которые могут быть визуализированы и графически отображены» (Шаповаленко, 2019, с. 8). Социальное картирование построено на методологии качественных исследований и направлено на антропоцентричный анализ территории и сообщества на основе субъективного восприятия ее жителями (Шаповаленко, 2019). Результатом картирования является построение эскизной или масштабной карты (схемы), дающей информацию не только о территории, но и о взглядах создателей карты на ситуацию (благоприятную, безопасную или, напротив, сопряженную с рисками) на изучаемой территории, на понимание ими существующих проблем и др. (см. рисунок 10). Социальные карты обеспечивают «вид снизу» на проблемы территории, что, в свою очередь, позволяет более широко оценивать качество жизни респондентов. В каком-то виде эти социальные карты являются социальными представлениями с возможным выделением «ядра», «периферической» и «буферной» зон социальных представлений. Последние, отраженные количественно на каждой из карт дают картину факторов риска и защиты молодых людей. Анализируя социальные карты согласимся с выводом, который сделала Н. Н. Толстых, изучая социальные представления о школе у современных подростков и их родителей: «Анализ „ядерных зон“ социальных представлений о школе у современных подростков, их родителей и учителей свидетельствует, во-первых, о близости представлений о школе современных подростков и социальных представлений о школе своего детства у взрослых респондентов» (Толстых, 2019, с. 707).

Составление карт с оценками объектов, отражающими степень их безопасности, позволило детально описать инфраструктуру го-

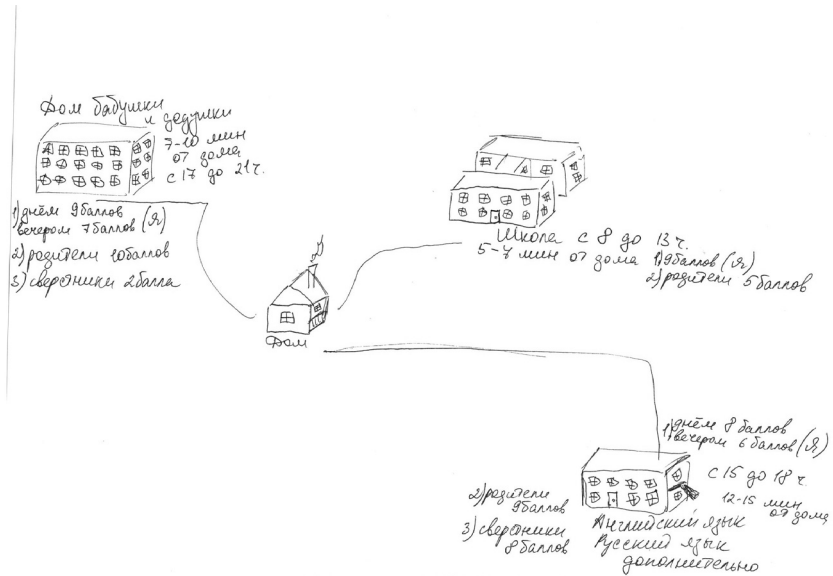


Рис. 10. Пример картирования респондентом С.А. (17 лет)

родской среды с позиций ее безопасности/опасности. Подобная методика является весьма трудозатратной, и потому работа «гражданских ученых» здесь крайне востребована.

Были составлены 32 карты, отражающие представления старших школьников о социальных рисках и безопасности социальной среды их проживания. В Санкт-Петербурге в картировании приняли участие и родители старших школьников с целью последующего сопоставления полученных результатов детей (см. рисунок 11) и родителей (см. рисунок 12). Составленные карты стали ценным источником информации о факторах риска и поддержки жизнеспособности молодежи.

В ходе проведения картирования участникам были предложены следующие инструкции:

### Инструкция для старших школьников

1. На листе бумаги нарисуйте, пожалуйста, схематически карту, на которой изображен ваш дом, а также школа и другие места,

которые вы посещаете достаточно часто и которые важны для вас (места дополнительных занятий, встреч с друзьями и др.).

2. Опишите, пожалуйста, каждое место, письменно ответив на следующие вопросы:

- Что это за место (например: «дом», «школа», «футбольное поле» и т.д.)?
- В какое время вы обычно там бываете (например, «с 9:00 до 15:00»)?
- Насколько безопасно вы себя чувствуете в этих местах? Оцените степень безопасности по шкале от 1 («совсем небезопасно») до 10 («полностью безопасно»), обоснуйте свою оценку одним—двумя предложениями, указав, что именно делает это место безопасным или опасным.
- Оцените, насколько вероятно получить поддержку со стороны родителей в случае, если вы сталкиваетесь с трудностями в этих местах. Используйте шкалу от 1 («Я не могу рассчитывать на поддержку родителей») до 10 («Я полностью уверен(а), что могу рассчитывать на поддержку родителей»).

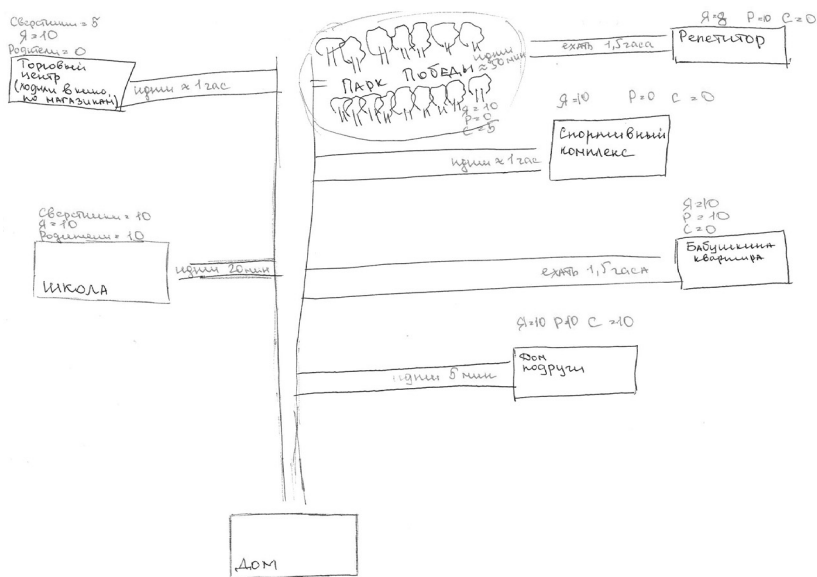


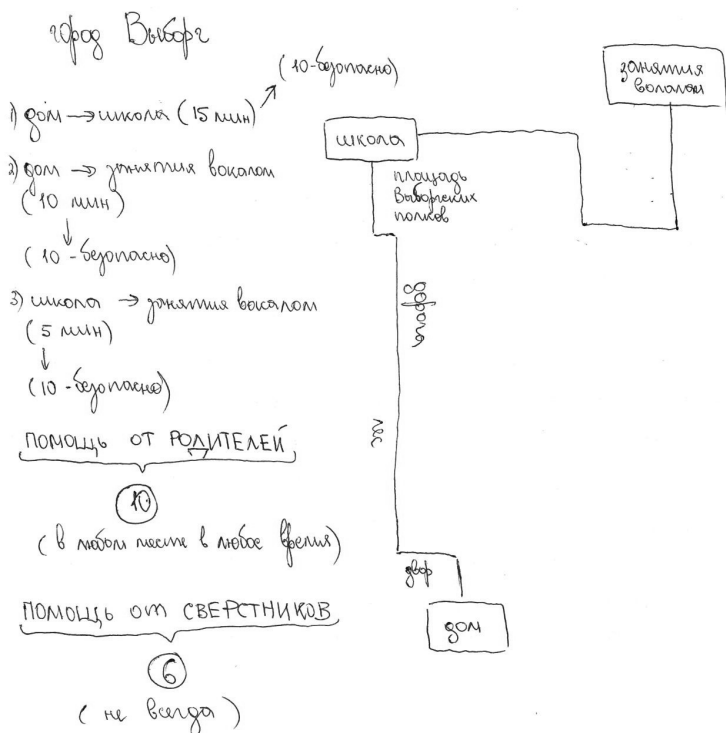
Рис. 11. Пример картирования респондентом Т. И. (16 лет)

- Оцените, насколько вероятно получить поддержку со стороны сверстников в случае, если вы сталкиваетесь с трудностями в этих местах. Используйте шкалу от 1 («Я не могу рассчитывать на поддержку сверстников») до 10 («Я полностью уверен(а), что могу рассчитывать на поддержку сверстников»).

### **Инструкция для родителей**

1. На листе бумаги нарисуйте, пожалуйста, схематически карту, на которой изображен ваш дом, а также школа и другие места, которые ваш ребенок посещает достаточно часто и которые важны для него/нее (места дополнительных занятий, встреч с друзьями и др.).
2. Опишите, пожалуйста, каждое место, письменно ответив на следующие вопросы:
  - Что это за место (например: «дом», «школа», «футбольное поле» и т.д.)?
  - В какое время ваш ребенок обычно там бывает (например, «с 9:00 до 15:00»)?
  - Насколько безопасно, по вашему мнению, в этих местах? Оцените степень безопасности по шкале от 1 («совсем небезопасно») до 10 («полностью безопасно»), обоснуйте свою оценку 1–2 предложениями, указав, что именно делает это место безопасным или опасным.
  - Оцените, насколько вероятно, что ваш ребенок сможет получить поддержку с вашей стороны в случае, если он(а) столкнется с трудностями в этих местах. Используйте шкалу от 1 («ребенок не может рассчитывать на поддержку родителей») до 10 («ребенок может рассчитывать на поддержку родителей в полной мере»).
  - Оцените, насколько вероятно, что ваш ребенок сможет получить поддержку от сверстников в случае, если он(а) столкнется с трудностями в этих местах. Используйте шкалу от 1 («ребенок не может рассчитывать на поддержку родителей») до 10 («ребенок может рассчитывать на поддержку родителей в полной мере»).

Источником информации стали не только полученные в итоге карты изучаемой территории, но и сама процедура картирования, а также обсуждение полученных результатов всеми участниками исследования — и профессиональными, и «гражданскими учеными». Это



**Рис. 12.** Пример картирования взрослым респондентом О. С. (38 лет) тех мест, которые его дочь посещает достаточно часто

способствовало повышению заинтересованности и вовлеченности последних в научное исследование, в процесс осмысления, вовлекало их в обсуждение позитивных и неблагоприятных сторон среды проживания, помогало выстроить новые стратегии поведения в местах с повышенным риском, тем самым увеличивая средовые ресурсы их жизнеспособности. «Гражданские ученые» увидели возможности использования полученных результатов и знаний в реальной жизни, их значимость для сообщества, ценность самой этой работы для ее участников.

На третьем этапе для эмпирической верификации выдвинутых гипотез молодые «гражданские ученые» под руководством профессиональных участников проводили полевые исследования, направ-

ленные на изучение экологической обстановки в местах их проживания, по результатам которых сделали доклады в своих школах, колледжах и вузах.

По замыслу авторов исследования, имеющиеся в каждом регионе официальные данные мониторинга качества природной (физической) среды территорий — воды и воздуха, почвы и т. д., — собранные государственными учреждениями, должны быть дополнены данными, полученными в ходе научно-образовательной деятельности молодых людей, которые проживают в экологически неблагоприятных условиях. Это позволит участникам исследования осознать масштабы экологической деформации природной среды их территории проживания, по-настоящему понять, что экологические факторы не нейтральны для человека. Молодые люди получают подтверждение тому, что экологическое загрязнение природной среды является реальной зоной риска для их жизнеспособности. Тем самым будет создана основа для развития/формирования экологического сознания молодежи, его эгоцентрической направленности.

Так, в Чите в 2019 г. под руководством ученых-исполнителей Н. М. Сараевой и А. А. Суханова и во взаимодействии с профессором кафедры педагогики ЗабГУ Е. А. Игумновой была спланирована серия мероприятий «Гражданская наука — во благо Забайкалья» по мониторингу окружающей среды и просвещению населения. Школьниками проводилось исследование на тему «Оценка уровня загрязнения атмосферы автотранспортом в городской среде (на примере г. Читы)». Базой организации исследования с учащимися и просветительской деятельности стала МБОУ «СОШ № 25» г. Читы. Выбор темы обусловлен серьезностью проблемы загрязнения воздуха для г. Читы и Забайкальского края и ее отрицательным влиянием как на экосистему в целом, так и на качество жизни и здоровье населения. Город Чита по итогам 2018 г. попал в перечень городов России с самым загрязненным воздухом. С 2018 г. он вошел в федеральную программу «Чистый воздух», а с 1 ноября 2019 г. вступил в силу федеральный закон о проведении эксперимента по квотированию выбросов загрязняющих веществ в атмосферный воздух двенадцати экологически неблагополучных городов России, в том числе и города Читы.

Перед школьниками, которым предварительно были объяснены цель, суть и значение исследования, была поставлена задача: изучить степень загрязненности воздуха в районе школы и установить влияние загрязнения на организм. Наряду с этим решались науч-

но-методические и психолого-педагогические задачи: поиск таких методов мониторинга окружающей среды, которые доступны и интересны обучающимся; разработка цифровых ресурсов для сопровождения их исследовательской деятельности; выявление и создание психолого-педагогических условий их приобщения к мониторингу окружающей среды как созидательной деятельности, развития их социальной активности; формирование мотивации молодежи к участию в гражданских инициативах и к развитию гражданской науки во взаимодействии с широким кругом социальных партнеров, включая ученых и специалистов-практиков.

В работе участвовали читинские школьники, члены школьного лесничества «Лесная страна» (рук. Л. А. Осколькова), учащиеся МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» (рук. И. Ю. Сорока) и магистранты ЗабГУ.

В университете для школьников были разработаны адаптированные алгоритмы проведения наблюдений, составлены рекомендации для проведения расчетов и построения диаграмм по результатам исследования, а также правила обеспечения безопасности участников исследовательской деятельности. Аспирантом кафедры информатики была создана цифровая программа сопровождения вычислений и построения графиков по определению выброса угарного газа автотранспортом.

Гражданская наука обладает серьезным потенциалом обучения, как социального, так и специального: «люди приобретают опыт, вовлекаются в процесс сотрудничества, учатся сотрудничать, задумываются о своей деятельности в контексте постановки общезначимых целей и публичных ценностей» (Волкова, 2019, с. 45). Гражданская наука ставит перед собой дополнительные задачи образования и популяризации науки, способствующие приобщению непрофессионалов к нормам научной деятельности (Пирожкова, 2018). Она также предполагает большее доверие со стороны науки обществу и отклик на его нужды. Поэтому важными составляющими гражданской науки являются научно-образовательные мероприятия, когда гражданские ученые представляют результаты исследований на конференциях, семинарах с целью ознакомления с ними более широкого круга людей, для которых данная информация может являться актуальной и полезной.

Междисциплинарная образовательная часть исследования более всего раскрыла богатый потенциал гражданской науки. Имен-



но в этой части на основе взаимодействия с экологами и педагогами была в полной мере реализована идея коллаборации специалистов разных областей знания, объединение их методологических подходов, трансляция форм деятельности. В данном контексте участие школьников и студентов в реализации исследования по изучению жизнеспособности молодежи, а также поддержка учителей, вузовских преподавателей, специалистов разных профилей (сотрудников Министерства природных ресурсов Забайкальского края, филиала ФБУ «Рослесозащита», «Центра защиты леса Забайкальского края», помощника депутата Государственной Думы Федерального Собрания РФ Ю. Г. Волкова по работе в Забайкальском крае) позволяет считать совместную научно-образовательную деятельность формой гражданской науки. Информация о научно-образовательной деятельности учащихся представлена на сайтах Министерства природных ресурсов Забайкальского края, администрации городского округа «Город Чита» и в газете «Забайкальский рабочий».

По результатам научной деятельности «гражданских ученых», старшеклассников, в рамках исследовательского проекта в декабре 2019 г. на психолого-педагогическом факультете ЗабГУ была проведена научная конференция «Гражданская наука – во благо Забайкалья. Мониторинг окружающей среды территорий проживания и просвещение населения по охране природы школьниками и студентами». На ней были представлены результаты мониторинга состояния воздуха на территориях г. Читы, состоялось «научное шоу», школьникам и студентам были вручены сертификаты участников научно-образовательной деятельности международного проекта, а также благодарственные письма и памятные сувениры.

Образовательный аспект исследования был реализован также на базе школ, колледжей и университетов г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Так, студенты Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, первоначально принимавшие участие в исследовании в качестве респондентов и заинтересовавшиеся его тематикой, под руководством профессора И. А. Горьковой разработали программу экологических классных часов для учащихся средней школы и успешно реализовали ее сначала в очном, а с наступлением ограничений, обусловленных пандемией новой коронавирусной инфекции – в дистанционном формате. Цель классных часов заключалась в актуализации представлений учащихся об экологической ситуации в городе, в стране

и в мире, а также в создании условий для формирования проэкологических установок, связанных с природосберегающим поведением. Школьники, участвовавшие в этой работе, а также их педагоги, отметили, что благодаря этим классным часам они получили возможность яснее осознавать, какой вклад в экологическое благополучие могут вносить они лично с помощью простых повседневных действий, которые не требуют много времени и сил.

«Программа классных часов, направленных на формирование и укрепление ресурсов жизнеспособности старшеклассников, проживающих в условиях экологического неблагополучия»

*Цель:* создание условий для формирования и укрепления ресурсов жизнеспособности старшеклассников, проживающих в условиях экологического неблагополучия.

*Задачи:*

- создание условий для оценки личностных, социальных и средовых ресурсов жизнеспособности;
- создание условий для расширения спектра ресурсов жизнеспособности, используемых школьниками;
- создание условий для формирования и укрепления проэкологических установок у школьников как ресурса их жизнеспособности.

*Формат проведения:* классный час продолжительностью 1 академический час.

*Продолжительность программы:* 10 академических часов (одна учебная четверть).

*Методологическая парадигма:* процессуально-ориентированный подход к психолого-педагогическому сопровождению (А. Минделл, Ю. С. Пежемская, А. А. Лихтарников, Е. Н. Чеснокова).

*Требования к квалификации ведущего:* психологическое или педагогическое образование, опыт работы с подростковыми группами.

*Принципы, лежащие в основе программы:*

- принцип мотивационной готовности;
- принцип целостности материала;
- принцип приоритет развития над обучением;
- принцип «от других к себе»;
- принцип учета возрастных и личностных особенностей участников;
- принцип методического разнообразия.

*Методическое оснащение программы:*

- 1) ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, упражнения с игровыми элементами;
- 2) групповое обсуждение как особая форма работы группы:
  - направленное обсуждение;
  - ненаправленное обсуждение с целью вербализации опыта и «вентиляции чувств» участниками группы, а также сбора информации о ходе работы группы.
- 3) психогимнастические упражнения.

*Оборудование:* мультимедийный проектор, доска или флип-чат, материалы для упражнений, включенных в программу.

*Ожидаемый результат:* формирование и укрепление ресурсов жизнеспособности старшеклассников, проживающих в условиях экологического неблагополучия.

*Оценка эффективности:* самоотчеты на итоговом занятии.

*Тематические блоки программы:*

- Введение в программу.
- Личностные ресурсы жизнеспособности.
- Социальные ресурсы жизнеспособности.
- Средовые ресурсы жизнеспособности.
- Завершение программы.
- Структура программы.

На основе результатов исследования в 2020 г. была разработана программа «Развитие жизнеспособности молодежи в контексте негативных социально-экономических и экологических условий среды» для молодежных общественных организаций (см.: Приложение 2).

В рамках регионального эколого-патриотического проекта «Охранять природу — значит любить Родину!» и запланированного в его содержании Губернаторского конкурса социально значимых проектов «Во благо природы Забайкалья» в Международный день Земли 22 апреля 2022 г. на базе Забайкальского детско-юношеского центра с целью воспитания экологической культуры, формирования гражданско-патриотической позиции и созидательной активности был проведен конкурс в формате экологической игры, в которой приняли участие команды семи школ г. Читы и Забайкальского края. Задачами конкурса являлись приобщение детей и молодежи к реше-

Тематические блоки	Тематика классных часов	Содержание классных часов
1. Введение в программу	1. Понятие жизнеспособности	1. Знакомство 2. Установление правил работы 3. Информирование о целях программы 4. Дискуссия «Характеристики жизнеспособного человека» 5. Мотивирующее самооценивание 6. Подведение итогов
2. Личностные ресурсы жизнеспособности	2. Здоровье как ресурс жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Дискуссия-обсуждение высказывания М. Твена «Единственный способ сохранить здоровье — это есть то, чего не хочешь, пить то, чего не любишь, и делать то, что не нравится» 4. Мотивирующая памятка 5. Подведение итогов
	3. Саморегуляция как ресурс жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Упражнение «Самоконтроль» 4. Упражнение «Мои цели» 5. Подведение итогов
	4. Самоуважение как ресурс жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Упражнение «Добыча» 4. Самостоятельная работа и составление коллажа «Мои достоинства» 5. Подведение итогов
3. Социальные ресурсы жизнеспособности	5. Семейные ресурсы жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Упражнение «Генеалогическое древо» 4. Упражнение «Благодарность» 5. Подведение итогов
	6. Дружеские ресурсы жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Упражнение «Настоящий друг» 4. Самостоятельная работа «Ресурсы дружбы» 5. Подведение итогов
	7. Школьные ресурсы жизнеспособности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Дискуссия «Суд над школой» 4. Упражнение «Объясни непонятливому» 5. Подведение итогов

Тематические блоки	Тематика классных часов	Содержание классных часов
4. Средовые ресурсы жизне-способности	8. Экологические ресурсы жизне-способности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Дискуссия «Что такое экологическая безопасность» 4. Мотивирующее самооценивание 5. Подведение итогов
	9. Проэкологическое поведение как ресурс жизне-способности	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Мозговой штурм «Что можно сделать для природы?» 4. Мотивирующая памятка 5. Подведение итогов
5. Завершение программы	12. Подведение итогов	1. Приветствие 2. Информирование о тематике занятия 3. Обсуждение достигнутых результатов 4. Упражнение «Групповые итоги» 5. Подведение итогов выполнения программы

нию комплексных, социально-значимых экологических проблем своей «малой Родины» и приобретение ими опыта позитивных социальных практик, организация деятельности среди детей и молодежи по экологическому просвещению населения, распространение лучших практик научно-образовательной деятельности по экологическому воспитанию на российском и международном уровнях.

Все результаты исследования, полученные в ходе сотрудничества с нашими гражданскими со-исследователями, отражались в научных публикациях (см., например: Гражданская наука – во благо природы Забайкалья..., 2021).

\*\*\*

Изложенный выше вариант реализации гражданской науки показал себя в предпринятом социально-психологическом исследовании полезным и результативным. Он представляет собой форму распределенной разработки сложных междисциплинарных проблем. В число рисков жизне-способности молодежи входит не только социальное, но и природное экологическое неблагополучие. Необходимость анализа степени экологического загрязнения природной среды территории определило участие в исследовании специалистов непсихо-

логического профиля: экологов, специалистов по охране природы, учителей биологии, педагогов дополнительного образования детей.

Содержание и цели исследования обусловили возможность участия в решении его разных задач филологов, практических психологов, студентов разных профилей подготовки, школьников. Участие осуществлялось при высоком уровне осознания ими проблематики работы и понимания своего места и роли в ней и позволило участникам получить больше информации о ранее неизвестной сфере науки, т.е. реализовать обучающий потенциал исследования. Происходили трансляция знаний, интенсивный обмен ими, благодаря чему достигался эффект эмерджентности.

Благодаря участию в работе специалистов разного профиля и неспециалистов («гражданских ученых») удалось обогатить материалы исследования, сделать их более разнообразными, интересными, «живыми». «Гражданские ученые», со-исследователи, принимали участие в работе на всех этапах проекта. Такого рода полная включенность позволила им увидеть временную перспективу исследования, начиная от его цели и заканчивая конечными результатами, понять возможности их применения в жизни, ощутить пользу, принесенную сообществу этой работой. Это стимулировало предложение ими новых идей и решений, которые в дальнейшем могут быть реализованы в новых научных проектах и выполняться самими «гражданскими учеными» под руководством профессионалов.

В целом, научная коллаборация в реализации международного социально-психологического исследования как вариант развития гражданской науки представляет собой:

- сотрудничество ученых разных стран, городов и разных сфер познания в реализации совместного исследования на различных территориях с привлечением заинтересованного круга социальных партнеров, местного населения, включая детей и молодежь;
- совместный поиск единых методологических оснований разработки и проведения исследования и реализации его научно-образовательной части на основе междисциплинарности (применения знаний и инструментария из различных областей познания), межведомственного, межотраслевого и общественно-государственного взаимодействия;
- трансляцию и масштабирование наработанного совместного опыта созидательной деятельности, направленной как на полу-

---

чение нового научного знания, так и на его применение в процессе решения конкретных социально-экологических проблем местного сообщества.

Научная коллаборация в международном социально-психологическом исследовании соотносится с наметившейся тенденцией активизации научных коммуникаций в России и в мире в целом и напрямую связана с перспективностью и эффективностью международного сотрудничества в достижении и интернационализации результатов исследований и реализации гражданских инициатив.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное в русле социально-психологического подхода сравнительное исследование жизнеспособности молодежи, проживающей в регионах с разными экологическими условиями жизни, подтвердило системную природу жизнеспособности человека и выявило как контекстно-специфические, так и универсальные модели взаимодействия ее характеристик, относящихся к разным системам, которые предсказывают жизнеспособность молодых людей. Эмпирическое исследование подтвердило гипотезы о существенном влиянии на жизнеспособность молодых людей экологических, социокультурных и социально-экономических условий, в которых происходит становление их личности.

Осмысление результатов исследования позволило сформулировать ряд тезисов, уточняющих научно-психологические представления о жизнеспособности.

Во-первых, эмпирические результаты показали, что влияние социокультурных, социально-экономических и экологических факторов на жизнеспособность молодежи носит системный характер, проявляющийся в их взаимодействии друг с другом. Выявлено и диалектическое/системное взаимодействие социальных и природных влияний, обуславливающих жизнеспособность молодежи, проживающей в регионах с разными экологическими условиями жизни.

Во-вторых, было установлено, что неблагоприятные экологические условия относятся к факторам риска, ослабляющим жизнеспособность юношей и девушек, и подтверждено положение о том, что ресурсы, являющиеся ведущими в структуре жизнеспособности молодежи, имеют прежде всего социально-экономическую и социокультурную обусловленность. В результате исследования была вы-



явлена их защитная роль в жизнеспособности молодежи, проживающей в условиях экологического неблагополучия. Эти системы даже в осложненных экологически неблагополучных условиях жизненной среды способны в известной мере компенсировать последствия их негативного влияния и обеспечить достаточный уровень жизнеспособности молодых людей.

В-третьих, полученные результаты показывают, что влияние факторов риска и защитных характеристик на жизнеспособность молодых людей гендерно специфично. Изучение гендерного аспекта проблемы привело к выводам о том, что в условиях экологического неблагополучия жизнеспособность юношей оказывается более уязвимой, в сравнении с жизнеспособностью девушек, что может быть связано с большей ориентированностью последних на социальную поддержку и с большей чувствительностью к ней.

Таким образом, полученные эмпирические данные позволили описать протективное значение социально-экономических и социокультурных условий для жизнеспособности молодежи, проживающей в условиях экологического неблагополучия. Однако нерешенным остается вопрос о «цене», в том числе энергетической, достижения достаточной жизнеспособности. Это перспектива будущих исследований. В связи с этим представляется необходимым продолжить изучение механизмов влияния экологических, социокультурных и социально-экономических факторов на жизнеспособность молодежи в их взаимодействии между собой.

Помимо несомненной научной значимости, результаты таких исследований будут иметь и существенное практическое значение, связанное с созданием условий для дифференцированного подхода к разработке программ содействия развитию жизнеспособности молодежи, учитывающих типичные для конкретных целевых групп факторы риска и защиты. Такие программы уже разработаны в ряде регионов России с разными культурно-социальными и экологическими условиями жизни: в Адыгее для реабилитации делинквентных подростков (Паатова, 2020), в г. Севастополе для повышения адаптационных возможностей молодежи (Наличаева, Дячук, 2019), в Чувашии для превентивной работы с зависимым поведением подростков (Шубникова, 2019), в Ставропольском крае для социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья (Водяная, 2019), в г. Новосибирске с целью развития инновационного потенциала личности молодых людей (Быкова и др., 2019), в г. Костроме

для исследования удовлетворенности жизнью студентов с ограниченными возможностями здоровья (Хазова, Коршиков, 2018), в г. Тамбове для организации инклюзивного образования молодежи с ограниченными возможностями здоровья (Мелехова, Вязовова, 2018) и др. В этих работах, а также в настоящем эмпирическом исследовании, отмечается, что для поддержания и развития жизнеспособности молодым людям необходимо иметь возможность получать необходимую психологическую, юридическую, социальную и профессиональную помощь в сложных жизненных ситуациях.

## ЛИТЕРАТУРА

- Айвазян С. А.* Анализ качества и образа жизни населения. М.: Наука, 2012.
- Алешина Н. А., Виноградов П. Н.* Оценка объектов экологического риска школьниками, проживающими на различных территориях // Ученые записки Педагогического института СГУ им. Н. Г. Чернышевского. Сер. «Психология, педагогика». 2011. № 3–4. С. 27–32.
- Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968.
- Андриенко Н. К.* Экология семьи или качество семейной среды жизни // Успехи современной науки и образования. 2016. Т. 1. № 4. С. 44–47.
- Антипина Е. А.* Региональная политика нового поколения: постановка задачи в сфере человеческого капитала // Человеческий капитал. 2014. № 4 (64). С. 41–45.
- Аргамакова А. А.* Социогуманитарное измерение технонауки // Эпистемология и философия науки. 2017. Т. 52. № 2. С. 120–136. doi: 10.5840/eps201752234
- Аргамакова А. А., Яшина А. В.* Crowd science: исследование и преобразование общества через технологии краудсорсинга // Ценности и смыслы. 2016. № 5. С. 137–150.
- Арчакова Т. О.* Жизнеспособность и жизнестойкость детей и подростков из неблагополучных семей // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 462–482.
- Багоцкий С. В., Ганжа А. Г., Гурышкина Т. В., Марков О. В., Погорелов А. К., Режабек Б. Г., Садчиков А. П., Седаева Г. М., Степанов М. В.,*

- Хохлова Г. И., Яхнин Е. Д.* Роль научных обществ в развитии науки и образования в России // Гуманитарный научный журнал. 2015. № 2. С. 10–12.
- Безгодова С. А., Микляева А. В., Терещенко В. В.* Отношение к взрослению у старших подростков Санкт-Петербурга и Смоленска в контексте их жизнестойкости // Вестник Кемеровского государственного университета. 2018. № 3 (75). С. 77–84. doi: 10.21603/2078-8975-2018-3-77-84
- Белозерова И. А.* Специфика существования коэволюционных представлений в массовом экологическом сознании (социологический аспект) // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. № 4 (21). С. 380–382.
- Березин Ф. Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988.
- Богомаз С. А., Козлова Н. В.* Психологическая безопасность как условие развития личности (аналитический обзор современного состояния проблемы психологической безопасности) // Синтез теории и практики управления регионом: Материалы Всероссийской конференции. Томск, 2009. С. 27–35.
- Богомаз С. А., Козлова Н. В.* Модель личностного развития подростков и юношей с учетом переживаемого ими чувства собственной безопасности в условиях трансформации российского общества // Сибирский психологический журнал. 2010. № 36. С. 14–19.
- Будкевич Р. О., Будкевич Е. В.* Половые различия студентов по некоторым показателям высшей нервной деятельности, суточной динамики кортизола и антиоксидантного статуса // Физиология человека. 2019. Т. 45. № 1. С. 113–118. doi: 10.1134/S013116461901003X
- Быкова Е. С., Зубарева Н. С., Капустина В. А., Матюшина М. А.* Особенности жизнеспособности молодежи с разными уровнями инновационного потенциала личности // Мир педагогики и психологии. 2019. № 11 (40). С. 100–108.
- Быховец Ю. В.* Феномен посттравматического роста // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М. И. Володикова, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 214–227.
- Василенко Е. А.* К вопросу о функциях экологического стресса // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2015. № 9. С. 126–130.

- Василенко Н. В.* Институциональные особенности коллаборации в организационных структурах инновационной экономики // Научно-технические ведомости СПбГПУ. Экономические науки. 2016. № 4. С. 21–28. doi: 10.5862/JE.246.2
- Василенко Н. В., Кузьмина К. А., Федотова В. А.* Гражданская наука: институциональные основы и тенденции развития в России: Монография / Под общ. ред. Н. В. Василенко. СПб.: Изд-во СПбУТУиЭ, 2023.
- Вербицкий А. А.* Контекст (в психологии) // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: В 6 т. / Ред.-сост. Л. А. Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского. М.: Пер Сэ, 2005. С. 137–138.
- Вербицкий А. А., Калашников В. Г.* Контекстный подход в психологии // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 3. С. 5–14.
- Власов В. В.* Гражданская наука: приглашаются все! // Наука из первых рук. 2020. № 5–6 (90). С. 146–151.
- Власов В. В., Воронина Е. Н., Галямова М. Р., Седых С. Е.* Привлечение школьников и студентов к исследованиям окружающей среды, актуальным для фундаментальной и прикладной науки: иностранный и российский опыт // Исследователь/Researcher. 2020. № 2 (30). С. 12–20.
- Водяная Ю. И.* Инновационные модели социальной реабилитации для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья // Проблемы научно-практической деятельности: перспективы внедрения инновационных решений: Сб. статей Всероссийской научно-практической конференции. Ч. 3. Уфа: Omega Science, 2019. С. 248–250.
- Психическое здоровье подростков // Всемирная организация здравоохранения. 17 ноября 2021 г. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> (дата обращения: 15.02.2024)
- Волкова А. В.* Потенциал «гражданской науки» в общественно-политическом развитии // Социально-политические исследования. 2019. № 1. С. 41–50. doi: 10.24411/2658-428X-2019-10337
- Волкова А. В.* Гражданская наука: вызовы и уроки // Наука как общественное благо: Сборник научных статей / Научн. ред. и сост. Л. В. Шиповалова, И. Т. Касавина: В 7 т. Т. 3. Ч. 1. М.: Русское общество истории и философии науки, 2020. С. 19–23.
- Воропаева С. В.* Гигиенический анализ здоровья и умственной работоспособности школьников, проживающих в экологически раз-

- личных районах Брянской области: Автореф. дис. ... канд. мед. наук. М., 2005.
- Галиакберова И. Л., Мысникова Э. А., Сараева Н. М., Суханов А. А.* Нейропсихологическое исследование жизнеспособности молодежи Забайкальского края — региона экологического и социального неблагополучия // Луриевский подход в мировой психологической науке: V Международный конгресс памяти А. Р. Лурия. 13–16 октября 2017 г. Тезисы докладов. Екатеринбург: Изд-во Ур-ФУ, 2017. С. 56–57.
- Геодакян В. А.* Эволюционная теория пола // Природа. 1991. № 8. С. 60–69.
- Глазачев С. Н., Гагарин А. В.* Экологическая культура как вершинное достижение личности: сущность, содержание, пути развития // Вестник Международной академии наук (русская секция). 2015. № 1. С. 20–23.
- Гольцова Е. В.* Экология семьи на «перекрестке» семейных парадигм // Проблемы социального воспроизводства современного российского общества: политические, экономические, культурные и демографические аспекты: Сборник научных трудов. Иркутск: Изд-во «Иркутский государственный университет», 2014. С. 266–277.
- Гомбоева Н. Г.* Эколого-физиологические, этнические особенности адаптации человека в условиях восточного Забайкалья и проблемы здоровья населения: Дис. ... д-ра биол. наук. М., 2012.
- Горбунова Н. В.* От выбора профессии к профессиональной карьере и успеху в жизни // Гуманитарные науки (г. Ялта). 2016. № 2 (34). С. 28–33.
- Горьковая И. А., Микляева А. В.* Экологическая проблематика в социальных представлениях молодежи, проживающей в мегаполисе, средних и малых городах (на материале фокус-групп) // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 4 (29). С. 341–344. doi: 10.26140/anip-2019-0804-0080
- Горьковая И. А., Микляева А. В.* Безопасность социальной среды мегаполиса в оценках старших подростков-образовательных мигрантов // Подросток в мегаполисе: неравенство и возможности: Сборник трудов XIII Международной научно-практической конференции (14–16 апреля 2020 г., Москва) / Отв. ред. А. А. Бочавер. М.: НИУ «Высшая школа экономики», 2020а. С. 37–41.
- Горьковая И. А., Микляева А. В.* Социально-психологические предпосылки жизнеспособности молодежи, проживающей в условиях

экологического неблагополучия // Экопсихологические исследования — 6: Экология детства и психология устойчивого развития. Курск: Университетская книга, 2020б. С. 108–112.

*Горьковая И. А., Микляева А. В.* Вклад родительской теплоты и контроля в жизнеспособность старших подростков, проживающих в мегаполисе и городах регионального значения // Подросток в мегаполисе: дистанционное взросление: Сборник трудов XIV Международной научно-практической конференции / Отв. ред. А. А. Бочавер. М.: Изд-во ВШЭ, 2021а. С. 38–42.

*Горьковая И. А., Микляева А. В.* Жизнеспособность работающих студентов: гендерный аспект // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / Отв. ред. А. А. Грачев, А. Л. Журавлев, А. Н. Занковский. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021б. С. 625–637.

*Горьковая И. А., Микляева А. В.* Субъективная оценка безопасности городской среды как предиктор жизнеспособности молодежи // Вестник Московского государственного областного университета. 2020в. № 3. С. 173–190.

Гражданская наука – во благо природы Забайкалья: Сборник научно-методических материалов / Под общ. ред. Е. А. Игумновой. Чита: ИРО Забайкальского края, 2020.

*Гришечкина Н. В., Тихонова С. В.* Гражданская экспертиза и научное знание в цифровую эпоху // Эпистемология и философия науки. 2018. Т. 55. № 2. С. 123–138. doi: 10.5840/eps201855233

*Грищенко П. А.* Интеллектуальный потенциал подростков, проживающих в различных экологических условиях: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.

*Гурова О. Н.* Эколого-географическое положение природопользователей (источников экологических угроз) и экологические проблемы в городах Забайкальского края // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 7 (1). С. 111–124.

*Давыденко В. А., Ромашкина Г. Ф.* Оценки восприимчивости к компонентам социального пространства и к уровням экологических угроз // Социальное пространство. 2017. № 3 (10). URL: <http://socialarea-journal.ru/article/2308> (дата обращения: 07.01.2024).

*Дерябо С. Д., Ясвин В. А.* Две модели экологии // Человек. 1998. № 1. С. 34–40.

- Долгова В. И., Василенко Е. А.* Экологический стресс и отношение к месту своего проживания у старшеклассников в экологически неблагополучных местах // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2016. № 10. С. 141–147.
- Егерев С. В.* Добровольческая и неформальная наука: аннотированная библиография 2017–2018 гг. / Центр научно-информационных исследований по науке, образованию и технологиям. 2018. URL: <http://inion.ru/ru/publishing/publications/dobrovolcheskaia-i-neformalnaia-nauka> (дата обращения: 01.10.2024).
- Екимова В. И.* Особенности психического развития школьников в условиях экологического неблагополучия: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2003.
- Емельянова Т. П.* Психологическое благополучие и социальные представления о жизни в мегаполисе // Знание. Понимание. Умение. 2015. № 1. С. 213–223. doi: 10.17805/zpu.2015.1.20
- Ермаков Д. С., Панов В. И.* От экологии детства – к психологии устойчивого развития // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 4. С. 121–125. doi: 10.31857/S020595920010513-0
- Ермолаева П. О.* Экологическая культура российского и американского студенчества // Социологические исследования. 2012. № 12 (334). С. 80–88.
- Железняк В. Н.* Наука без ученой степени // Вестник ПНИПУ. Культура. История. Философия. Право. 2017. № 1. С. 37–44. doi: 10.15593/perm.kipf/2017.1.05
- Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Особенности отношения пользователей социальной сети Twitter к детям в современной России // Наука. Культура. Общество. 2020. Т. 26. № 3. С. 29–42. doi: 10.19181/2308829X-2020-3.3
- Журавлев А. Л., Ушаков Д. В., Юревич А. В.* Перспективы психологии в решении задач российского общества. Часть 1. Постановка проблемы и теоретико-методологические задачи // Психологический журнал. 2013. Т. 34. № 1. С. 3–14.
- Захарова А. Н.* Междисциплинарная проблема качества жизни в контексте современных научных исследований // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2014. № 10. С. 141–161.



- Ингель Ф. И.* Качество жизни и индивидуальная чувствительность генома человека. Есть ли выход из порочного круга? // Экологическая генетика. 2005. Т. III. № 3. С. 38–46.
- Ингель Ф. И., Кривцова Е. К., Юрченко В. В., Синицына Е. Р., Макарова А. С.* Сравнительный анализ эмоционального состояния студентов разных специальностей одного высшего учебного заведения // Гигиена и санитария. 2017. Т. 96 (12). С. 1216–1225. doi: 10.18821/0016-9900-2017-96-12-1216-1225
- Ионеску Ж. К.* Оценка сопротивляемости: совокупность факторов риска и защиты и необходимость их культурной адаптации // Травматизм, психологическая безопасность, сопротивляемость и культура: Материалы международной конференции. Ч. 1 / Под ред. В. В. Латышина. Челябинск, 2007. С. 65–69.
- Истомин К. В.* Нейроантропология: Исследование влияния культуры на мозг и мозга на культуру (итоги и проблемы первой декады существования) // Медицинская антропология и биоэтика. 2013. № 2 (6). С. 3–39.
- К обществам знания: Всемирный доклад ЮНЕСКО. Париж: Юнеско, 2005. URL: <https://ifap.ru/library/book042.pdf> (дата обращения: 05.01.2024).
- Казначеев В. П.* Современные аспекты адаптации. Новосибирск: Наука, 1980.
- Климов В. М., Лебедев А. В., Айзман Р. И.* Психофизиологические и личностные особенности юношей и девушек студенческого возраста // Вестник психофизиологии. 2020. № 3. С. 115–121. doi: 10.34985/s4066-9650-9426-o
- Козлова Н. В., Панферова О. В., Атаманова И. В., Мещерякова Э. И., Левицкая Т. Е., Зуева Д. Е.* Влияние психологической безопасности на оценку качества жизни // Психическое здоровье человека XXI века: Сборник научных статей по материалам конгресса «Психическое здоровье человека XXI века». М.: ИД «Городец», 2016. С. 119–122.
- Коробкина Ю. Ш., Омельченко А. М.* Научные коллаборации: определение, классификации и характеристики // Экономика: вчера, сегодня, завтра. 2017. Т. 7. № 4А. С. 72–83.
- Королёва Ю. А.* Социально-психологическая компетентность и жизненность лиц с отклонениями в развитии: факторный анализ // Специальное образование. 2015. № 4. С. 43–51.
- Коропец О. А.* Эмоциональное выгорание у студентов, совмещающих работу и учебу // Е-Forum. 2018. № 3 (4). Ст. 11.

- Корсаков А. В., Домахина А. С., Трошин В. П., Гегерь Э. В. Заболеваемость детского и взрослого населения Брянской области в зависимости от уровней радиационного, химического и сочетанного загрязнения: экологическое исследование // Экология человека. 2020. № 7. С. 4—14. doi: 10.33396/1728-0869-2020-7-4-14
- Косинский П. Д. Экологическая компонента качества жизни населения: региональный аспект // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2015. № 6 (3). С. 484—488.
- Критерии оценки экологической обстановки территорий для выявления зон чрезвычайной экологической ситуации и зон экологического бедствия: Методические рекомендации. М.: Изд-во Научного центра правовой информации, 1992.
- Кувичкина М. В. Химическое загрязнение атмосферного воздуха как фактор риска снижения уровня здоровья школьников разного возраста: Дис. ... канд. биол. наук. Брянск, 2009.
- Куфтяк Е. В. Возрастные и гендерные особенности жизнеспособности в юношеском возрасте // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2017. № 4. С. 31—33.
- Куфтяк Е. В. Жизнеспособность в подростковом и юношеском возрастах: динамика и детерминанты // Вестник РФФИ. Гуманитарные и общественные науки. 2018. № 3. С. 126—134. doi: 10.22204/2587-8956-2018-092-03-126-134
- Лаврик О. Л., Глухов В. А. Информационно-коммуникационные каналы и научные библиотеки // Идеи и идеалы. 2020. Т. 12. № 1—2. С. 232—247.
- Лактионова А. И. Особенности эффективной замещающей семьи, воспитывающей подростка-сироту // Семья, брак и родительство в современной России. Вып. 2 / Под ред. А. В. Махнач, К. Б. Зуева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015а. С. 225—242.
- Лактионова А. И. Влияние образовательной среды на развитие социальной адаптации и жизнеспособности старшеклассников // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2015б. № 3 (47). С. 24—32.
- Лактионова А. И. Микро- и макросоциальные факторы жизнеспособности в детском и подростковом возрасте // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2016а. Т. 1. № 2 (2). С. 115—138.

- Лактионова А. И.* Развитие жизнеспособности человека в онтогенезе // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 20166. № 3 (51). С. 79–86.
- Лактионова А. И.* Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Лактионова А. И.* Возрастные и гендерные различия жизнеспособности человека. Часть 1 // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6. № 4. С. 103–133. doi: 10.38098/ipran.opwp\_2021\_21\_4\_005
- Лактионова А. И.* Возрастные и гендерные различия жизнеспособности человека. Часть 2 // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 1. С. 96–119. doi: 10.38098/ipran.opwp\_2022\_22\_1\_005
- Лактионова А. И., Махнач А. В.* Влияние факторов жизнеспособности на социальную адаптацию подростков // Ребенок в современном обществе: Сборник научных статей. М.: Изд-во МГППУ, 2007. С. 184–191.
- Лактионова А. И., Махнач А. В.* Жизнеспособность подростков-сирот // Проектная деятельность детей как ресурс развития жизнестойкости. Исследования, методические материалы / Авт.-сост. Е. Г. Коблик. М.: Благотворительный фонд «Женщины и дети прежде всего», 2009. С. 6–32.
- Лактионова А. И., Махнач А. В.* Жизнеспособность как фактор адекватного профессионального самоопределения и социализации // Социальная психология труда: Теория и практика. Т. 1 / Отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 459–477.
- Лебедева А. А.* Теоретические подходы и методологические проблемы изучения качества жизни в науках о человеке // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 2. С. 3–19.
- Леонтьев А. Н.* Начало личности – поступок // А. Н. Леонтьев. Избранные психологические произведения: В 2 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1983. С. 381–385.
- Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И.* Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
- Логинов И. П., Савин С. З., Солодкая Е. В.* Сравнительный анализ распространения депрессивных расстройств у подростков России и КНР // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2019. Т. 19. № 3. С. 4–12.

- Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
- Ломов Б. Ф. Системность в психологии. Избранные психологические труды. М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «Модэк», 1996.
- Лотарева Т. Ю. Социальная поддержка как компонент жизнеспособности детей-сирот, воспитывающихся в замещающих семьях // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / Отв. ред. А. Н. Занковский, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 676–684.
- Лучанинова В. Н., Цветкова М. М., Веремчук Л. В., Крукович Е. В., Мостовая И. Д. Состояние здоровья детей и подростков и факторы, влияющие на его формирование // Гигиена и санитария. 2017. Т. 96 (6). С. 561–568. doi: 10.47470/0016-9900-2017-96-6-561-568
- Лызь Н. А. Безопасность человека в зеркале науки // Известия Таганрогского государственного радиотехнического университета. 2004. № 1. С. 138–142.
- Ляшенко А. И. Безопасность человека в мегаполисе // Психологическая безопасность в мегаполисе / Под ред. А. И. Ляшенко. М.: Когито-Центр, 2011. С. 7–23.
- Малова Г. А., Толстых Н. Н. Особенности эмоционального интеллекта и жизнеспособности в юношеском возрасте и молодости // Социальная психология: вопросы теории и практики. Материалы VIII международной научно-практической конференции памяти М. Ю. Кондратьева. М.: МГППУ, 2023. С. 526–528.
- Масланов Е. В., Долматов А. В. Гражданская наука — наука как призвание // Эпистемология и философия науки. 2019. Т. 56. № 3. С. 40–44. doi: 10.5840/EPS201956345
- Матюшина Ю. Б., Петров Д. С., Квасова А. А., Петрова Ю. Д. Социологический анализ проблемы трудоустройства студентов: гендерный аспект // Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. 2021. № 1. С. 66–73.
- Махнач А. В. Жизнеспособность как междисциплинарное понятие // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 6. С. 84–98.
- Махнач А. В. Жизнеспособность человека: измерение и операционализация термина // Психологические исследования проблем современного российского общества / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 54–83.

- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека и семьи: социально-психологическая парадигма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016а.
- Махнач А. В.* Исследования жизнеспособности человека: основные подходы и модели // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016б. С. 46–70.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16. doi: 10.7868/S0205959217040018
- Махнач А. В.* Жизнеспособность замещающей семьи как малой социальной группы: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2019.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека в условиях неопределенности // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020. Т. 5. № 4. С. 131–166. doi: 10.38098/ipran.opwp.2020.17.4.006
- Махнач А. В., Лактионова А. И.* Жизнеспособность подростка: понятие и концепция // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. С. 290–312.
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В.* Гражданская наука в социально-психологических исследованиях // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2019. Т. 4. № 4 (16). С. 43–70.
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В.* Жизнеспособность студенческой молодежи России в условиях неопределенности // Образование и наука. 2022. Т. 24. № 5. С. 90–121. doi: 10.17853/1994-5639-2022-5-90-121
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Горьковая И. А., Микляева А. В., Сараева Н. М., Суханов А. А.* Половые различия жизнеспособности и психопатологической симптоматики у молодежи из регионов с разными экологическими условиями жизни // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 3. С. 4–33. doi: 10.38098/ipran.opwp\_2022\_24\_3\_001
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Горьковая И. А., Микляева А. В., Сараева Н. М., Суханов А. А., Терон Л., Унгар М.* Сравнительный анализ жизнеспособности молодежи из регио-

- нов с разными культурно-социальными и экологическими условиями жизни // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 4. С. 16–27. doi: 10.31857/S020595920016005-1
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Горьковая И. А., Сараева Н. М., Суханов А. А.* Оценка экологической обстановки в регионе как модератор взаимосвязей между жизнеспособностью и качеством жизни студенческой молодежи // Психология человека в образовании. 2022. Т. 4. № 2. С. 219–235. doi: 10.33910/2686-9527-2022-4-2-219-235
- Махнач А. В., Лактионова А. И., Унгар М.* Жизнеспособность подростка: международное исследование // Психологические проблемы семьи и личности в мегаполисе: Материалы Первой международной научно-практической конференции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. С. 29–32.
- Мелехова В. М., Вязовова Н. В.* Роль жизнестойкости и фрустрационной устойчивости в формировании жизненной перспективы студентов с ОВЗ // Гуманитарные науки (г. Ялта). 2018. № 2 (42). С. 90–100.
- Микляева А. В.* Психология межвозрастных отношений. М.: Перо, 2014.
- Микляева А. В.* Личностный инфантилизм в постиндустриальном обществе. социально-психологический подход к проблеме инфантилизации личности в условиях современной социальной действительности. Дюссельдорф: Lap Lambert, 2018.
- Микляева А. В., Румянцева П. В.* Городская идентичность жителя современного мегаполиса: ресурс личностного благополучия или зона повышенного риска? СПб.: Речь, 2011.
- Михайлова О. П.* Умственная работоспособность младших школьников, проживающих в условиях экологического неблагополучия, и пути ее оптимизации: Дис. ... канд. психол. наук. Иркутск, 2007.
- Морозова И. Л.* Нейропсихологическая структура задержки психического развития дошкольников, проживающих на территории экологического неблагополучия: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2007.
- Мытасова О. В.* Работать или учиться? Как совместить и быть успешным? // Современное общество: вопросы теории, методологии, методы социальных исследований. 2018. № 1. С. 142–149.
- Мысникова Э. А.* Психологическая адаптация юношеского населения на территориях экологического неблагополучия // Гуманитарный вектор. Сер. «Педагогика. Психология». 2015. № 1 (41). С. 98–103.

- Наличаева С. А., Дячук А. К.* Жизнеспособность как фактор устойчивости к дезадаптационным проявлениям у молодежи // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 2. С. 44–91.
- Научные подходы в современной отечественной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленской. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Нестерова А. А.* Социально-психологическая концепция жизнеспособности молодежи в ситуации потери работы: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2011.
- Нестерова А. А.* Социально-психологический подход к пониманию конструкта «жизнеспособность личности» // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 49–59.
- Новик А. А., Ионова Т. И.* Руководство по исследованию качества жизни в медицине. М.: Олма-Пресс, 2002.
- О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Забайкальском крае в 2018 г. Доклад. Чита: Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Забайкальскому краю, 2019.
- Об экологической ситуации в Забайкальском крае за 2022 год. Доклад. ГБУ «Забайкальский краевой экологический центр», 2023. URL: <https://media.75.ru/minprir/documents/165094/ob-ekologicheskoy-situacii-2022-god.zip> (дата обращения: 10.01.2024).
- Осинова М. Р., Бугаев Л. А.* Исследование гендерных особенностей ценностных ориентаций работающих студентов // Wschodnio-europejskie czasopismo naukowe. 2016. Т. 8. № 5. С. 149–150.
- Паатова М. Э.* Методологические основы формирования социально-личностной жизнеспособности подростков с девиантным поведением // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. 2020. № 1 (144). С. 10–16.
- Панов В. И.* Экопсихология: Парадигмальный поиск: Монография. М.: Психологический институт РАО; СПб.: Нестор-История, 2014.
- Панюкова Ю. Г.* Экологическое поведение молодежи: направления исследований и возможности системного анализа // Личностное и профессиональное развитие детей, молодежи, взрослых: проблемы и решения: Сборник статей XIII Международной на-

- учно-практической конференции / Под ред. Л. М. Митиной. М.: Перо, 2017. С. 55–58.
- Пасовец Ю. М.* Вторичная занятость студентов как фактор профессионализации и социальной интеграции молодежи // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. 2019. Т. 12. № 4. С. 183–189. doi: 10.15838/esc.2019.4.64.12
- Патырбаева К. В., Козлов В. В., Мазур Е. Ю., Конобеев Г. М., Мазур Д. В., Марицас К., Патырбаева М. И.* Идентичность: социально-психологические и социально-философские аспекты. Пермь: Изд-во ПГНИУ, 2012.
- Перелыгина Е. Б., Зотова О. Ю., Тарасова Л. В., Белоусова Н. А.* Предикторы оценки личностью степени безопасности жизненного пространства // Человеческий капитал. 2018. № 3 (111). С. 67–78.
- Пирожкова С. В.* Принцип участия и современные механизмы производства знаний в науке // Эпистемология и философия науки. 2018. Т. 55. № 1. С. 67–82. doi: 10.5840/eps20185519
- Постылякова Ю. В.* Перспективы изучения жизнеспособности образовательной среды // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии. Результаты и перспективы развития / Отв. ред. А. Л. Журавлев, В. А. Кольцова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. С. 2498–2505.
- Постылякова Ю. В.* Индивидуальная и академическая жизнеспособность студентов // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2018. Т. 15. № 4. С. 147–152. doi: 10.31079/1992-2868-2018-15-4-147-152
- Постылякова Ю. В.* Экологическая модель жизнеспособности студента // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020. Т. 5. № 4. С. 218–239. doi: 10.38098/ipran.opwr.2020.17.4.009
- Рейтинг регионов России по качеству жизни 2022–2023 // РИА новости. 2023. 13 февраля. URL: [https://ria.ru/20230213/kachestvo\\_zhizni-1850749274.html](https://ria.ru/20230213/kachestvo_zhizni-1850749274.html) (дата обращения: 01.01.2024).
- Рейтинг социально-экономического положения регионов по итогам 2022 года. 2023. 15 мая. URL: [https://ria.ru/20230515/polozhenie\\_regiony-1870956129.html](https://ria.ru/20230515/polozhenie_regiony-1870956129.html) (дата обращения: 01.01.2024).
- Россошанский А. И.* Методические аспекты оценки субъективного восприятия качества жизни населения региона // Вопросы территориального развития. 2019. № 5 (50). С. 1–10. doi: 10.15838/tdi.2019.5.50.7



- Рубцова В. Л., Макарова Л. Н.* Экологические представления студентов: сущность и показатели // Вестник Тамбовского университета. Сер. «Гуманитарные науки». 2007. № 8 (52) С. 190–105.
- Рыльская Е. А.* Психологические детерминанты жизнеспособности человека: онтологический контекст // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2009. № 8. С. 87–96.
- Рыльская Е. А.* Психологическая структура жизнеспособности человека: синергетический контекст // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2011. № 142. С. 72–83.
- Рыльская Е. А.* Психология жизнеспособности человека: Дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2014.
- Рычкова О. В.* «Социальный мозг» — новый объяснительный конструкт в психологии // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Сер. «Гуманитарные науки». 2010. № 24 (95). Вып. 8. С. 335–344.
- Рычкова О. В., Холмогорова А. Б.* Концепция «социального мозга» как основы социального познания и его нарушений при психической патологии. Часть II. Концепция «социальный мозг»: структурные компоненты и связь с психопатологией // Культурно-историческая психология. 2012. Т. 8. № 4. С. 86–95.
- Рюмина Е. В.* Экологический индекс: построение и использование при анализе качества жизни и качества населения // Управление экономическими системами: Электронный научный журнал. 2018. № 9 (115). Ст. 11. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35668267> (дата обращения: 04. 01.2024).
- Рюмина Е. В.* Экологически скорректированный индекс человеческого развития // Народонаселение. 2020. Т. 23. № 1. С. 4–12.
- Рябова Л. А., Ключникова Е. М., Боровичев Е. А., Маслобоев В. А.* Гражданская наука как инструмент информационного обеспечения принятия решений в российской Арктике в условиях изменения климата // Север и рынок: формирование экономического порядка. 2020. № 3 (69). С. 40–55. doi: 10.37614/2220-802X.2.2020.69.003
- Савина О. О., Баранова В. А.* Средовые условия в формировании городской идентичности новых жителей мегаполиса // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 2А. С. 171–180.
- Сараева Н. М.* Интеллектуальные и эмоциональные характеристики психики человека, проживающего на экологически неблагоприятной территории: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2010.

- Сараева Н. М.* Методологические позиции изучения жизнеспособности человека в контексте экологической психологии // Год экологии в России: педагогика и психология в интересах устойчивого развития: Сборник статей научно-практической конференции. М.: Перо, 2017а. С. 433–438.
- Сараева Н. М.* Жизнеспособность юношеского населения в регионе экологического неблагополучия по показателям психологической адаптации // Известия Иркутского государственного университета. Сер. «Психология». 2017б. № 21. С. 87–98.
- Сараева Н. М.* Психологический статус человека, живущего на экологически неблагополучной территории: Монография. М.: URSS, 2017в.
- Сараева Н. М., Галиакберова И. Л., Суханов А. А.* О факторах жизнеспособности человека в регионе экологического неблагополучия // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Житомир: «Вид-во ЖДУ ім. І. Франка». 2019. Т. VII. Екологічна психологія. Вип. 47. С. 280–290.
- Сараева Н. М., Игумнова Е. А., Махнач А. В., Микляева А. В., Горьковская И. А., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Суханов А. А.* Гражданская наука и международная коллаборация в социально-психологическом исследовании // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2021. Т. 6. № 4 (24). С. 6–33. doi: 10.38098/ipran.sep\_2021\_24\_4\_01
- Сараева Н. М., Игумнова Е. А., Суханов А. А.* Изучение состояния атмосферы в городе Чите (в рамках реализации образовательной части проекта по изучению жизнеспособности школьников и студентов Забайкальского края) // Ученые записки ЗабГУ. 2019. Т. 14. № 5. С. 147–152.
- Сараева Н. М., Игумнова Е. А., Суханов А. А.* Осознание экологических проблем региона студентами, изучавшими и не изучавшими курс «Образование в целях устойчивого развития» // Сборник статей Международной научно-практической конференции «Образование – 2030. Дорожная карта» (15–16 июня 2021 г.). М.: Перо, 2021. С. 32–44.
- Сараева Н. М., Панов В. И.* Понятие о «психологическом статусе» населения региона экологического неблагополучия (на материале детского населения Забайкальского края) // Российский научный журнал. 2010. № 6 (19). С. 100–111.

- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Психологическая адаптация молодежи к экологически неблагоприятной среде // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 211–227.
- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Жизнеспособность человека: экпсихологический подход к изучению // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Т. 7. Екологічна психологія. 2017. Вип. 44. С. 242–255.
- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Жизнеспособность молодежи в экологически неблагоприятном городе: социально-психологический подход // Экопсихологические исследования – 6: Экология детства и психология устойчивого развития. Курск: Университетская книга, 2020а. С. 168–172.
- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Изучение жизнеспособности студентов, проживающих в осложненных условиях жизненной среды: социально-психологический подход // Известия Иркутского государственного университета. Сер. «Психология». 2020б. Т. 33. С. 59–68. doi: 10.26516/2304-1226.2020.33.59
- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Жизнеспособность молодежи, проживающей на территориях с разной степенью экологического неблагоприятия // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / Отв. ред. А. А. Грачев, А. Л. Журавлев, А. Н. Занковский. Ч. 4. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. С. 749–762.
- Сараева Н. М., Суханов А. А.* Социальные факторы жизнеспособности молодежи в условиях экологического неблагоприятия // Проблема соотношения естественного и социального в обществе и человеке. 2022. № 3. С. 83–92.
- Сараева Н. М., Суханов А. А., Галиакберова И. Л., Мысникова Э. А., Ишмухаметов Р. Р.* Жизнеспособность молодежного населения в регионе экологического неблагоприятия (в Забайкальском крае): Коллективная монография // Под науч. ред. Н. М. Сараевой. Чита: Изд-во ЗабГУ, 2019.
- Семенова В. Н., Галузо Н. А., Никифорова Н. Г., Федянина Н. С., Федянин А. П.* О некоторых проблемах вторичной занятости студентов // Педагогика высшей школы. 2017. № 4 (10). С. 28–31.
- Семенович А. В.* Введение в нейропсихологию детского возраста: Учебное пособие. М.: Генезис, 2005.

- Сергиенко Е. А.* Субъективные координаты самоопределения современной молодежи // Проблема личности в контексте современной социальной ситуации развития детей, подростков и молодежи: Сборник материалов Международной научно-практической конференции «X Левитовские чтения в МГОУ» (22–23 апреля 2015 г.). М.: ИИУ МГОУ, 2016а. С. 12–15.
- Сергиенко Е. А.* Межпарадигмальные мосты // Психологические исследования. 2016. Т. 96. № 48. С. 4.
- Сергиенко Е. А.* От дифференциации к интеграции подходов и категорий в современном психологическом знании // Психологическое знание: Современное состояние и перспективы развития / Под ред. А. Л. Журавлева, А. В. Юревича. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 308–331.
- Сергиенко Е. А., Эйдельман Г. Н.* Молодое поколение в период самоопределения // Мир психологии. 2017. № 1 (89). С. 109–125.
- Сердцев М. И.* Экология Забайкалья и здоровье человека. Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2001.
- Симоненко С. Н.* Феномен работающего студента // Вестник современных исследований. 2018. Т. 8. № 3 (23). С. 199–200.
- Сморodinская Н. В.* Глобализированная экономика: от иерархий к сетевому укладу. М.: ИЭ РАН, 2015.
- Сорокина Т. А.* Различия в проявлении социальной зрелости и жизнеспособности у юношей и девушек // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований: Сборник трудов Международной научно-практической конференции «XV Левитовские чтения». М.: Перо, 2020. С. 1218–1222.
- Суханов А. А.* Влияния экологически неблагоприятной среды на интеллектуальное развитие детей: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.
- Суханов А. А.* Стратегии психологической адаптации человека, проживающего в экологически неблагополучных условиях жизненной среды: теоретические аспекты проблемы // Гуманитарный вектор. Сер. «Педагогика. Психология». 2012. № 1. С. 247–252.
- Суханов А. А.* Теоретическое обоснование особенностей психологической адаптации населения экологически неблагополучного региона // Ученые записки ЗабГУ. 2013. № 5 (52). С. 96–102.
- Суханов А. А.* Психологическая адаптация человека в регионе экологического неблагополучия: Монография. Чита: Изд-во ЗабГУ, 2016.

- Тарабрина Н. В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.
- Темнова О. В. Нейропсихологический анализ высших психических функций детей дошкольного возраста, проживающих в экологически неблагоприятных городах Свердловской области // Известия Уральского государственного университета. Сер. 1. «Проблемы образования, науки и культуры». 2009. Т. 62. № 1–2. С. 86–91.
- Терехина О. В. Проблема экологического стресса у населения, проживающего в зоне атомного производства // Сибирский психологический журнал. 2016. № 60. С. 148–165.
- Толстых Н. Н. Социальные представления о школе у современных подростков, их родителей и учителей // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2019. № 2. С. 704–708. doi: 10.33910/herzenpsyconf-2019-2-87
- Указ Президента РФ от 11 января 2018 г. № 12 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций на период до 2030 года» URL: [https://base.garant.ru/71851630/#block\\_1000](https://base.garant.ru/71851630/#block_1000) (дата обращения: 04.01.2024).
- Усанова О. Н. Особенности психологической экологии жизни детей с нарушениями развития и возможности ее совершенствования // Специальное образование. 2021. № 4 (64). С. 49–70. doi: 10.26170/1999-6993\_2021\_04\_04
- Ушаков Д. В. Менталитет и социально-экономические достижения стран // Вестник Российской академии наук. 2020. Т. 90. № 3. С. 224–231. doi: 10.31857/S086958732003024X
- Филатова А. А. DIY biology: Переустанавливая границы науки // Гуманитарные и социальные науки. 2020. № 1. С. 56–77. doi: 10.18522/2070-1403-2020-78-1-56-77
- Хазова С. А., Коршиков Б. Н. Личностные детерминанты удовлетворенности жизнью в затрудненных условиях развития // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2018. Т. 24. № 4. С. 245–249.
- Харламенкова Н. Е. Интенсивные стрессоры и психологические последствия их переживания в молодости и ранней взрослости // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2017. Т. 23. № 4. С. 26–30.

- Харламенкова Н. Е. Развитие психологии субъекта в современных исследованиях феномена социальной поддержки // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 2. С. 25–36.
- Харламенкова Н. Е. Понятие психологической безопасности и его научные дефиниции // Разработка понятий в современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. Т. 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 309–330.
- Хашченко Н. Н. Субъективное экологическое благополучие в различных социальных группах и условиях жизнедеятельности: программа исследования // Пензенский психологический вестник. 2017. № 2. С. 126–137.
- Хашченко Н. Н., Панова Е. М. Субъективные оценки здоровья и экологических условий жизни: временные сравнения // Вестник Университета Российской академии образования. 2018. № 5. С. 59–68.
- Хохлов Н. А., Яремченко П. И. Половые различия в состоянии высших психических функций у детей и подростков 4–17 лет // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. Психологические науки. 2021. № 1. С. 73–92. doi: 10.24412/2303-9744-2021-1-73-93
- Храян Ш. Р., Есаян Г. М. Социально-экологическая идентичность и социальные представления как предмет изучения психологии окружающей среды // Наука через призму времени. 2018. № 8 (17). С. 84–88.
- Цветкова И. В. Представление студенческой молодежи о необходимости экологических знаний // Татищевские чтения: Актуальные проблемы науки и практики: Материалы XIV Международной научно-практической конференции. Тольятти: Волжский университет им. В. Н. Татищева, 2017а. С. 27–30.
- Цветкова И. В. Представления об экологической культуре современной молодежи // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. 2017б. № 2 (40). С. 124–130. doi: 10.18323/2073-5073-2017-2-124-130
- Чердымова Е. И., Манчев В. Я. Генезис научных представлений об экологическом, профессиональном и экопрофессиональном сознании // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 5. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=25381> (дата обращения: 09.01.2024).
- Шамардин Н. Н. «Общество знаний»: философско-методологическая критика понятия // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Сер. «Философия. Социология. Право». 2015. № 14 (211). Вып. 33. С. 185–192.

- Шамионов Р. М.* Субъективное благополучие и психологическая безопасность личности // Дружининские чтения: Сборник материалов XV Всероссийской научно-практической конференции / Под ред. И. Б. Шуванова, В. П. Шувановой, С. А. Барановой, Ю. Э. Макаревской. Сочи: Изд-во Сочинского государственного университета, 2016. С. 171–175.
- Шаповаленко А. Е.* Социальное картирование как эффективный способ диагностики смарт-развития города: Магистерская диссертация. Томск: Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ), 2019. URL: <http://earchive.tpu.ru/handle/11683/54636> (дата обращения: 07.01.2024).
- Шерешкова Е. А., Ионина О. С.* Особенности жизнеспособности студентов с разным уровнем автономности личности // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2019. Т. 25. № 3. С. 83–90. doi: 10.34216/2073-1426-2019-25-3-83-90
- Шиповалова Л. В.* Распределенное познание и его границы в контексте публичной научной коммуникации // Социология науки и технологий. 2019. № 3. С. 56–71. doi: 10.24411/2079-0910-2019-13003
- Шлыкова Е. В.* Социальное настроение молодежи в условиях повседневных рисков мегаполиса // Россия реформирующаяся. 2017. № 15. С. 395–418.
- Шубникова Е. Г.* Воспитание жизнеспособности будущего профессионала в вузе в контексте подготовки к профилактике зависимого поведения // Воспитание личности в процессе профессиональной социально-педагогической подготовки студентов / Под ред. М. П. Гурьяновой. М.: ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО», 2019. С. 113–124.
- Шуровьески Д.* Мудрость толпы. Почему вместе мы умнее, чем поодиночке, и как коллективный разум формирует бизнес, экономику, общество и государство. М.: И. Д. Вильямс, 2007.
- Янбарисова Д. М.* Работа во время учебы в вузах Татарстана: влияет ли она на успеваемость? // Вопросы образования. 2014. № 1. С. 217–237.
- Яницкий М. С.* Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики: Учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 1999.
- Ясвин В. А.* Психология отношения к природе. М.: Смысл, 2000.
- Яценко Е. Ф., Саркисян Л. В., Мелатен Р. Р.* Этнокультурные различия в имплицитных представлениях о жизнеспособном чело-

- веке // Психология. Психофизиология. 2019. Т. 12. № 3. С. 42–55. doi: 10.14529/jpps190304
- Abdullah A., Cudjoe E., Jordan L. P., Emery C. R.* Child polyvictimization in Zongo communities in Ghana: Young people's reflections on systemic resilience enablers // *Child Abuse & Neglect*. 2021. V. 119 (2). P. 105075. doi: 10.1016/j.chiabu.2021.105075
- Abraham S., Edginton E., Cottrell D., Tubeuf S.* Measuring health-related quality of life measures in children: lessons from a pilot study // *Research in Psychotherapy, Psychopathology, Process and Outcome*. 2022. V. 25 (1). Art. 581. P. 119–126. doi: 10.4081/ripppo.2022.581
- Adams H., Blackburn S., Mantovani N.* Psychological resilience for climate change transformation: relational, differentiated and situated perspectives. *Current opinion in environmental sustainability*. 2021. V. 50. P. 303–309. doi: 10.1016/j.cosust.2021.06.011
- Ang W. H. D., Lau S. T., Cheng L. J., Chew H. S. J., Tan J. H., Shorey S., Lau Y.* Effectiveness of resilience interventions for higher education students: A meta-analysis and metaregression // *Journal of Educational Psychology*. 2022. V. 114 (7). P. 1670–1694. doi: 10.1037/edu0000719
- Antonovsky A.* Unravelling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers, 1987.
- Arat G., Wong W. C. P.* Investigating resilience to facilitate positive mental health among South Asian minority students in Hong Kong // *China Journal of Social Work*. 2019. V. 12 (3). P. 213–235. doi: 10.1080/17525098.2019.1700341
- Armsden G. C., Greenberg M. T.* The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence // *Journal of Youth and Adolescence*. 1987. V. 16 (5). P. 427–454. doi: 10.1007/BF02202939
- Astin A. W.* What matters in college? Four critical years revisited. San Francisco: JosseyBass, 1993.
- Auerbach R. P., Ho M. H., Kim J. C.* Identifying cognitive and interpersonal predictors of adolescent depression // *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2014. V. 42 (6). P. 913–924. doi: 10.1007/s10802-013-9845-6
- Badri M. A., Alkhaili M., Aldhaheeri H., Yang G., Albahar M., Alrashdi A.* Exploring the reciprocal relationships between happiness and life satisfaction of working adults-evidence from Abu Dhabi // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. V. 19 (6). Art. 3575. doi: 10.3390/ijerph19063575
- Baumann C., Erpelding M.-L., Régat S., Collin J.-F., Briangon S.* The WHO-QOL-BREF questionnaire: French adult population norms for the physi-



- cal health, psychological health and social relationship dimensions // Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique. 2010. V. 58 (1). P. 33–39. doi: 10.1016/j.respe.2009.10.009
- Beck A. T., Steer R. A., Brown G. Manual for the Beck Depression Inventory-II. San Antonio, TX: Psychological Corporation, 1996.
- Berger R. An ecological-systemic approach to resilience: A view from the trenches // Traumatology. 2017. V. 23 (1). P. 35–42. doi: 10.1037/trm0000074
- Bergold J., Thomas S. Participatory research methods: A methodological approach in motion // Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research. 2012. V. 13 (1). P. 1. doi: 10.17169/fqs-13.1.1801
- Berry H. L., Waite T. D., Dear K. B. G., Capon A. G., Murray V. The case for systems thinking about climate change and mental health // Nature Climate Change. 2018. V. 8. P. 282–290. doi: 10.1038/s41558-018-0102-4
- Bonanno G. A., Galea S., Bucciarelli A., Vlahov D. What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2007. V. 75 (5). P. 671–682. doi: 10.1037/0022-006X.75.5.67
- Bonney R., Ballard H., Jordan R., McCallie E., Phillips T., Shirk J., Wilderman C. Public participation in scientific research: Defining the field and assessing its potential for informal science education. A CAISE Inquiry Group Report. Washington, D.C.: Center for Advancement of Informal Science Education (CAISE), 2009.
- Bonney R., Cooper C., Ballard H. The theory and practice of citizen science: Launching a new journal // Citizen Science: Theory and Practice. 2016. V. 1 (1). P. 1–4. doi: 10.5334/cstp.65
- Bonney R., Cooper C. B., Dickinson J., Kelling S., Phillips T., Rosenberg K. V., Shirk J. Citizen science: A developing tool for expanding science knowledge and scientific literacy // BioScience. 2009. V. 59 (11). P. 977–984. doi: 10.1525/bio.2009.59.11.9
- Boon H. J., Cottrell A., King D., Stevenson R. B., Millar J. Bronfenbrenner's bioecological theory for modeling community resilience to natural disasters // Natural Hazards: Journal of the International Society for the Prevention and Mitigation of Natural Hazards. 2012. V. 60 (2). P. 381–408. doi: 10.1007/s11069-011-0021-4
- Bronfenbrenner U. The ecology of human development: experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
- Cammann C., Fichman M., Jenkins G. D., Klesh J. Michigan Organizational Assessment Questionnaire // Assessing organizational change: A guide

- to methods, measures and practices / Eds S. E. Seashore, E. E. Lawler, P. H. Mirvis, C. Cammann. New York: Wiley-Interscience, 1983. P. 71–138.
- Canham H.* Theorising community rage for decolonial action // *South African Journal of Psychology*. 2018. V. 48 (3). P. 319–330. doi: 10.1177/0081246318787682
- Ceccaroni L., Bowser A., Brenton P.* Civic education and citizen science: Definitions, categories, knowledge representation? // *Analyzing the Role of Citizen Science in Modern Research*. Hershey, PA: IGI Global, 2017. P. 1–23. doi: 10.4018/978-1-5225-0962-2.ch001
- Chemerys V., Kaplenk, H., Kulish I., Maksym V., Dadak O., Kushnir L., Hrymak O.* Theoretical aspects of the concept of “quality of life” in the context of environmental safety // *Ukrainian Journal of Ecology*. 2021. V. 11 (1). P. 196–201. doi: 10.15421/2020\_31
- Chen Q., Di S., Ying Y., Yue Z., Xiaoying Z.* Self management and psychological resilience moderate the relationships between symptoms and health related quality of life among patients with hypertension in China // *Quality of Life Research*. 2019. V. 28. P. 2585–2595. doi: 10.1007/s11136-019-02191-z
- Choe C., Yu S.* The effect of child abuse and neglect on trajectories of depressive symptoms and aggression in Korean adolescents: Exploring gender differences // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. V. 19 (10). Art. 6160. doi: 10.3390/ijerph19106160
- Clayton S., Opatow S.* Introduction: Identity and the natural environment // *Identity and the natural environment: The psychological significance of nature* / Eds S. Clayton, S. Opatow. Cambridge: MIT Press, 2003. P. 1–24.
- Copeland W. E., Wolke D., Angold A., Costello E. J.* Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence // *JAMA Psychiatry*. 2013. V. 70 (4). P. 419–426. doi: 10.1001/jamapsychiatry.2013.504
- Cox R. S., Irwin P., Scannell L., Ungar M., Bennett T. D.* Children and youth’s biopsychosocial wellbeing in the context of energy resource activities // *Environmental Research*. 2017. V. 158. P. 499–507. doi: 10.1016/j.envres
- De Zambotti M., Javitz H., Franzen P. L., Brumback T., Clark D. B., Colrain I. M., Baker F. C.* Sex- and age-dependent differences in autonomic nervous system functioning in adolescents // *Journal of Adolescent Health*. 2018. V. 62 (2). P. 184–190. doi: 10.1016/j.jadohealth.2017.09.010

- De Haan L. G., Hawley D. R., Deal J. E.* Operationalizing family resilience: A methodological strategy // *The American Journal of Family Therapy*. 2002. V. 30. P. 275–291. doi: 10.1080/01926180290033439
- Dehnel R., Dalky H., Sudarsan S., Al-Delaimy W. K.* Resilience and mental health among Syrian refugee children in Jordan // *Journal of Immigrant and Minority Health*. 2022. V. 24 (2). P. 420–429. doi: 10.1007/s10903-021-01180-0
- Deutsch F. M.* Undoing gender // *Gender & Society*. 2016. V. 21. P. 106–127. doi: 10.1177/0891243206293577
- Drobyshev I. A., Lykova S. N., Makushkina N. D., Vorontsova I. P.* Interdisciplinary study of safety perception of urban environment as a factor contributing to development of contemporary urbanization processes typology // *Журнал Сибирского федерального университета. Сер. «Гуманитарные науки»*. 2017. Т. 10. № 1. С. 1876–1882. doi: 10.17516/1997-1370-0188
- Durodié B.* Limitations of public dialogue in science and the rise of the new “experts” // *Critical Review of International Social and Political Philosophy*. 2003. V. 6 (4). P. 82–92. doi: 10.1080/1369823042000241285
- Dyer J. G., Wade E. H.* Gender differences in adolescent depression // *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*. 2012. V. 50 (12). P. 17–20. doi: 10.3928/02793695-20121107-04
- Eisman A. B., Stoddard S. A., Heinze J., Caldwell C. H., Zimmerman M. A.* Depressive symptoms, social support, and violence exposure among urban youth: A longitudinal study of resilience // *Developmental Psychology*. 2015. V. 51 (9). P. 1307–1316. doi: 10.1037/a0039501
- Ellis B. J., Bianchi J., Griskevicius V., Frankenhuys W. E.* Beyond risk and protective factors: An adaptation-based approach to resilience // *Perspectives on Psychological Science*. 2017. V. 12. P. 561–587. doi: 10.1177/1745691617693054
- Erdogan E., Ozdogan O., Erdogan M.* University students’ resilience level: The effect of gender and faculty // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2015. V. 186. P. 1262–1267. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.04.047
- Fataar A.* Youth self-formation and the “capacity to aspire”: The itinerant “schooled” career of Fuzile Ali across post-apartheid space // *Perspectives in Education*. 2010. V. 28 (3). P. 34–45.
- Fergus S., Zimmerman M. A.* Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk // *Annual Review of Public Health*. 2005. V. 26. P. 399–419. doi: 10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357

- Ferguson K. M., Bender K., Thompson S. J.* Risk and resilience factors associated with formal and informal income generation among homeless young adults in three U. S. cities // *Youth & Society*. 2018. V. 50 (3). P. 351–376. doi: 10.1177/0044118X15600722
- Fleury-Bahi G., Marcouyeux A., Préau M., Annabi-Attia T.* Development and validation of an environmental quality of life scale: Study of a French sample // *Social Indicators Research*. 2013. V. 113 (3). P. 903–913. doi: 10.1007/s11205-012-0119-4
- Fleury-Bahi G., Pol E., Navarro O.* Introduction: Environmental psychology and quality of life // *Handbook of environmental psychology and quality of life research* / Eds. G. Fleury-Bahi, E. Pol, O. Navarro. Cham: Springer, 2017. P. 1–8. doi: 10.1007/978-3-319-31416-7\_1
- Fransman T., Yu D.* Multidimensional poverty in South Africa in 2001–16 // *Development Southern Africa*. 2019. V. 36 (1). P. 50–79. doi: 10.1080/0376835X.2018.1469971
- Frederick C. J., Pynoos R. S., Nader K. O.* Childhood Posttraumatic Stress Reaction Index (CPTS-RI). Los Angeles, CA, 1992.
- Frey C. U., Röthlisberger C.* Social support in healthy adolescents // *Journal of Youth and Adolescence*. 1996. V. 25. P. 17–31. doi: 10.1007/BF01537378
- Garmezy N.* The role of competence in the study of children and adolescents under stress // *Social Competence in Developmental Perspective*. NATO ASI Series. V. 51 / Eds B. H. Schneider, G. Attili, J. Nadel, R. P. Weissberg. Dordrecht: Springer, 1989. P. 25–39. doi: 10.1007/BF01537378
- Geldhof G. J., Bowers E. P., Mueller M. K., Napolitano C. M., Callina K. S., Lerner R. M.* Longitudinal analysis of a very short measure of positive youth development // *Journal of Youth and Adolescence*. 2014. V. 43 (6). P. 933–949. doi: 10.1007/s10964-014-0093-z
- Gestsdóttir S., Lerner R. M.* Intentional self-regulation and positive youth development in early adolescence: Findings from the 4<sup>th</sup> study of positive youth development // *Developmental Psychology*. 2007. V. 43 (2). P. 508–521. doi: 10.1037/0012-1649.43.2.508
- Gitterman A., Germain C. B.* The life model of social work practice: Advances in knowledge and practice. New York: Columbia University Press, 2008.
- Haklay M.* Citizen science and policy: A European perspective. Washington, DC: Woodrow Wilson International Center for Scholars, 2015. URL: [https://www.researchgate.net/publication/366228394\\_Citizen\\_Science\\_and\\_Policy\\_A\\_European\\_Perspective](https://www.researchgate.net/publication/366228394_Citizen_Science_and_Policy_A_European_Perspective) (дата обращения: 01.01.2024).

- Hansel T., Osofsky H., Speier A., Osofsky J.* Postdisaster recovery and resilience: The mediating influences of mental health and environmental quality of life // *Traumatology*. 2020. V. 26 (3). P. 278–284. doi: 10.1037/trm0000213
- Haroz E. E., Murray L. K., Bolton P., Betancourt T., Bass J. K.* Adolescent resilience in Northern Uganda: The role of social support and pro-social behavior in reducing mental health problems // *Journal of Research on Adolescence*. 2013. V. 23 (1). P. 138–148. doi: 10.1111/j.1532-7795.2012.00802.x
- Haynes K., Tanner T. M.* Empowering young people and strengthening resilience: Youth-centred participatory video as a tool for climate change adaptation and disaster risk reduction // *Children's Geographies*. 2015. V. 13 (3). P. 357–371. doi: 10.1080/14733285.2013.848599
- Hirani S., Lasiuk G., Hegadoren K.* The intersection of gender and resilience // *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2016. V. 23 (6–7). P. 455–467. doi: 10.1111/jpm.12313
- Hirschauer N., Lehberger M., Musshoff O.* Happiness and utility in economic thought – or: What can we learn from happiness research for public policy analysis and public policy making? // *Social Indicators Research*. 2015. V. 121 (3). P. 647–674. doi: 10.1007/s11205-014-0654-2
- Hopkins K. D., Zubrick S. R., Taylor C. L.* Resilience amongst Australian aboriginal youth: An ecological analysis of factors associated with psychosocial functioning in high and low family risk contexts // *PLoS One*. 2014. V. 9 (7). Art. e102820. doi: 10.1371/journal.pone.0102820
- Hu T., Zhang D., Wang J.* A meta-analysis of the trait resilience and mental health // *Personality and Individual Differences*. 2015. V. 76. P. 18–27. doi: 10.1016/j.paid.2014.11.039
- Hutchins E.* *Cognition in the Wild*. Cambridge, MA: The MIT Press, 1995.
- Irwin A.* *Citizen Science: A study of people, expertise and sustainable development*. London: Routledge, 1995.
- Jackson G., Kennedy D. P., Bradbury T. N., Karney B. R.* A social network comparison of low-income black and white newlywed couples // *Journal of Marriage and Family*. 2014. V. 76 (5). P. 967–982. doi: 10.1111/jomf.12137
- Jahn T., Bergmann M., Keil F.* Transdisciplinarity: Between mainstreaming and marginalization // *Ecological Economics*. 2012. V. 79. P. 1–10. doi: 10.1016/j.ecolecon.2012.04.017
- Jefferis T. C., Theron L. C.* Explanations of resilience in women and girls: How applicable to black South African girls // *Women's Studies In-*

- ternational Forum. 2018. V. 69. P. 195–211. doi: 10.1016/j.wsif.2018.03.006
- Jinnin R., Okamoto Y., Takagaki K., Nishiyama Y., Yamamura T., Okamoto Y., Miyake Y., Takebayashi Y., Tanaka K., Sugiura Y., Shimoda H., Kawakami N., Furukawa T.A., Yamawaki S. Detailed course of depressive symptoms and risk for developing depression in late adolescents with sub-threshold depression: A cohort study // *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 2016. V. 13. P. 25–33. doi: 10.2147/NDT.S11784635
- Jozefiak T., Kaye N. S., Ranøyen I., Greger H. K., Wallander J. L., Wichstrøm L. Quality of life among adolescents living in residential youth care: Do domain-specific self-esteem and psychopathology contribute? // *Quality of Life Research*. 2017. V. 26 (10). P. 2619–2631. doi: 10.1007/s11136-017-1603-8
- Kaiser F. G., Wölfling S., Fuhrer U. Environmental attitude and ecological behavior // *Journal of Environmental Behavior*. 1999. V. 19 (1). P. 1–19.
- Kehusmaa J., Ruotsalainen H., Männikkö N., Alakokkare A.-E., Niemelä M., Jääskeläinen E., Miettunen J. The association between the social environment of childhood and adolescence and depression in young adulthood – A prospective cohort study // *Journal of Affective Disorders*. 2022. V. 305. P. 37–46. doi: 10.1016/J.JAD.2022.02.067
- Kendler K. S., Gardner C. O. Sex differences in the pathways to major depression: A study of opposite-sex twin pairs // *American Journal of Psychiatry*. 2014. V. 171 (4). P. 426–435. doi: 10.1176/appi.ajp.2013.13101375
- Korpela K. M., Hartig T., Kaiser F. G., Fuhrer U. Restorative experience and self-regulation in favorite places // *Environment and Behavior*. 2001. V. 33 (4). P. 572–589. doi: 10.1177/00139160121973133
- Kyamusugulwa P. M. Participatory development and reconstruction: a literature review // *Third World Quarterly*. 2013. V. 34 (7). P. 1265–1278. doi: 10.1080/01436597.2013.824653
- Labella M. H., Narayan A. J., Masten A. S. Emotional climate in families experiencing homelessness: Associations with child affect and socioemotional adjustment in school // *Social Development*. 2016. V. 25. P. 304–321. doi: 10.1111/sode.12154
- Lam S.-F., Jimerson S., Wong B. P. H., Kikas E., Shin H., Veiga F. H., Hatzichristou C., Polychroni F., Cefai C., Negovan V., Stanculescu E., Yang H., Liu Y., Basnett J., Duck R., Farrell P., Nelson B., Zollneritsch J. Understanding and measuring student engagement in school: The results of an international study from 12 countries // *School Psychology Quarterly*. 2014. V. 29 (2). P. 213–232. doi: 10.1037/spq0000057

- Lerner R. M., Lerner J. V., Almerigi J. B., Theokas C., Phelps E., Gestsdotir S., Naudeau S., Jelicic H., Alberts A., Ma L., Smith L. M., Bobek D. L., Richman-Raphael D., Simpson I., Christiansen E. D., von Eye A. Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: Findings from the first wave of the 4<sup>th</sup> study of positive youth development // *The Journal of Early Adolescence*. 2005. V. 25 (1). P. 17–71. doi: 10.1177/0272431604272461
- Liebenberg L., Sylliboy A., Davis-Ward D., Vincent A. Meaningful engagement of Indigenous youth in PAR: The role of community partnerships // *International Journal of Qualitative Methods*. 2017. V. 16. P. 1–16. doi: 10.1177/1609406917704095
- Liu F., Tian Y., Jim C., Wang T., Luan J., Yan M. Residents' living environments, self-rated health status and perceptions of urban green space benefits // *Forests*. 2022. V. 13 (1). doi: 10.3390/f13010009
- López-Navarro E., Al-Halabi S. Effects of mindfulness on psychotic symptoms: Insights from a randomized clinical trial // *Psychosis*. 2022. V. 14 (1). P. 93–98. doi: 10.1080/17522439.2021.1889649
- LoVette A., Harrison A., Mathews C., Jonas K., Operario D., Kuo C. From resilient girls to (more) resilient women: A mixed-methods study examining narratives of resilience among South African young women // *Vulnerable Child Youth Studies*. 2022. V. 18 (2). P. 218–230. doi: 10.1080/17450128.2022.2124339
- Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work // *Child Development*. 2000. V. 71 (3). P. 543–562. doi: 10.1111/1467-8624.00164
- Makhnach A. Challenges researching resilience in Russia // *Methodological and contextual challenges researching childhood resilience. Project meeting at Dalhousie University*, 13–16.03.2003. Halifax, 2003. P. 195–214. doi: 10.1080/02673843.2013.815116
- Makhnach A. V., Laktionova A. I. Social and cultural roots of Russian youth resilience: Interventions by the state, society and the family // *Handbook for working with children and youth. Pathways to resilience across cultures and contexts* / Ed. M. Ungar. Thousand Oaks–L.—New Delhi: Sage, 2005. P. 371–386. doi: 10.4135/9781412976312.n23
- Makhnach A. V., Laktionova A. I. Community and individual aspects of Russian youth resilience // *International Journal of Psychology*. 2008. V. 43 (3–4). P. 254. doi: 10.1080/00207594.2008.10108484

- Malik F., Marwaha R.* Developmental stages of social emotional development. Treasure Island: StatPearls Publishing, 2020. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534819> (дата обращения: 01.01.2024).
- Malindi M. J.* Personal and socio-ecological resilience resources among school-going teenage mothers: An exploratory study // *Journal of Psychology in Africa*. 2018. V. 28 (4). P. 340–343. doi: 10.1080/14330237.2018.1501883
- Marley C., Mauki B.* Resilience and protective factors among refugee children post-migration to high-income countries: a systematic review // *European Journal of Public Health*. 2019. V. 29 (4). P. 706–713. doi: 10.1093/eurpub/cky232
- Martinez E. F., Bilges D. C., Shabazz S. T., Miller R., Morote E.-S.* To work or not to work: Student employment, resiliency, and institutional engagement of low-income, first-generation college students // *Journal of Student Financial Aid*. 2012. V. 42 (1). Art. 3. P. 28–39. doi: 10.55504/0884-9153.1040
- Masten A. S.* Resilience in developing systems: progress and promise as the fourth wave rises // *Developmental Psychopathology*. 2007. V. 19 (3). P. 921–930. doi: 10.1017/S0954579407000442
- Masten A. S.* Global perspectives on resilience in children and youth // *Child Development*. 2014. V. 85 (1). P. 6–20. doi: 10.1111/cdev.12205
- Masten A. S.* Pathways to integrated resilience science // *Psychological Inquiry*. 2015. V. 26. P. 187–196. doi: 10.1080/1047840X.2015.1012041
- Masten A. S.* Resilience from a developmental systems perspective // *World Psychiatry*. 2019. V. 18 (1). P. 101–102. doi: 10.1002/wps.20591
- Masten A. S., Best K. M., Garmezy N.* Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity // *Development and Psychopathology*. 1990. V. 2. P. 425–444. doi: 10.1017/S0954579400005812
- Masten A. S., Wright M. O.* Resilience over the lifespan: Developmental perspectives on resistance, recovery and transformation // *Handbook of Adult Resilience* / Eds J. W. Reich, A. J. Zautra, J. S. Hall. New York: The Guilford Press, 2010. P. 213–237.
- McCubbin L. D., McCubbin H. I.* Culture and ethnic identity in family resilience: Dynamic processes in trauma and transformation of Indigenous people // *Handbook for working with children and youth: Pathways to resilience across cultures and contexts* / Ed. M. Ungar. Thousand Oaks: Sage, 2005. P. 27–44. doi: 10.4135/9781412976312



- McKay M. T., Cannon M., Chambers D., Conroy R. M., Coughlan H., Dodd P., Healy C., O'Donnell L., Clarke M. C.* Childhood trauma and adult mental disorder: A systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies // *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2021. V. 143 (3). P. 189–205. doi: 10.1111/acps.13268
- Mead J., Fisher Z., Kemp A. H.* Moving beyond disciplinary silos towards a transdisciplinary model of wellbeing: An invited review // *Frontiers in Psychology*. 2021. V. 12. Art. 642093. doi: 10.3389/fpsyg.2021.642093
- Meagher B. R.* Ecologizing social psychology: The physical environment as a necessary constituent of social processes // *Personality and Social Psychology Review*. 2020. V. 24 (1). P. 3–23. doi: 10.1177/1088868319845938
- Miscioscia M., Simonelli A., Svanellini L., Sisti M., Sudati L., Brianda M. E., Battistella P. A., Gatta M.* An integrated approach to child psychotherapy with co-parental support: A longitudinal outcome study // *Research in Psychotherapy, Psychopathology, Process and Outcome*. 2018. V. 21 (2). P. 63–71. doi: 10.4081/ripppo.2018.297
- Mitchell G.* Indicators as tools to guide progress on the sustainable development pathway // *Sustaining human settlement: A challenge for the new millennium* / Ed. R. J. Lawrence. Newcastle: Urban International Press, 2000. P. 55–104.
- Mkhize N.* African traditions and the social, economic and moral dimensions of fatherhood // *Baba: Men and fatherhood in South Africa* / Eds L. Richter, R. Morrell. Cape Town: HSRC Press, 2006. P. 183–198.
- Mosavel M., Ahmed R., Ports K. A., Simon C.* South African, urban youth narratives: resilience within community // *International Journal of Adolescence and Youth*. 2015. V. 20 (2). P. 245–255. doi: 10.1080/02673843.2013.785439
- Narayan A. J., Ghosh Ippen C., Harris W. W., Lieberman A. F.* Assessing angels in the nursery: A pilot study of childhood memories of benevolent caregiving as protective influences // *Infant Mental Health Journal*. 2017. V. 38. P. 461–474. doi: 10.1002/imhj.21653
- Nurius P., LaValley K., Kim M.-H.* Victimization, poverty, and resilience resources: stress process considerations for adolescent mental health // *School Mental Health*. 2020. V. 12 (1). P. 124–135. doi: 10.1007/s12310-019-09335-z
- O'Malley P.* Resilient subjects: Uncertainty, warfare and liberalism // *Economy and Society*. 2010. V. 39 (4). P. 488–509. doi: 10.1080/03085147.2010.510681

- Oiamo T. H., Luginaah I. N., Baxter J.* Cumulative effects of noise and odour annoyances on environmental and health related quality of life // *Social Science and Medicine*. 2015. V. 146. P. 191–203. doi: 10.1016/j.socscimed.2015.10.043
- Okedeyi O. O., Dube S., Awofolu O. R., Nindi M. M.* Assessing the enrichment of heavy metals in surface soil and plant (*Digitaria eriantha*) around coal-fired power plants in South Africa // *Environmental Science and Pollution Research*. 2014. V. 21. P. 4686–4696. doi: 10.1007/s11356-013-2432-0
- Orben A., Tomova L., Blakemore S.-J.* The effects of social deprivation on adolescent development and mental health // *Lancet Child and Adolescent Health*. 2020. V. 4 (8). P. 634–640. doi: 10.1016/S2352-4642(20)30186-3
- Osborn T. L., Venturo-Conerly K. E., Gan J. Y., Rodriguez M., Alemu R. G., Roe E., Arango S. G., Wasil A. R., Campbell S., Weisz J. R., Wasanga C. M.* Depression and anxiety symptoms amongst Kenyan adolescents: Psychometric properties, prevalence rates and associations with psychosocial wellbeing and sociodemographic factors // *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. 2022. V. 50 (11). P. 1471–1485. doi: 10.1007/s10802-022-00940-2
- Panagiotti M., Gooding P. A., Triantafyllou K., Tarrier N.* Suicidality and post-traumatic stress disorder (PTSD) in adolescents: A systematic review and meta-analysis // *Social Psychiatry and Psychiatry Epidemiology*. 2015. V. 50. P. 525–537. doi: 10.1007/S00127-014-0978-X
- Panter-Brick C., Eggerman M.* Understanding culture, resilience and mental health: The production of hope // *The Social Ecology of Resilience* / Ed. M. Ungar. New York: Springer, 2012. P. 369–386. doi: 10.1007/978-1-4614-0586-3\_29369–386
- Panter-Brick C., Hadfield K., Dajani R., Eggerman M., Ager A., Ungar M.* Resilience in context: A brief and culturally grounded measure for Syrian refugee and Jordanian host-community adolescents // *Child Development*. 2018. V. 89 (5). P. 1803–1820. doi: 10.1111/cdev.12868
- Patton G. C., Sawyer S. M., Santelli J. S., Ross D. A., Afifi R., Allen N. B., Aroora M., Azzopardi P., Baldwin W., Bonell C., Kakuma R., Kennedy E., Mahon J., McGovern T., Mokdad A. H., Patel V., Petroni S., Reavley N., Taiwo K., Waldfogel J., Wickremarathne D., Barroso C., Bhutta Z., Fatusi A. O., Mattoo A., Diers J., Fang J., Ferguson J., Ssewamala F., Viner R. M.* Our future: A Lancet commission on adolescent health and wellbeing // *Lancet*. 2016. V. 11. № 387 (10036). P. 2423–2478. doi: 10.1016/S0140-6736(16)00579-1

- Pelallo-Martinez N. A., Batres-Esquivel L., Carrizales-Yanez L., Diaz-Barriga F. M.* Genotoxic and hematological effects in children exposed to a chemical mixture in a petrochemical area in Mexico // *Archives of Environmental Contamination and Toxicology*. 2014. V. 67 (1). P. 1–8. doi: 10.1007/s00244-014-9999-4
- Phelps E., Balsano A. B., Fay K., Peltz J. S., Zimmerman S. M., Lerner R. M., Lerner J. V.* Nuances in early adolescent developmental trajectories of positive and problematic/risk behaviors: Findings from the 4<sup>th</sup> study of positive youth development // *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*. 2007. V. 16 (2). P. 473–496. doi: 10.1016/j.chc.2006.11.006
- Phillippe K. A., Gonzalez Sullivan L.* National profile of community colleges: Trends and statistics. Washington, DC: American Association of Community Colleges, 2005.
- Pickering G. J., Dale G.* Trait anxiety predicts pro-environmental values and climate change action // *Personality and Individual Differences*. 2023. V. 205. Art. 112101. doi: 10.1016/j.paid.2023.112101
- Pluess M.* Individual differences in environmental sensitivity // *Child Development Perspectives*. 2015. V. 9. P. 138–143. doi: 10.1111/cdep.12120
- Pynoos R. S., Frederick C., Nader K., Arroyo W., Steinberg A., Et S., Nunez F., Fairbanks L.* Life threat and posttraumatic stress in school-age children // *Archives of General Psychiatry*. 1987. V. 44 (12). P. 1057–1063. doi: 10.1001/archpsyc.1987.01800240031005
- Raja D., Singh H., Chail A., Dangi A.* Prevalence of childhood depression in school going adolescents in an urban Indian school // *Industrial Psychiatry Journal*. 2020. V. 29 (1). P. 88–92. doi: 10.4103/ipj.ipj\_71\_20
- Ramadan A. M. H., Ataallah A. G.* Are climate change and mental health correlated? // *General Psychiatry*. 2021. V. 34 (6). Art. e100648. doi: 10.1136/gpsych-2021-100648
- Ramphale M.* Conversations with my sons and daughters. Johannesburg: Penguin, 2012.
- Reason P., Bradbury H.* The SAGE Handbook of action research: Participative inquiry and practice. London: Sage, 2008.
- Renbarger R. L., Padgett R. N., Cowden R. G., Govender K., Yilmaz M. Z., Scott L. M., Makhnach A. V., Novotny J. S., Nugent G., Rosenbaum L., Křeménková L.* Culturally relevant resilience: A psychometric meta-analysis of the Child and Youth Resilience Measure (CYRM) // *Journal of Research on Adolescence*. 2020. V. 30 (4). P. 896–912. doi: 10.1111/jora.12569

- Richters J. E., Martinez P.* The NIMH community violence project: I. Children as victims of and witnesses to violence // *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*. 1993. V. 56 (1). P. 7–21. doi: 10.1080/00332747.1993.11024617
- Rocha J. C., Peterson G. D., Biggs R.* Regime shifts in the anthropocene: Drivers, risks, and resilience // *PLoS One*. 2015. V. 10 (8). Art. e0134639. doi: 10.1371/journal.pone.0134639
- Rojewski J. W., Lee I. H., Gregg N.* Intermediate work outcomes for adolescents with high-incidence disabilities // *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*. 2014. V. 37 (2). P. 106–118. doi: 10.1177/2165143412473352
- Romeu D.* Is climate change a mental health crisis? // *B.J. Psych Bulletin*. 2021. V. 45 (4). P. 243–245. doi: 10.1192/bjb.2021.30
- Rosenfield S., Mouzon D.* Gender and mental health // *Handbook of the sociology of mental health* / Eds C. S. Aneshensel, J. C. Phelan, A. Bierman. Berlin: Springer Science–Business Media, 2013. P. 277–296. doi: 10.1007/978-94-007-4276-5\_14
- Roy H. E., Pocock M. J. O., Preston C. D., Roy D. B., Savage J., Tweddle J. C., Robinson L. D.* Understanding citizen science and environmental monitoring. Final report on behalf of UK-EOF. Wallingford, Oxfordshire: Centre for Ecology & Hydrology, 2012.
- Ruchkin V., Jones S., Vermeiren R., Schwab-Stone M.* The strengths and difficulties questionnaire: The self-report version in American urban and suburban youth // *Psychological Assessment*. 2008. V. 20. P. 175–182. doi: 10.1037/1040-3590.20.2.175
- Ruchkin V., Schwab-Stone M., Vermeiren R.* Social and Health Assessment (SAHA): Psychometric development summary. New Haven, CT: Yale University, 2004.
- Rutter M.* Psychosocial resilience and protective mechanisms // *The American Journal of Orthopsychiatry*. 1987. V. 57 (3). P. 316–331. doi: 10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x
- Rutter M.* Resilience as a dynamic concept // *Development and Psychopathology*. 2012. V. 24 (2). P. 335–344. doi: 10.1017/S0954579412000028
- Sachs-Ericsson N. J., Rushing N. C., Stanley I. H., Sheffler J.* In my end is my beginning: developmental trajectories of adverse childhood experiences to late-life suicide // *Aging Mental Health*. 2016. V. 20. P. 139–165. doi: 10.1080/13607863.2015.1063107
- Sanders J., Munford R., Liebenberg L.* The role of teachers in building resilience of at-risk youth // *International Journal of Educational Research*. 2016. V. 80. P. 111–123. doi: 10.1016/j.ijer.2016.10.002

- Sanson A. V., Masten A. S.* Climate change and resilience: Developmental science perspectives // *International Journal of Behavioral Development*. 2023. P. 1–10. doi: 10.1177/01650254231186332
- Sawyer S. M., Azzopardi P. S., Wickremarathne D., Patton G. C.* The age of adolescence // *Lancet. Child and Adolescent Health*. 2018. V. 2 (3). P. 223–228. doi: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1
- Schaufeli W., Bakker A.* UWES Utrecht Work Engagement Scale Preliminary Manual. Occupational Health Psychology Unit Utrecht University. Utrecht, 2004.
- Schaufeli W. B., Bakker A. B., Salanova M.* The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study // *Educational and Psychological Measurement*. 2006. V. 66 (4). P. 701–716. doi: 10.1177/0013164405282471
- Schlegelmilch B. B., Bohlen G. M., Diamantopoulos A.* The link between green purchasing decisions and measures of environmental consciousness // *European Journal of Marketing*. 1996. V. 30 (5). P. 35–55. doi: 10.1108/03090569610118740
- Schultz P. W.* Empathizing with nature: The effects of perspective-taking on concern for environmental issues // *Journal of Social Issues*. 2000. V. 56 (3). P. 391–406. doi: 10.1111/0022-4537.00174
- Schultze-Lutter F., Schimmelmann B. G., Schmidt S. J.* Resilience, risk, mental health and well-being: Associations and conceptual differences // *European Journal of Child and Adolescent Psychiatry*. 2016. V. 25. P. 459–466. doi: 10.1007/s00787-016-0851-4
- Sebastian C. L., Tan G. C. Y., Roiser J. P., Viding E., Dumontheil I., Blakemore S.-J.* Developmental influences on the neural bases of responses to social rejection: Implications of social neuroscience for education // *NeuroImage*. 2011. V. 57 (3). P. 686–694. doi: 10.1016/j.neuroimage.2010.09.063
- Simkhovich V. A., Naumau D. I.* Social optimism as epiphenomenon of subjective assessment of Belarusian students' life quality // *Journal of the Belarusian State University. Sociology*. 2021. V. 3. P. 93–103. doi: 10.33581/2521-6821-2021-3-93-103
- Singstad M. T., Wallander J. L., Greger H. K., Lydersen S., Sønnichsen Kaye N.* Perceived social support and quality of life among adolescents in residential youth care: A cross-sectional study // *Health and Quality of Life Outcomes*. 2021. V. 19. Art. 29. doi: 10.1186/s12955-021-01676-1
- Somerville L. H.* Special issue on the teenage brain: Sensitivity to social evaluation // *Current Directions in Psychological Science*. 2013. V. 22 (2). P. 121–127. doi: 10.1177/0963721413476512

- Sroufe L. A.* The concept of development in developmental psychopathology // *Child Development Perspectives*. 2009. V. 3 (3). P. 178–183. doi: 10.1111/j.1750-8606.2009.00103.x
- Steiner R. J., Sheremenko G., Lesesne C., Dittus P. J., Sieving R. E., Ethier K. A.* Adolescent connectedness and adult health outcomes // *Pediatrics*. 2019. V. 144 (1). Art. e20183766. doi: 10.1542/peds.2018-3766
- Stevenson A., Oldfield J., Ortiz E.* Image and word on the street: A reflexive, phased approach to combining participatory visual methods and qualitative interviews to explore resilience with street connected young people in Guatemala City // *Qualitative Research in Psychology*. 2022. V. 19 (1). P. 176–203. doi: 10.1080/14780887.2018.1557769
- Stewart D. E., Yuen T.* A systematic review of resilience in the physically ill // *Psychosomatics*. 2011. V. 52 (3). P. 199–209. doi: 10.1016/j.psych.2011.01.036
- Sustaining innovation: Collaboration models for a complex world* / Ed S. P. MacGregor, T. Carleton. New York: Springer, 2012. doi: 10.1007/978-1-4614-2077-4
- Tariq M., Yasir M., Majid A.* Promoting employees' environmental performance in hospitality industry through environmental attitude and ecological behavior: Moderating role of managers' environmental commitment // *Corporate Social Responsibility and Environmental Management*. 2020. V. 27 (6). P. 3006–3017. doi: 10.1002/CSR.2019
- Taylor Z. E., Jones B. L.* Cultural contributors to ego-resiliency and associations with depressive problems in Midwestern Latino youth // *Journal of Research on Adolescence*. 2020. V. 30. P. 349–361. doi: 10.1111/jora.12481
- Theron L.* Adolescent versus adult explanations of resilience enablers: A South African study // *Youth & Society*. 2020. V. 52 (1). P. 78–98. doi: 10.1177/0044118X17731032
- Theron L.* Learning about systemic resilience from studies of student resilience // *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change* / Ed. M. Ungar. New York: Oxford University Press, 2021. P. 232–252.
- Theron L., Rothmann S., Hölte J., Ungar M.* Differential adaptation to adversity: A latent profile analysis of youth engagement with resilience-enabling cultural resources and mental health outcomes in a stressed Canadian and South African community // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2022. V. 53 (3–4). P. 403–425. doi: 10.1177/00220221221077353
- Theron L., Theron A.* A critical review of studies of South African youth resilience, 1990–2008 // *South African Journal of Science*. 2010. V. 106 (7/8). Art. 252. doi: 10.4102/SAJS.V106I7/8.252

- Theron L. C., Theron A. M. C., Malindi M. J.* Toward an African definition of resilience // *Journal of Black Psychology*. 2012. V. 39 (1). P. 63–87. doi: 10.1177/0095798412454675
- Theron L., Ungar M.* Limiting the impacts of child abuse and neglect by understanding which supports matter most: A differential impact approach // *Child Abuse & Neglect*. 2018. V. 78. P. 1–3. doi: 10.1016/j.chiabu.2018.01.018
- Thibodeaux J.* Conceptualizing multilevel research designs of resilience // *Journal of Community Psychology*. 2021. V. 49. P. 1418–1435. doi: 10.1002/jcop.22598
- Tomasdottir M. O., Sigurdsson J. A., Petursson H., Kirkengen A. L., Krokstad S., McEwen B., Hetlevik I., Getz L.* Self-reported childhood difficulties, adult multimorbidity and allostatic load. A cross-sectional analysis of the Norwegian HUNT Study // *PLoS One*. 2015. V. 10 (6). Art. e0130591. doi: 10.1371/journal.pone.0130591
- Thomashow M.* Ecological identity. Becoming a reflective environmentalist. Cambridge: MIT Press, 1995.
- Thomson A. M., Perry J. L.* Collaboration processes: inside of black box // *Public Administration Review*. 2006. V. 66. P. 20–32. doi: 10.1111/j.1540-6210.2006.00663.x
- Tost H., Champagne F. A., Meyer-Lindenberg A.* Environmental influence in the brain, human welfare and mental health // *Nature Neuroscience*. 2015. V. 18. P. 1421–1431. doi: 10.1038/nn.4108
- Ungar M.* The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct // *American Journal of Orthopsychiatry*. 2011. V. 81. P. 1–17. doi: 10.1111/j.1939-0025.2010.01067
- Ungar M.* Practitioner review: Diagnosing childhood resilience – a systemic approach to the diagnosis of adaptation in adverse social and physical ecologies // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2015. V. 56 (1). P. 4–17. doi: 10.1111/jcpp.12306
- Ungar M.* Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity // *Ecology and Society*. 2018. V. 23 (4). Art. 34. doi: 10.5751/ES-10385-230434
- Ungar M.* Modeling multisystemic resilience: Connecting biological, psychological, social and ecological adaptation in contexts of adversity // *Multisystemic Resilience: Adaptation and transformation in contexts of change* / Ed. M. Ungar. New York: Oxford University Press, 2021. P. 6–34.
- Ungar M., Clark S. E., Kwong W.-M., Makhnach A., Cameron C. A.* Studying resilience across cultures // *Journal of Ethnic and Cultural Diversity in Social Work*. 2005. V. 14 (3/4). P. 1–19. doi: 10.1300/j051v14n03\_01

- Ungar M., Ghazinour M., Richter J.* Annual research review: What is resilience within the social ecology of human development? // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2013. V. 54 (4). P. 348–366. doi: 10.1111/jcpp.12025
- Ungar M., Hadfield K.* The differential impact of environment and resilience on youth outcomes // *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne des Sciences du Comportement*. 2019. V. 51 (2). P. 135–146. doi: 10.1037/cbs0000128
- Ungar M., Liebenberg L.* Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the child and youth resilience measure // *Journal of Mixed Methods Research*. 2011. V. 5 (2). P. 126–149. doi: 10.1177/1558689811400607
- Ungar M., Liebenberg L., Armstrong M., Dudding P., Van de Vijver F.* Patterns of psychosocial service use: Individual and contextual risk factors and resilience among adolescents using multiple services // *Child Abuse and Neglect*. 2013. V. 37. P. 150–159. doi: 10.1016/j.chiabu.2012.05.007
- Ungar M., Liebenberg L., Boothroyd R., Kwong W. M., Lee T. Y., Leblank J., Duque L., Makhnach A.* The study of youth resilience across cultures: Lessons from a pilot study of measurement development // *Research in Human Development*. 2008. V. 5 (3). P. 166–180. doi: 10.1080/15427600802274019
- Ungar M., Theron L., Murphy K., Jefferies P.* Researching multisystemic resilience: A sample methodology // *Frontiers in Psychology*. 2021. V. 11. Art. 607994. doi: 10.3389/fpsyg.2020.607994
- UNICEF Annual Report. 2015. URL: [https://www.unicef.org/media/50046/file/UNICEF\\_Annual\\_Report\\_2015\\_ENG.pdf](https://www.unicef.org/media/50046/file/UNICEF_Annual_Report_2015_ENG.pdf) (дата обращения: 01.01.2024).
- UNICEF. The climate crisis is a child rights crisis. Introducing the Children's Climate Risk Index. 2021. URL: <https://www.unicef.org/reports/climate-crisis-child-rights-crisis> (дата обращения: 02.01.2024).
- van Breda A. D., Theron L. C.* A critical review of South African child and youth resilience studies, 2009–2017 // *Children and Youth Services Review*. 2018. V. 91. P. 237–247. doi: 10.1016/j.childyouth.2018.06.022
- van Kamp I., Leidelmeijer K., Marsman G., de Hollander A.* Urban environmental quality and human well-being: Towards a conceptual framework and demarcation of concepts: a literature study // *Landscape and Urban Planning*. 2003. V. 65 (1–2). P. 5–18. doi: 10.1016/S0169-2046(02)00232-3



- van Rensburg A. C., Theron L. C., Ungar M.* Using the CYRM-28 with South African young people: A factor structure analysis // *Research on Social Work Practice*. 2017. V. 29 (1). P. 93–102. doi: 10.1177/1049731517710326
- Walker J., Cooper M.* Genealogies of resilience: From systems ecology to the political economy of crisis adaptation // *Security Dialogue*. 2011. V. 42 (2). P. 143–160. doi: 10.1177/0967010611399616
- Walsh F.* Family resilience: Strengths forged though adversity // *Normal family processes* / Ed. F. Walsh. New York: Guilford, 2012. P. 399–427.
- Ware J. E. J., Sherbourne C. D., Davies A. R.* Developing and testing the MOS 20-Item Short-Form Health Survey: A general population application // *Measuring Functioning and Well-Being: The medical outcomes study approach* / Eds A. L. Stewart, J. E. J. Ware. Durham, NC: Duke University Press, 1992. P. 277–290.
- Weigert A. J.* Self, Interaction and Natural Environment. Albany: State University of New York Press, 1997.
- Werner E. E.* Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study // *Development and Psychopathology*. 1993. V. 5 (4). P. 503–515. doi: 10.1017/S095457940000612X
- Weyn S., Van Leeuwen K., Pluess M., Lionetti F., Greven C. U., Goossens L., Colpin H., Van Den Noortgate W., Verschueren K., Bastin M., Van Hoof E., De Fruyt F., Bijttebier P.* Psychometric properties of the Highly Sensitive Child scale across developmental stage, gender and country // *Current Psychology*. 2021. V. 40. P. 3309–3325. doi: 10.1007/s12144-019-00254-5
- Wilson J. P.* PTSD and complex PTSD: Symptoms, syndromes and diagnoses // *Assessing Psychological Trauma and PTSD* / Eds J. P. Wilson, T. M. Keane. New York: Guilford, 2004. P. 7–44.
- Windle G., Markland D. A., Woods R. T.* Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age // *Aging and Mental Health*. 2008. V. 12 (3). P. 285–292. doi: 10.1080/13607860802120763
- Wissing M. P.* Beyond the “Third Wave of Positive Psychology”: Challenges and opportunities for future research // *Frontiers in Psychology*. 2022. V. 12. Art. 795067. doi: 10.3389/fpsyg.2021.795067
- Wright M. O. D., Masten A. S., Narayan A. J.* Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity // *Handbook of Resilience in Children* Springer / Eds S. Goldstein, R. B. Brooks. New York: Science+Business Media, 2013. P. 15–37. doi: 10.1007/978-1-4614-3661-4\_2

- Yair O., Miodownik D.* Youth bulge and civil war: Why a country's share of young adults explains only non-ethnic wars // *Conflict Management and Peace Science*. 2016. V. 33 (1). P. 25–44. doi: 10.1177/0738894214544613
- Zainulabid U.* Resilience and health-related quality of life among Hepatitis C patients in Pahang, Malaysia // *Bangladesh Journal of Medical Science*. 2022. V. 21 (1). P. 165–170. doi: 10.3329/bjms.v21i1.56344
- Zhou K., Ning F., Wang W., Li X.* The mediator role of resilience between psychological predictors and health-related quality of life in breast cancer survivors: A cross-sectional study // *BMC Cancer*. 2022. V. 22. Art. 57. doi: 10.1186/s12885-022-09177-0

# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

## АНКЕТА «ОЦЕНКА СОЦИАЛЬНОГО И ЭКОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В РЕГИОНЕ ПРОЖИВАНИЯ»

### I. Вопросы для обсуждения в группах школьников:

1. Расскажи о подростках твоего города. Какие они? Что в них особенного: хорошего или плохого?
2. С какими жизненными трудностями они сталкиваются?
3. Как ты думаешь, что помогает им справляться с этими трудностями?
4. Есть ли у тебя знакомые сверстники, которые, несмотря на трудности, сумели преодолеть их, и что они для этого сделали?
5. С какими наиболее серьезными трудностями ты сталкиваешься в твоей жизни сейчас:
  - в твоей семье;
  - с друзьями;
  - со сверстниками;
  - в школе?
6. Как ты сам преодолеваешь трудности, когда с ними сталкиваешься...
  - в твоей семье;
  - с друзьями;
  - со сверстниками;
  - в школе?
7. Когда происходит что-то плохое с тобой, что это значит...
  - для тебя;
  - твоей семьи;
  - твоих друзей (знакомых)?

8. Что ты знаешь об экологии твоего города?

- Как она влияет на твою повседневную жизнь?
- Как она влияет на членов твоей семьи?
- Как она влияет на твои отношения с друзьями?
- Как она влияет на твои планы о будущем?

9. Как ты думаешь, что можно изменить в экологии твоего города?

10. Что ты можешь сделать (делаешь) для улучшения экологии города?

## II. Вопросы для обсуждения в группах студентов

1. Расскажите о подростках, молодых людях вашего города. Какие они? Что в них особенного: хорошего или плохого?

2. С какими жизненными трудностями они сталкиваются?

3. Как вы думаете, что помогает им справляться с этими трудностями?

4. Есть ли у вас знакомые сверстники, которые, несмотря на трудности, сумели преодолеть их, и что они для этого сделали?

5. С какими наиболее серьезными трудностями вы сталкиваетесь в твоей жизни сейчас:

- в вашей семье;
- с друзьями;
- со сверстниками;
- в вузе?

6. Как вы сами преодолеваете трудности, когда с ними сталкиваетесь...

- в семье;
- вне дома;
- среди сверстников;
- в вузе?

7. Когда происходит что-то плохое с вами, что это значит...

- для вас;
- для вашей семьи;
- для ваших друзей (знакомых)?

8. Что вы знаете об экологии вашего города?

- 
- Как экология влияет на вашу повседневную жизнь?
  - Как экология влияет на членов вашей семьи?
  - Как экология влияет на ваши отношения с друзьями?
  - Как экология влияет на ваши планы о будущем?
9. Как вы думаете, что можно изменить в экологии вашего города?
10. Что вы можете сделать (делаете) для улучшения экологии города?

# ПРИЛОЖЕНИЕ 2

## ПРОГРАММА ДЛЯ МОЛОДЕЖНЫХ ОБЩЕСТВЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

### Паспорт

Название	Целевая программа «Развитие жизнеспособности молодежи в контексте негативных социально-экономических и экологических условий среды»
Основание для разработки	Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020). Федеральный закон от 19 мая 1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях» с изменениями на 2 декабря 2019 г. Федеральный закон от 22 августа 2004 г. № 122-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений» с изменениями на 28 декабря 2016 г. Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденные Распоряжением Правительства Российской Федерации от 19 ноября 2014 г. № 2403-р.
Разработчик	Институт психологии Российской академии наук
Целевая аудитория	Программа разработана для официально зарегистрированных или действующих на базе официальных структур молодежных общественных организаций вне зависимости от территориальной сферы их деятельности, осуществляющих разнопрофильную работу с подростками и молодыми людьми от 14 до 24 лет.
Актуальность	Актуальность определяется необходимостью оказания помощи молодым людям в оптимизации их взаимодействия с семьей и сверстниками (ближайшим окружением), с социальными системами и институтами для предупреждения внутриличностных и межличностных кризисных явлений негативного характера, получения своевременной поддержки в трудной жизненной ситуации.

Актуальность	<p>Можно назвать следующие предпосылки возникновения затруднений в развитии жизнеспособности современной молодежи, вызывающие потребность в такой помощи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— кризисные социально-экономические условия жизнедеятельности и развития современной молодежи; затруднения в социокультурной идентификации, проявления десоциализации и маргинализации молодежи как социальной группы;</li> <li>— глобальный экологический кризис и связанная с ним неполная адекватность характеристик природной (физической) среды гено- и фенотипическим свойствам человека, проживающего в регионе экологического неблагополучия, и в силу этого возникновение дополнительной нагрузки на его организм и психику;</li> <li>— повышение уровня заболеваемости молодежи;</li> <li>— недостаточная психологическая адаптация молодежи к сложным условиям жизненной среды, рост подростковых и молодежных самоубийств.</li> </ul>
Цель, задачи и ожидаемые результаты	<p><i>Цель:</i> создать теоретико-методическую основу для деятельности молодежных общественных организаций в специальной социально-значимой области — области развития жизнеспособности молодых людей.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— выделить направления деятельности молодежных организаций в данной области;</li> <li>— назвать ряд важнейших технологий, обеспечивающих результативность деятельности по развитию жизнеспособности молодежи;</li> <li>— предложить критерии определения эффективности деятельности по развитию жизнеспособности молодежи.</li> </ul> <p>Реализация программы позволит повысить показатели жизнеспособности молодых людей, их адаптации в условиях современного социума.</p>
Направленность программы и планируемые результаты	<p>Программа ориентирована на деятельность молодежных организаций, связанную с развитием жизнеспособности молодежи и направленную на достижение следующих результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— развитие здоровьесберегающих жизненных ориентаций молодежи;</li> <li>— развитие системы внутренних психологических ресурсов, т. е. индивидуальных характеристик и свойств личности (позитивных просоциальных смысловых ценностей, внутренней субъектной позиции, жизнестойкости, стрессоустойчивости и саморегуляции, уверенности в себе, настойчивости, самостоятельности и других волевых качеств);</li> <li>— развитие умений получения молодым человеком социальной поддержки (поддержки социальных институтов и организаций, поддержки окружающих, сверстников): развитие социальной, социально-коммуникативной, коммуникативной компетентности.</li> </ul>

Показатели достижения цели и решения задачи	<p>Показателем достижения цели и решения задач служит наличие и/или достижение более высокого уровня развития у молодых людей следующих качеств и умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— понимания ценности здоровья и стремления к здоровому образу жизни;</li> <li>— индивидуальных характеристик и свойств личности, составляющих внутренние ресурсы жизнеспособности: позитивной направленности личности, жизнестойкости, волевых качеств, стрессоустойчивости и др.;</li> <li>— социально-коммуникативных умений, способствующих получению общественной поддержки в трудных жизненных ситуациях.</li> </ul> <p>Для определения этого в программе названы когнитивно-смысловые (знания, понимания), эмоциональные (отношения) и деятельностные (умения) критерии наличия или более высокого уровня развития указанных показателей, рекомендованы методы и методики их психодиагностики.</p>
---	---

## **I. Концептуальный раздел**

### *Введение*

Социально-психологические, педагогические исследования и практика убеждают в том, что эффективным пространством для развития жизнеспособности молодых людей может являться деятельность молодежной общественной организации. По И. С. Кону, «молодежь — это социально-демографическая группа, выделяемая на основе совокупности возрастных характеристик, особенностей социального положения, имеющая определенные социально-психологические характеристики. Молодость как определенная фаза, этап жизненного цикла биологически универсальна, но ее конкретные возрастные рамки, связанный с ней социальный статус и социально-психологические особенности имеют социально-историческую природу и зависят от общественного строя, культуры и свойственных данному обществу закономерностей социализации» (Кон, 1989, с. 478). Молодежь имеет подвижные границы своего возраста, они зависят от особенностей социально-экономического развития общества, уровня его культуры, условий жизни. Ученые по-разному определяют рамки возраста, в среднем очерчивая их от 14 до 30 лет; в настоящей программе имеется в виду возрастная группа 14–24 лет.

Согласно Федеральному закону от 19.05.95 № 82-ФЗ (ред. от 02.12.2019) «Об общественных объединениях», общественной организацией является основанное на членстве общественное объединение,



созданное на основе совместной деятельности для защиты общих интересов и достижения уставных целей объединившихся граждан.

В списке молодежных организаций России на сегодняшний день тысячи различных детских и юношеских объединений. Молодежное движение охватывает как официально зарегистрированные, имеющие соответствующий правовой статус общественные объединения молодежи, так и формирования, не носящие четко определенного характера. Их классифицируют по разным основаниям.

24 организации, входящие в Федеральный реестр молодежных и детских общественных объединений, пользуются государственной поддержкой. Это, например, Общероссийское общественное движение «Ассоциация учащейся молодежи Российского союза молодежи «Содружество» (АУМ РСМ «Содружество»), Молодежная общероссийская общественная организация «Российские студенческие отряды», Общероссийская молодежная общественная организация «Российский союз сельской молодежи», Общероссийская общественная организация «Всероссийский студенческий союз», Общероссийское общественное движение «Россия молодая» и др.

Забайкальская региональная общественная молодежная организация «Союз творческих, активных, работоспособных, трудолюбивых» («СТАРТ»), Воронежское региональное общественное движение работающей молодежи – пример территориальных общественных организаций молодежи.

Но для данной программы вид организации не имеет принципиального значения. Важно, чтобы ее деятельность носила просоциальный характер.

По содержанию деятельности это могут быть, например, объединения, организующие социальное творчество, т. е. конструирующие среду для приобретения навыков социального взаимодействия; связанные с общественными структурами; формирующие у молодежи положительное отношение к своему государству; обладающие культурологическим характером; ориентирующие на здоровый образ жизни и др.

Молодежная общественная организация, с ее открытостью и добровольностью членства, особой эмоционально-нравственной атмосферой, наличием более широких (чем в школе или вузе, в семье) социальных прав, обладает большим гуманистическим потенциалом, представляет каждому вовлеченному в движение молодому человеку обогащенные социально-образовательные условия для развития не-

обходимых внутренних жизненных сил, психических свойств поддержания устойчивой жизнедеятельности, проявления своей субъектной позиции. Организация формирует навыки межличностного взаимодействия молодежи в ближайшем окружении и контактов с социальными институтами, государственными структурами.

Б. С. Братусь, ссылаясь на С. Л. Рубинштейна, подчеркивает, что первейшее из условий жизни человека — это другой человек. Взаимодействие с другими людьми является условием и одновременно критерием его нормального развития (Братусь, 1997).

Разнообразие и социальная значимость, яркость форм деятельности молодежной общественной организации, ее преимущественно неформальный коллективный характер отвечают психологии подросткового и юношеского возраста, привлекательны для молодых людей и способны обеспечить реализацию самых разных направлений развития жизнеспособности при включении их в единую программу работы по решению других базовых задач молодежного движения. Развитие жизнеспособности может стать и отдельной самостоятельной областью деятельности молодежной общественной организации. Особенно важна она в регионах и на территориях с осложненной жизненной средой<sup>1</sup>.

### *Актуальность программы*

Жизненная среда человека в настоящее время все более осложняется из-за значительных и достаточно резких социально-экономических изменений, едва ли не непрерывных реформ, проводящихся во всех сферах и на всех уровнях функционирования общества, из-за общей нестабильности, малой предсказуемости жизни.

Глобальный экологический кризис деформировал природную составляющую жизненной среды. В регионах экологического неблагополучия характеристики природной среды не вполне адекватны гено- и фенотипическим свойствам популяции (Казначеев, 1980), что вызывает трудности биологической и, соответственно, психо-

---

1 Жизненная среда — совокупность природных и социальных условий и факторов, во взаимодействии с которыми происходит развитие организма и психики индивида, многих людей (Ясвин, 2000). Осложненные условия жизненной среды — это особые природно-климатические, экологические и социальные средовые характеристики, затрудняющие жизнедеятельность человека и обуславливающие специфику адаптационных процессов (Сараева и др., 2014).

логической и социальной адаптации человека. Возрастают нагрузки на все системы организма и психики человека, требуя выносливости, сопротивляемости, одновременно и гибкости, и устойчивости — сохранения жизнеспособности.

Что касается такой социальной группы, как молодежь, то ее можно назвать наиболее уязвимой и незащищенной перед вызовами времени. Она встречается сегодня и с трудностями, общими для всего населения нашей страны, и с собственными возрастными проблемами, связанными с неопределенностью, переходным статусом в социальной структуре. Решение этих проблем затрудняется в условиях стрессогенного социума и создает риски для поддержания жизнеспособности.

К наиболее острым из них относится ухудшающееся здоровье молодежи. Согласно данным Росстата, наблюдаются негативные тенденции в уровне заболеваемости различных возрастных групп населения России, прежде всего молодежи. За период с 2005 по 2016 гг. на 23,2% возросла заболеваемость подростков 15–17 лет с диагнозом, установленным впервые в жизни, темпы заболеваемости подростков оказались в 4,1 раз выше, чем у населения в целом (Журавлева, Лаконова, 2018). По данным 2023 г., в нашей стране 89,1% молодых людей в возрасте 15–19 лет и 38,7% молодых людей в возрасте 20–24 лет охвачено образованием (Образование в цифрах..., 2023). Озабоченность вызывают не только отдельные черты образа жизни старших школьников и студентов (дефицит ночного сна, чрезмерная продолжительность самоподготовки, низкий уровень двигательной активности, нарушения режима питания), но и наличие в их среде различных социальных девиаций, угрожающих генофонду нации: наркомании, алкоголизма.

В период смены ценностно-смысловых оснований жизни общества, эклектичности аксиологической сферы дополнительные трудности встречает решение молодыми людьми проблемы социокультурной идентификации, личностного самоопределения. У молодежи отсутствует необходимость и возможность усваивать жизненный опыт старших и переносить его в новые современные условия (при недостаточности собственного субъективного опыта и недостаточном осознании своих истинных потребностей и целей).

Серьезной проблемой для молодых людей является недостаточное взаимопонимание в семье: неготовность родителей к оптимальному взаимодействию с детьми, наличие барьеров в общении. Сложнос-

ти, вызывающие чувство одиночества, возникают и в межличностном общении молодых людей со сверстниками.

Насущным является обеспечение психологической безопасности молодых людей в условиях повышения риска стать объектами виктимизации — попасть в криминализированные группы, оказаться зависимым от алкоголя, наркотиков, оказаться в сообществе, пропагандирующем суицид, и т. д. Дифференциация и материальное расслоение общества приводят к расширению зоны десоциализации, маргинализации и люмпенизации молодежи.

Вызывает озабоченность проблема чрезмерной интенсификации обучения, все возрастающих психологических нагрузок в школе и вузе, стрессогенный характер контрольных, выпускных этапов этого процесса. Затруднения в получении высшего образования, а по его получении — недостаточность рабочих мест, невостребованность в профессии.

Значима для молодежи проблема профессионального самоопределения. С одной стороны, у молодых сегодня больше свободы выбора траектории профессионального развития, с другой стороны, объективные финансово-экономические условия нередко ограничивают эту свободу, создавая трудности в определении области профессиональной деятельности, заставляя прагматизировать профессиональный выбор.

Цель и задачи программы названы в ее Паспорте. Реализация задуманного позволит повысить показатели жизнеспособности молодых людей, их адаптации к условиям современного социума.

Понятие «жизнеспособность» — междисциплинарное и находит употребление в разных областях естественнонаучного и гуманитарного знания. Для психологической науки это понятие относительно новое и изучается в русле разных методологических подходов, в самых разнообразных ракурсах, с выделением многих аспектов анализа. Концептуализация понятия только совершается.

В зарубежной психологии «жизнеспособность» (resilience) понимается достаточно широко: и как процесс, и как способность, как результат и даже как состояние успешной адаптации, несмотря на сложные обстоятельства, угрозу существованию, стресс (Куфтяк, 2016).

Теория жизнеспособности имеет много общего с идеями и понятиями, распространенными в позитивной психологии, психологии совладающего поведения, психологии выносливости и салютогенеза.

Изучение жизнеспособности за рубежом началось в 1960–1970 гг., когда исследователи обратили внимание на жизнеспособность детей группы риска психопатологии и нарушений развития из-за неблагоприятной наследственности или средовых условий. Оказалось, что такие дети не обречены фатально на социальную неполноценность. Многие из них (названные неуязвимыми), вопреки обстоятельствам смогли достичь вполне успешной жизни. Отказавшись от идеи, что обнаруженная неуязвимость в неблагоприятных условиях есть врожденное свойство человека, ученые установили, что жизнеспособность может быть сформирована и развита.

Российскими учеными разработаны разные модели жизнеспособности.

Способность человека к выживанию, самостоятельному существованию, адаптации и развитию называют жизнеспособностью Е. А. Рыльская (Рыльская, 2009).

А. А. Нестеровой жизнеспособность рассматривается как устойчивая диспозиция личности, которая включает в себя следующие компоненты: 1) способность к активности и инициативе; 2) способность к самомотивации и достижениям; 3) эмоциональный контроль и саморегуляцию; 4) позитивные когнитивные установки и гибкость мышления; 5) самоуважение; 6) социальную компетентность; 7) адаптивные защитно-совладающие стратегии поведения; 8) способность организовывать свое время и планировать будущее (Нестерова, 2011). В основе формирования жизнеспособности личности лежит становление ее социальной компетентности.

С. В. Книжникова определила жизнеспособность как интегральную личностную характеристику, основанную на оптимальной смысловой регуляции, адекватной самооценке, развитых волевых качествах, высоком уровне социальной компетентности, коммуникативных способностях и умениях (Книжникова, 2010).

Эти определения жизнеспособности (есть и другие) приводятся здесь не просто для ознакомления и сопоставления. В них дается перечень характеристик, развитие которых, по мнению авторов, необходимо обеспечить, имея целью развитие жизнеспособности личности.

Как всякое сложное по проявлениям и механизмам явление, жизнеспособность обусловлена системой многих детерминант: факторов, условий, предпосылок. Называются разные варианты системной детерминации жизнеспособности личности. Например, Э. Ф. Зеер (Зеер, 2015) включает в число разноуровневых детерминант следующие:

1. Индивидуальные, физиологические, соматические, психические характеристики человека: здоровье, пол, возраст, телесность, а также наследственность.
2. Психофизиологические особенности человека, нейродинамические особенности, к которым следует отнести силу процессов возбуждения, уравновешенность и подвижность нервных процессов. Сочетания этих свойств определяют тип высшей нервной деятельности и темперамент. Очевидно, что наиболее оптимален сильный тип высшей нервной деятельности, но это утверждение не является бесспорным. К психофизиологическим детерминантам жизнеспособности относятся также активность, эмоциональность, нервно-психическая устойчивость.
3. Социально-психологические качества личности, такие как интернальность, оптимизм, экстра- и интроверсия, волевые характеристики: целеустремленность, настойчивость, решительность, сверхнормативная активность, самостоятельность, психологическая устойчивость.
4. Жизненный опыт человека, который может иметь позитивный или негативный характер. На успешность преодоления проблемных, стрессовых и нетипичных, неопределенных ситуаций положительно влияют социальная и профессиональная мобильность, адаптивность, трудоспособность, готовность к риску, к встрече с неизвестностью, отсутствие чрезмерного страха перед возможными ошибками и неудачами.
5. Направленность личности, выступающая структурообразующей функцией ее жизнеспособности и жизнестойкости: ее смысло-жизненные ориентации, готовность к трудностям и неудачам, восприятие неблагоприятных событий как вызов к их преодолению, ориентация на сохранение и сбережение здоровья. Этот уровень жизнедеятельности в большей степени носит социально обусловленный характер, определяет стилевые характеристики поведения, влияет на поддержание и обеспечение здоровье-сбережения, на социально-профессиональное самосохранение и долголетие. Одной из важных характеристик направленности личности выступает прогнозирование ею позитивного будущего, которое определяет вектор развития ее жизнеспособности и жизнестойкости в течение всего онтогенеза.

Эти разноуровневые детерминанты подсказывают, в каком направлении следует работать, развивая жизнеспособность личности.

Предлагаемая программа является практическим результатом выполнения под руководством А. В. Махнач международного проекта «Жизнеспособность подростков в условиях экологических и социально-экономических вызовов: исследование в рамках нескольких систем». Жизнеспособность изучается в русле социально-психологического подхода к анализу психических явлений (А. И. Лактионова, А. В. Махнач, А. А. Нестерова). А. В. Махнач трактует жизнеспособность как «способность человека к преодолению неблагоприятных жизненных обстоятельств с возможностью восстанавливаться и использовать для этого все возможные внутренние и внешние ресурсы, способность к жизни во всех ее проявлениях» (Махнач, 2016, с. 130). Жизнеспособность позволяет личности не только выстоять, не сломаться, но и достигать большей эффективности, чем если бы развитие происходило в обычных или облегченных условиях.

В структуре жизнеспособности А. В. Махнач выделяет следующие личностные и социально-психологические составляющие: самооффективность, настойчивость, совладание и адаптацию, внутренний локус контроля, семейные/социальные отношения, нравственность, культуру общества и человека.

Опираясь на эти базовые позиции, можно заключить, что жизнеспособность личности обеспечивается взаимодействием нескольких систем: системы ее внутренних психологических ресурсов (индивидуальных характеристик и свойств личности), системы ее социальной поддержки и системы широкого социально-культурного контекста ее жизни.

Многие молодежные общественные организации видят свою цель в содействии самореализации молодежи (например, цель АУМ РСМ «Содружество» — «содействие личностному и гражданскому развитию учащейся молодежи России»).

Как уже было сказано, деятельность молодежной общественной организации, даже не определяя специальной цели развития жизнеспособности молодежи, имеет разнообразные возможности для ее достижения. Прежде всего, любая социально и личностно значимая деятельность, которая развивает мотивацию к действию, преодолению трудностей, в которой человек занимает субъектную позицию, учится самостоятельно ставить и решать поставленные задачи, приходит к пониманию своих потребностей и целей, осознает свои возможности, — такая деятельность все дальше отодвигает его от ощущения и переживания своей беспомощности при встрече

че с трудностями (а известно, что жизнеспособность на одном полюсе и беспомощность — на другом составляют континуум). Только в деятельности осознается, проявляется и проверяется (оценивается) личностная эффективность, формируется настойчивость, самостоятельность и другие волевые качества личности. В деятельности происходит апробация и усвоение стратегий и способов преодоления препятствий, барьеров на пути к цели. Деятельность облегчает адаптацию к изменившимся или просто новым условиям.

Общественная деятельность требует взаимодействия с людьми, установления и поддержания межличностных контактов и связей с социальными структурами. Она вызывает потребность в развитии коммуникативных умений, формирует опыт апелляции к обществу, проявления социальной смелости, инициативы и получения необходимой социальной поддержки. Знакомство с широким социальным и культурным контекстом — важнейшее преимущество, которое обеспечивается деятельностью молодежной общественной организации. Социально ориентированные цели и задачи таких организаций раздвигают средовые границы деятельности и позволяют личности полнее осуществить себя. Социальная направленность личности укрепляет ее жизнестойкость, а значит — и жизнеспособность.

### *Структура основной части программы*

Основные методологические принципы разработки и реализации программы — деятельностный и личностный. Согласно им, психика человека развивается только в деятельности; это справедливо и для высшего уровня психики — психических свойств личности, многие из которых интегрируются в жизнеспособности.

По содержанию и способам организации процесса развития жизнеспособности молодежи данная программа является комплексной. Она может реализовываться целостно по выделенным в ней направлениям или, по усмотрению пользователей, концентрироваться на отдельных направлениях, приобретать проблемно-центрированный характер; использовать разные формы работы и технологии, которые будут названы ниже.

Для удобства применения программы и возможности ее адаптации к конкретным целям деятельности молодежной общественной организации реализован принцип модульности. Он предполагает цельность и завершенность, полноту и логичность построения частей предлагаемого к отработке материала в виде модулей. Каждый



модуль является самостоятельным продуктом, который можно использовать, не нарушая системы предлагаемого к усвоению и отработке материала. Динамичность этой технологии заключается в ее вариативности и гибкости.

В структурном плане каждый модуль раскрывает содержание деятельности молодежной общественной организации в одном определенном направлении развития жизнеспособности молодых людей.

Модуль может состоять из нескольких занятий, объединенных тематически или самостоятельных по теме и формам работы. Каждое занятие внутри модуля содержит инвариантную (информационную) часть, целью которой является раскрытие сущности отрабатываемых понятий жизнеспособности и ее составляющих. Возможные формы работы – элементы лекции, беседы, просмотр учебных фильмов и др.

Занятие включает в себя и две вариативные части. Аналитическая часть предлагает разные формы активного обсуждения, проработки предложенного материала: дискуссии, круглые столы, анализ сложных жизненных ситуаций, решение кейс-задач по теме. Для практической части модуля рекомендуется использование развивающих, обучающих технологий. Современные технологии – это сложный комплекс знаний, ноу-хау, систем выработки умений и навыков, в основе которого нередко лежат результаты научных исследований (Крутько, 2017; Технологии работы..., 2015).

В работе с молодежью эффективны интерактивные технологии, предусматривающие межличностное и межгрупповое взаимодействие для достижения цели (ролевая игра, деловая игра, операционная игра, групповая работа, коллективное творческое дело, квест, деловой театр, проектные технологии, конкурс, фестиваль, творческая мастерская, профессиональные встречи и др.).

Содержание этой части состоит в выполнении упражнений, отработке необходимых действий, апробации требуемых стратегий поведения, проведении тренингов. Этот компонент занятия включает в себя также выполнение творческих заданий по соответствующей теме, разработку проектов, просветительскую деятельность, осуществляемую молодежью, мероприятия по пропаганде здорового образа жизни, других ценностей.

Цель таких форм работы состоит в создании комфортных условий обучения и развития, при которых человек чувствует свою успешность, интеллектуальную состоятельность, что создает базу для самостоятельного решения им проблем.

В ряде модулей необходимо проведение опросов, анкетирования, тестирования молодых людей. По усмотрению пользователей психодиагностика возможна во всех модулях.

Система тренинговых, игровых и иных интерактивных практических занятий может быть самостоятельной частью каждого модуля.

Заканчивать занятие рекомендуется рефлексией того, что сделано.

Предлагаемая программа состоит из трех модулей:

1. Формирование здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодых людей.
2. Развитие внутренних психологических ресурсов жизнеспособности, т. е. индивидуальных характеристик и свойств личности (позитивных просоциальных смысложизненных ценностей, внутренней субъектной позиции, жизнестойкости, стрессоустойчивости и саморегуляции, уверенности в себе, умения решать разноуровневые жизненные проблемы, настойчивости, самостоятельности, инициативности и других волевых качеств).
2. Развитие умений получения молодыми людьми социальной поддержки (социальных институтов и организаций, окружающих и сверстников), их социальной, социально-коммуникативной компетентности.

### **Модуль 1. Формирование здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодежи**

Поскольку физическое, психическое и психологическое здоровье является основой жизнеспособности человека, формирование здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодых людей необходимо поставить во главу угла, развивая их жизнеспособность.

Уже говорилось о современных негативных тенденциях в состоянии здоровья молодых людей. Особого внимания требует молодежное население территорий с осложненными условиями жизненной среды. Так, здоровье подростков и юношей, родившихся и постоянно проживающих на экологически неблагоприятных территориях, подвергается многим дополнительным рискам.

В настоящее время наблюдается сочетание двух противоречивых тенденций в жизнедеятельности молодежи. С одной стороны, медико-биологическими исследованиями фиксируется снижение уровня здоровья молодежи, увеличение числа лиц, имеющих от-

клонения в физическом развитии. Проблемой является отсутствие у многих молодых людей мотивации сохранения здоровья, потребности и осознания необходимости здоровьесберегающего поведения. Существует заблуждение, что молодым не обязательно заботиться о своем здоровье, у них с ним и так все хорошо. Отсюда безразличное отношение к образу жизни и его здоровьесберегающим компонентам. Молодой человек может также, например, лишь частично заботиться о здоровье, старается, например, рационально питаться, больше двигаться, не имеет вредных привычек, но равнодушно относится к режиму труда, сна и отдыха. С другой стороны, у некоторых представителей молодого поколения проявляется своего рода «мода на здоровье»: стремление к здоровому образу жизни, к занятиям спортом, к увеличению ресурсов своего здоровья, к физической активности. Эти тенденции актуализируют проблему формирования осознанного отношения к здоровью, его сохранению и улучшению. Она может быть решена, только если молодой человек будет понимать ценность здоровья, если здоровый образ жизни, здоровьесбережение будут включены в систему его ценностных ориентаций<sup>1</sup>.

Здоровьесберегающие ценностные ориентации – компоненты структуры личности, сформированные на базе ценностных представлений о здоровье человека, имеющие эмоциональную значимость и детерминирующие здоровьесберегающее поведение личности (Гостев, Бондарчук, 2012). Названные авторы полагают, что развитию здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодежи способствуют актуализация и создание мотивов к здоровьесбережению, развитие рефлексивной позиции по отношению к своему здоровью, использование системы научно обоснованных технологий в процессе обучения молодых людей методам и техникам здоровьесбережения.

Необходимо, чтобы здоровье и здоровый образ жизни были приняты как идеал, к которому стоит стремиться, поскольку это способствует повышению социального статуса и во многом обеспечивает успешность деятельности. Важна в процессе формирования ценности здоровьесбережения ориентация на лидеров, особенно ли-

---

1 Ценность – феномен общественного и индивидуального сознания, характеризующийся отношением человека к предмету удовлетворения потребности и проявляющийся в форме идеалов, смыслов, представлений, убеждений, мнений. Ценностные ориентации являются деятельным выражением имеющихся у личности ценностей.

деров молодежного движения. Они задают образцы, создают кодексы здорового образа жизни.

Цель деятельности молодежной общественной организации в этом направлении — формировать ответственность молодых людей за свое здоровье, транслировать и внедрять опыт, привычки здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни — понятие многоплановое. Это активная деятельность людей, направленная на сохранение и укрепление здоровья как условия осуществления и развития других сторон и аспектов жизни, на преодоление «факторов риска» возникновения и развития заболеваний, на оптимальное использование в интересах охраны и улучшения здоровья социальных и природных условий и факторов (Дубровский, 2001).

По отношению к отдельному человеку здоровый образ жизни — это часть его общей культуры, процесс соблюдения определенных норм, правил и ограничений в повседневной жизни, способствующих сохранению здоровья, оптимальному приспособлению организма к условиям среды, высокому уровню работоспособности в учебной и профессиональной деятельности.

Здоровый образ жизни имеет своими составляющими благоприятное социальное окружение, духовно-нравственное благополучие, оптимальный двигательный режим, закаливание организма, рациональное питание, личную гигиену, отказ от вредных пристрастий и положительные эмоции.

Формирование здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодых людей предполагает ознакомление их с технологиями здоровьесбережения. Здоровьесберегающие технологии — системно организованная совокупность приемов, методов поддержания здоровья на оптимальном уровне. При их использовании необходимо учитывать важнейшие характеристики природной среды территории, на которой проводится работа, реальные условия жизни людей, влияющие на здоровье.

По характеру действия здоровьесберегающие технологии могут быть подразделены на 1) защитно-профилактические, направленные на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий; 2) компенсаторно-нейтрализующие, позволяющие восполнить недостаток того, что требуется организму для полноценной деятельности, или хотя бы частично нейтрализующие негативные воздействия; 3) стимулирующие, позволяющие активизировать собственные

силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния; 4) информационно-обучающие, которые обеспечивают информирование о здоровье и способах его сохранения, воспитывают культуру здоровья, обучают навыкам здоровья; 5) экологические здоровьесберегающие технологии: природоохранные мероприятия. Необходимо не просто ознакомить молодых людей со здоровьесберегающими технологиями, но и по возможности отработать их, помочь овладеть ими на практической части занятия.

Тематический план первого модуля					
№	Тема занятия	Количество часов			
		Информационная часть	Аналитическая часть	Практическая часть	Всего
1	Здоровье как ценность современного общества и человека, из чего оно складывается	1	1	1	3
2	Здоровый образ жизни: история и современность. Составляющие здорового образа жизни	1	1	1	3
3	Риски для здоровья в современном мире. Здоровье и окружающая среда	1	1	1	3
4	Вредные привычки	1	1	1	3
5	Технологии здоровьесбережения (технологии рекреации, компенсации физического, психического и социального здоровья)	1	1	2	4
Всего		5	5	6	16

### *Критерии сформированности здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодежи*

Когнитивно-смысловым критерием сформированности здоровьесберегающих ценностных ориентаций у молодых людей может считаться наличие у них осознания здоровья как личной ценности, обоснованных знаний о состоянии своего здоровья, его факторах, представлений о здоровом образе жизни, знаний о принципах и правилах здорового образа жизни, понимания последствий нездорово-

го образа жизни, знаний о здоровьесберегающих технологиях, мотивации к здоровому образу жизни.

Эмоциональный критерий позволяет зафиксировать позитивное отношение молодых людей к проблеме здоровья, здорового образа жизни.

Деятельностный критерий сформированности здоровьесберегающих ценностных ориентаций предполагает реализацию молодыми людьми правил здорового образа жизни в собственном стиле жизнедеятельности, применение здоровьесберегающих технологий.

Наилучшим способом формирования здоровьесберегающих ценностных ориентаций является совместная деятельность членов организации по просвещению молодежи, проведению дней здоровья, спортивных и иных мероприятий, способствующих здоровьесбережению.

Оценить сформированность здоровьесберегающих ценностных ориентаций молодых людей поможет наблюдение, диагностическая беседа, опрос, анкетирование.

Самооценку здоровья молодых людей можно узнать с помощью опросника SF-36 в его краткой или полной форме (Новик, Ионова, 2007), теста «Самооценка здоровья» В. П. Войтенко (Кривобокова, 2018), теста-анкеты Н. К. Смирнова для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья (О себе узнаем, 2009).

## **Модуль 2. Развитие внутренних психологических ресурсов жизнеспособности молодежи**

Это центральный модуль программы, направленный на развитие индивидуальных характеристик и свойств личности, обеспечивающих ее жизнеспособность: позитивных просоциальных смысловых ценностей, внутренней субъектной позиции, жизнестойкости, стрессоустойчивости и саморегуляции, уверенности в себе, умения решать разноуровневые жизненные проблемы, настойчивости, самостоятельности, инициативности и др. Опора на собственные силы и возможности — главное в обеспечении человеком своей жизнеспособности.

Если молодежная общественная организация выделяет развитие жизнеспособности молодых людей в качестве самостоятельной области и цели своей работы, то целесообразно сосредоточить внимание на этом модуле программы, включающем в себя психодиагностику личностных свойств и состояний.

Системообразующей характеристикой жизнеспособности, как мы уже отмечали выше, является направленность личности — жизнестойкие убеждения, оптимальные для сохранения жизни смыслы и ценности, социально направленные интересы и идеалы. Формирование и развитие этих составляющих направленности личности может происходить в деятельности молодежной общественной организации вне зависимости от того, стоит перед нею такая специальная цель или нет. Если же молодежная общественная организация определяет для себя как самостоятельную цель развитие внутренних, личностных, ресурсов жизнеспособности молодежи, то начинать деятельность в этом направлении следует с разъяснения базовых понятий «жизнеспособность личности», «жизнестойкость личности», раскрыть их компоненты, сконцентрировать усилия на их развитии (см. далее тематический план модуля).

Дадим краткую характеристику каждому из перечисленных выше свойств личности, которые мы считаем основными среди многих внутренних ресурсов жизнеспособности.

Прежде всего речь пойдет о *позитивных просоциальных смысложизненных ценностях*. Акцент должен быть сделан на обсуждении таких ценностей человека, как сама жизнь, ее смысл и цели, ответственность за свою жизнь, свое дело, его эффективность, обращенность к людям. Они обозначаются как основа жизнеспособности личности. Усвоив эти ценности, приняв их, личность всегда будет иметь внутреннюю опору при встрече с трудностями и избежит одиночества благодаря ориентации на других людей. Позитивные смысложизненные ценности и ориентации создают готовность человека к действию. Но эта готовность превращается в реальные действия и поступки, если у него сформирована субъектная личностная позиция.

Для диагностики ценностей личности могут быть рекомендованы «Опросник терминальных ценностей» И. Г. Сенина (Сенин, 1991) и тест С. С. Бубнова «Исследование реальной структуры ценностных ориентаций личности» (Шпарь, 2005).

*Субъектная позиция личности* также стоит на первом месте по значимости в обеспечении жизнеспособности молодежи. Субъектность противостоит беспомощности, а значит, как и ориентирующие на жизнеспособность ценности личности, является краеугольным камнем, на котором строится жизнеспособность. Субъектность — это свойство личности быть субъектом своей жизни и деятельности. Субъект — тот, кто способен осознанно действовать, ставить перед

собой цели, подчинять и организовывать свое поведение для их достижения, контролировать себя. Субъектность позволяет человеку быть автономным, независимым, самостоятельно определять траекторию своего жизненного пути.

Деятельность молодежной общественной организации способна обеспечить широкие возможности для реализации субъектной позиции личности, предоставить разнообразные варианты проявления молодыми людьми их стремления к активности, расширения «зон контроля». Организация учит ставить и решать задачи, преодолевая возникающие трудности.

Рекомендуется при этом в любую деятельность включать как специальный компонент создание молодым человеком представления о себе как о значимой, успешной личности, способной к достижениям и победам. Необходимо уделять большое внимание достижениям молодых людей. Чем больше внимания, тем больше энергии, тем сильнее мотивация деятельности, подпитка для субъектной позиции личности. Деятельность молодежной общественной организации позволяет молодому человеку убедиться: «Мои действия имеют значение», «Я могу влиять на свою жизнь, в чем-то даже на жизнь других людей».

Для диагностики развития субъектности личности могут быть рекомендованы следующие методики: «Уровень развития субъектности личности» М. А. Шукиной (Шукина, 2005), Методика определения уровня субъектности И. А. Серегинной (Серегина, 1999), «Тест смысложизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева (Леонтьев, 1992).

Предметом изучения, обсуждения и формирования/развития в работе с молодежью должен стать такой интегральный внутренний ресурс жизнеспособности человека, как *жизнестойкость*.

Понятие жизнестойкости ввели в психологию Сьюзен Кобейса и Сальваторе Мадди. Жизнестойкость — это многокомпонентное личностное образование, которое наиболее ярко проявляется в ситуациях жизненного напряжения.

Авторы выделили в феномене жизнестойкости три базовые характеристики (убеждения): вовлеченность, контроль и принятие риска. Вовлеченность определяется ими как убежденность в том, что участие в происходящем дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для себя. Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности, в процессе которой он чувствует свою значимость, ценность.



Контроль представляет собой убежденность в том, что активность, преодоление, работа над проблемой позволяют повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние неабсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности. Человек с развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает род своей деятельности, свои цели, свой путь.

Принятие риска — убежденность человека в том, что все, что с ним происходит, хорошее или плохое, полезно для него, так как обогащает его опыт. Трудности, препятствия рассматриваются жизнестойким человеком как вызов, как проблема, которая требует решения. Неудача для него — один из этапов на пути к успеху, повод для изменения стратегии деятельности, а не для снижения самооценки. Жизнестойкий человек ведет и жизнестойкий образ жизни (поддерживает свое физическое и психическое здоровье).

В дальнейшем многие исследователи стали рассматривать жизнестойкость как интегральную (системную) личностную характеристику, позволяющую сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития (Книжников, 2005). Жизнестойкость опирается на природные свойства человека, но в большей степени носит социальный, воспитуемый характер.

<b>Структура жизнестойкости как интегральной характеристики индивидуальности (Фомина, 2012)</b>		
Уровни	Психологические составляющие	Результат проявления жизнестойкости на данном уровне
Личностно-смысловой	Ценностно-смысловой, мотивационный, волевой компоненты	Позитивное мироощущение, повышение качества жизни
Социально-психологический	Социальные навыки, освоенные эффективные модели поведения, копинг-стратегии, стили мышления	Адаптация к социуму, эффективная саморегуляция, самореализация
Психофизиологический	Темпераментальные характеристики (скорость переработки информации, эмоциональная устойчивость, уравновешенность, экстраверсия), проявление физиологических реакций стресса	Оптимальность реакций в ситуации стресса, способность и готовность выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешности деятельности

И вновь обращаем внимание на то, что перечень характеристик, составляющих структуру жизнестойкости, приводится здесь не столько для ознакомления, сколько для выделения тех из них, которые, по мнению авторов, необходимо развивать в человеке для повышения его жизнестойкости.

Деятельность молодежной общественной организации предоставляет для этого немало возможностей, ведь ее выполнение предполагает «включение» многих свойств личности, усвоение широкого репертуара необходимых социальных навыков, оптимальных моделей поведения, способов действий.

Среди навыков жизнестойкого поведения и деятельности особой значимостью обладают когнитивные навыки (навык рационального мышления, определения целей, планирования их достижения), навыки позитивного и конструктивного отношения к себе (адекватной самооценки и самопознания, позитивной критичности), коммуникативные навыки (активного слушания, адекватного восприятия, понимания человека, применения оптимальных форм взаимодействия, предупреждения и улаживания конфликтов), навыки саморегуляции (планирования, моделирования, программирования, оценки результатов деятельности, контроля над своими состояниями и поведением). Эти навыки являются основой психосоциальной компетентности, умения разрешать проблемы.

Навыки формируются и закрепляются только в упражнениях. Возможность упражнений — это многообразная и достаточно длительная деятельность человека активного, стремящегося к овладению выполняемым делом. Мотивами овладения навыками, определяющими жизнеспособность, для молодых людей нередко служат желание стать столь же эффективными в деятельности, как значимые для них люди, стремление к более статусному месту в групповой иерархии, к получению одобрения лидеров.

Для молодежи важнейшим способом преодоления трудностей является совместная деятельность со значимыми другими, особенно старшими и более опытными. Срабатывают механизмы заражения и подражания. Участвуя в совместной деятельности, молодые люди усваивают сами принципы поведения в трудной ситуации, выхода из нее, способы разрешения проблем.

Немалую роль в жизнестойкости и жизнеспособности молодежи играет выбор стратегий преодоления трудностей (копинг-стратегий). Не всем молодым людям известны эффективные стратегии. Дать информацию об этом можно в рамках данного модуля.

Для диагностики жизнестойкости можно использовать «Тест жизнестойкости личности» (Леонтьев, Рассказова, 2006).

*Стрессоустойчивость и навыки саморегуляции* — важнейший психологический ресурс жизнеспособности личности. Развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции молодежи — центральная тема внутри данного модуля программы развития жизнеспособности. Это также возможный самостоятельный объект работы молодежной общественной организации или объект, включенный в общую систему иной ее работы.

Быть жизнеспособным — значит управлять своим поведением и деятельностью в соответствии с социальными нормами, правилами, требованиями ситуации, обладать способностью в зависимости от обстоятельств изменять стратегии взаимодействия с людьми, достижения цели и преодоления трудностей.

Известно, что сильный/длительный стресс негативно влияет на здоровье и психику человека, ослабляет его жизнеспособность. Стрессогенность среды — и природной, и социальной — стала одним из наиболее характерных признаков нашего времени, и это требует от человека готовности и способности противостоять стрессу. Стрессоустойчивость — важная составляющая жизнеспособности молодых людей. Избавить их от стрессов нельзя, да и не нужно. Нужно научить регулировать свои реакции на стрессовые условия, оптимизировать свои действия и психические состояния с помощью саморегуляции.

Саморегуляция — это проявление внутренней активности человека, особые его действия, которые основаны не столько на желаниях, сколько на осознанном индивидуальном решении о необходимости их целенаправленного осуществления. «Психической саморегуляцией (ПСР) называется воздействие человека на самого себя с помощью слов и соответствующих мысленных образов» (Алексеев, 1979, с. 3).

Человек как субъект собственной деятельности сам выбирает условия выполнения задачи, планирует способы ее решения, контролирует процесс и оценивает результаты, корректируя при необходимости свои действия. Молодому человеку необходимо научиться управлять своей активностью, направлять ее на решение жизненно важных задач. Саморегуляция гармонизирует состояние человека, позволяет ему мобилизовать свои внутренние психологические ресурсы для достижения цели и преодоления трудностей или, напротив, снять излишнее напряжение, мешающее продуктивной работе.

Поскольку речь идет о *саморегуляции*, молодому человеку необходимо знать себя, выявить мишени (своего рода «слабые звенья»), на которые необходимо воздействовать. Отсюда необходимость включения в этот компонент работы по развитию жизнеспособности молодежи элементов самопознания и психодиагностики.

Основное же здесь — формирование у молодого человека привычки осознанного отношения к выполнению любого дела, к своему состоянию и поведению, обучение правилам психогигиены, приемам и техникам саморегуляции. Готовность человека активно действовать в стрессовой ситуации (использование жизнестойких трансформирующих проблему копинг-стратегий), управлять собой ослабляет последствия негативных стрессовых воздействий.

Существует множество методов саморегуляции и программ обучения этим методам. Приводить их здесь и повторять то, что подробно изложено в специальной литературе, нецелесообразно. При выборе отдельных программ и методов саморегуляции рекомендуем обращаться к тем из них, которые разработаны специалистами-психологами, психотерапевтами, отвечают всем требованиям информационно-психологической безопасности при воздействии на человека (Бодров, 2006; Леонова, Кузнецова, 2007; Мони́на, Раннала, 2009; Семенова, 2002; Щербатых, 2006; Юдина, 2007). Проводить обучение методам саморегуляции должен психолог, отслеживая реакции и состояния молодых людей, получая обратную связь и оказывая необходимую помощь.

Для психологической диагностики стрессоустойчивости и уровня саморегуляции молодежи можно использовать «Тест самооценки стрессоустойчивости» С. Коухена и Г. Виллиансона (Воробейчик, 2004), «Тест на стрессоустойчивость» (Щербатых, 2006), опросник «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой (Моросанова, Бондаренко, 2015), Тест «Способность самоуправления» Н. М. Пейсахова (Столяренко, 2006), методику «Индикатор стратегий преодоления стресса» Дж. Амирхана (Сирота, Ялтонский, 1993), опросник способов совладания (Крюкова, Куфтяк, 2007).

Развивая жизнеспособность молодых людей, необходимо посвятить специальную часть программы развитию у них *уверенности в себе, умений решать разноуровневые жизненные проблемы*, что в итоге обеспечит их самоэффективность и перспективы личностного роста.

Эта задача решается, впрочем, при выполнении любой деятельности в рамках достижения целей, которые стоят перед молодежной

общественной организацией. Собственно, любое дело и необходимые для него умения, которыми овладевает человек, делают его увереннее в себе, поскольку позволяют убедиться в своей способности решать конкретные проблемы.

Однако развитие уверенности в себе может стать самостоятельной целью работы с молодежью, или, как в предлагаемой Программе, частью работы, специально посвященной развитию жизнеспособности молодых людей, и тогда полезно вспомнить, что уверенность в себе — это сложное, интегральное свойство личности, включающее в себя достаточно большое число характеристик. К базовым его составляющим можно отнести достаточно высокую общую самооценку человека, рациональный оптимизм в определении своих возможностей справиться со значимым делом, готовность к риску, оптимальную тревожность (в новых или сложных условиях).

Внутренним источником уверенности/неуверенности в себе является Я-концепция личности, т.е. ее представление о себе, понимание себя, сопряженные с самооценкой. Поэтому работу над проблемой уверенности в себе нужно начинать с анализа Я-концепции: кем и каким видит, мыслит себя человек, принимает ли он себя, какие главные успехи, достижения, достоинства отмечает у себя, что у него пока не получается, к чему он считает себя способным/неспособным. Важно также выяснить, что чаще всего вызывает тревогу личности, что она считает барьерами для своей самореализации, преградами на пути к успеху. Это покажет, в решении каких конкретных внутренних проблем молодому человеку требуется помощь психолога, поможет определить направления работы по развитию уверенности в себе. Информацию об этом даст теоретическая и диагностическая часть работы с молодыми людьми.

Основу уверенности в себе создают актуальные знания человека. Чем они шире, тем больше оснований у личности быть уверенным в окружающем мире и в себе. Выяснить диапазон знаний молодого человека, широту его кругозора — еще одна задача руководителя программы.

Поскольку уверенность в себе развивается только в практической деятельности, строится на имеющемся и получаемом новом позитивном опыте самостоятельных действий, самоэффективности, успешности, преодоления трудностей, то важно установить исходный репертуар умений и навыков молодого человека, наметив таким

образом своеобразную точку отсчета и сравнения при определении результативности программы.

Подчеркивая роль практической деятельности в развитии уверенности в себе, обозначим, что именно молодежная общественная организация имеет поистине неисчерпаемые возможности развития этого свойства у молодых людей, обеспечивая своим членам необходимые для этого внешние условия: ознакомление с психологической сущностью уверенности в себе, ее механизмами и барьерами; практикоориентированную среду, обеспечивающую мотивацию к деятельности и ее успешность; принадлежность к группе; возможность занять авторитетную статусную позицию; одобрение и высокую оценку значимых лиц. На основе повышения уверенности в себе возрастает и готовность молодых людей к разрешению разноуровневых жизненных пробелов, с которыми они сталкиваются. Между этими характеристиками существует прямая связь.

В литературе описаны принципы и формы развития уверенности в себе для людей разных возрастов и профессиональных групп, доступны развернутые программы тренингов уверенности в себе. Не имея цели и возможности раскрыть здесь их содержание, мы отсылаем руководителей программы к литературе (Грецов, 2008; Прихожан, 2009; Смит, 2000; Стишенков, 2008).

Показатели сформированности уверенности в себе у молодых людей – это проявления в их деятельности и поведении тех выделенных свойств личности, которые составляют ядро уверенности в себе, т.е. адекватно высокой общей самооценки, невысокого уровня тревожности, готовности к риску, рационального оптимизма в определении возможностей справиться со значимым делом. Зафиксировать эти проявления можно с помощью наблюдений, бесед с молодыми людьми, а также применив следующие психодиагностические методики: тест «Экспресс-диагностика уровня самооценки личности» (Фетискин и др., 2002), опросник уверенности в себе В. Г. Ромека (Ромек, 2008), опросник склонности к риску А. Г. Шмелева (Ильин, 2012), тесты тревожности (например: Практикум..., 2004; Практическая психодиагностика..., 2015), тест мотивации достижения М. Ш. Магомед-Эминова (Фетискин и др., 2002), шкалу общей самооценки Р. Шварцера и М. Ерусалема в переводе и стандартизации В. Г. Ромека (Шварцер и др., 1997).

Настойчивость, самостоятельность, инициативность и другие волевые качества – важнейший ресурс жизнеспособности личности,

позволяющий ей решать многие задачи, связанные с преодолением трудностей. Человек с развитой волей даже в случае недостатка возможностей для достижения цели способен управлять тем, что имеет, и добиваться успеха.

Важнейшим волевым качеством является настойчивость — способность человека долгое время проявлять терпение и выносливость в трудной ситуации, при неудаче вновь и вновь повторяя попытки достижения цели. Подростки и юноши ценят настойчивость как социально значимое качество и прежде всего в нем видят проявление силы воли.

Самостоятельность позволяет человеку без помощи и контроля со стороны ставить и решать жизненные задачи. Она имеет первостепенное значение для жизнеспособности, особенно в тех ситуациях, когда приходится рассчитывать главным образом на себя. Самостоятельность помогает отстаивать свою позицию при столкновении мнений, что тоже нередко требуется в межличностном взаимодействии и обеспечивает человеку защиту своих интересов.

Членам молодежной общественной организации необходима инициативность — способность по собственной инициативе предпринимать нужные действия, принимая на себя ответственность за их совершение и последствия.

Развитая воля обеспечивает человеку неоспоримое преимущество в решении жизненных проблем, однако ее воспитание и самовоспитание — процесс длительный и трудоемкий. В рамках предлагаемой программы по развитию жизнеспособности руководитель может раскрыть для молодежи психологическую сущность воли (а она нередко понимается ими неверно; например, упор делается только на такой функции, как побуждение к действию, тормозящая функция воли — отказ от желаемого, но ненужного действия — порой не осознается), рассказать о принципах ее воспитания (молодежи они также не всегда известны, в силу чего молодые люди прибегают к экстравагантным, порой опасным способам воспитания воли, полагают, что воля развивается при преодолении каких-то специальных глобальных трудностей). Один из главных принципов звучит так: воля воспитывается на мелочах повседневной жизни, просто нужно каждый день хоть в чем-то преодолевать себя, проявлять пусть и небольшое, но волевое усилие при встрече с внутренними или внешними препятствиями.

Воля не воспитывается ради самой воли: цель воспитать волю искусственна. Привычку к волевому усилию создает непреложное

Тематический план второго модуля					
№	Тема занятия	Количество часов			
		Информационная часть	Аналитическая часть	Практическая часть	Всего
1	Жизнеспособность личности, ее значение, признаки, факторы развития	1	1	1	3
2	Ценности и смыслы в жизнеспособности личности	1	1	2	4
3	Что значит быть субъектом своей жизни и деятельности?	1	1	2	4
4	Жизнестойкий человек – какой он? Стратегии преодоления трудностей	2	2	2	6
5	Стрессоустойчивость и навыки саморегуляции в обеспечении жизнеспособности	1	1	2	4
	Тренинг по овладению методами саморегуляции	4		12	4+12
6	Уверенность в себе и жизнеспособность	1	1	2	4
	Тренинг по развитию уверенности в себе, в том числе обучение навыкам принятия решений	4		12	4+12
7	Настойчивость, самостоятельность и другие волевые качества личности	1	1	3	5
Всего		16	8	38 (из них 24 – тренинг)	62 (из них 24 – тренинг)

сознательное выполнение реальной, серьезной, значимой для человека деятельности. И это главное условие воспитания и самовоспитания воли вполне возможно обеспечить в рамках деятельности молодежной общественной организации, предоставляющей молодежи широкое пространство деятельности для проявления и закрепления волевых свойств.

Определить уровень волевого развития молодых людей можно с помощью наблюдений, бесед. Для диагностики применяются



также анкетирование, опрос. Можно использовать такие методики, как тест «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова (Обозов, 2002), тест «Самооценка волевых качеств» Н. Е. Стамбуловой (Особенности формирования..., 2014), тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана (Психологическая безопасность..., 2008).

### *Критерии сформированности внутренних психологических ресурсов жизнеспособности молодых людей*

Когнитивно-смысловым критерием внутренних психологических ресурсов жизнеспособности молодых людей может быть наличие у них 1) осознания сущности жизнеспособности и ее значения, 2) мотивации к самопознанию, 3) знания собственных внутренних психологических ресурсов жизнеспособности, 4) знания методов самовоспитания свойств личности, обеспечивающих жизнеспособность.

Эмоциональный критерий позволяет зафиксировать заинтересованное отношение молодых людей к проблеме обладания ими внутренними психологическими ресурсами жизнеспособности.

Деятельностный критерий сформированности внутренних психологических ресурсов жизнеспособности молодых людей предполагает 1) проявление ими названных и других свойств личности, являющихся компонентами жизнеспособности, в деятельности и поведении при встрече с трудностями, 2) овладение методами саморегуляции, уверенного поведения.

Оценить сформированность внутренних психологических ресурсов жизнеспособности молодых людей помогут наблюдение, беседа, психодиагностические методики.

### **Модуль 3. Развитие умений получения молодыми людьми социальной поддержки**

Среди факторов обеспечения жизнеспособности молодежи важное место принадлежит системе социальной поддержки: поддержки социальных институтов и организаций, поддержки окружающих, сверстников. Без социальной поддержки молодым людям бывает трудно, а то и невозможно справляться с жизненными проблемами.

На уровне государства социальную поддержку подросткам и юношам, нуждающимся в помощи, призваны оказывать учреждения социальной работы и среди них, в первую очередь, те, что специализи-

руются на работе с молодежью. Но нередко молодые люди не знают, куда они могут обратиться для решения конкретных вопросов, как это нужно сделать, какие шаги предпринять.

Ответственность за оказание помощи молодым людям в трудной жизненной ситуации ложится (помимо семьи) на ближайшее окружение: взрослых, старших, более опытных людей. И не имеет особого значения, кто это будет: человек из числа родственников, учитель, тренер, психолог организации — любой, кто в силу служебных обязанностей или неформально поддержит человека. Однако не всегда затруднения молодого человека очевидны, и преодоление их нередко зависит от того, может ли он рассказать о своих проблемах тем, кто входит в ближайшее окружение. Во многом эта возможность зависит от наличия у него социально-коммуникативных и коммуникативных навыков. Их развитие создает очень хорошую ресурсную сферу для обеспечения жизнеспособности личности. А развивать их наиболее эффективно можно только в процессе коммуникации. Совместная деятельность членов молодежной общественной организации, взаимная поддержка в этой деятельности (а также возможность постановки и обсуждения проблем, проведения дискуссий, цивилизованного отстаивания своей позиции и многое другое, что сопровождает организованную и регулируемую совместную деятельность) — прекрасная школа коммуникации. В этом случае задача развития коммуникативных навыков решается без специального ее выделения в любой деятельности.

Но в данной программе развития жизнеспособности молодежи она решается в рамках специального отдельного модуля. Развитие социальной, социально-коммуникативной и коммуникативной компетентностей<sup>1</sup> поможет им в дальнейшем обратиться за необходимой поддержкой и получить ее.

Особую роль в жизни молодого человека играет поддержка сверстников. Известно, что интимно-личностное общение со сверстниками является самостоятельной ведущей деятельностью подросткового периода в школе, но и в дальнейшем, в годы ранней юности и молодости, ориентация на сверстников сохраняет свою значимость. Чувствительность к такой поддержке или ее отсутствию очень сильна у подростков и юношей.

---

1 Компетентность понимается как достаточно сформированное качество личности в совокупности с имеющимся опытом ее деятельности в заданной сфере, как обученность.

А. В. Мудрик считает, что поведение подростков по своей специфике является коллективно-групповым (Мудрик, 1984). Это обусловлено тем, что общение со сверстниками для них — важный канал обмена информацией, по нему подростки узнают то, о чем им не сообщают взрослые. Общение в группе вырабатывает необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться групповой норме и в то же время отстаивать свои права. Сознание групповой принадлежности, солидарности, товарищеской взаимопомощи дает подростку чувство благополучия и устойчивости.

Д. И. Фельдштейн выделяет три формы общения в подростковом возрасте: интимно-личностную, стихийно-групповую и социально-ориентированную (Психология современного..., 1987).

Интимно-личностное общение — взаимодействие, основанное на личных симпатиях. Содержанием такого общения выступает участие подростков в проблемах друг друга, основанное на эмпатии.

Стихийно-групповое общение — взаимодействие, основанное на случайных контактах. Стихийно-групповой характер общения подростков доминирует в том случае, если не организована общественно полезная деятельность. Такой вид общения приводит к появлению неформальных групп. В процессе стихийно-группового общения могут проявляться агрессивность, жестокость, повышенная тревожность.

Социально-ориентированное общение — взаимодействие, которое основано на совместном выполнении общественно важных дел. Социально-ориентированное общение является фактором, способствующим развитию форм общественной жизни — становлению коллективов.

Межличностное общение подростков и юношей не является простым и беспроblemным. Иногда оно принимает драматический характер. Группа, отдельные значимые люди могут отказать молодому человеку в своей поддержке, подвергнуть остракизму, обречь на изоляцию и одиночество. И даже если отвержение не принимает таких экстремальных форм, оно всегда очень болезненно для молодого человека, порождает недоверие к людям, в целом снижает жизнеспособность. Напротив, в самой трудной ситуации поддержка окружающих, прежде всего сверстников, повышает для молодого человека шансы на ее преодоление, ослабление и компенсацию психологической травмы.

Для предотвращения внутриличностных и межличностных кризисных явлений негативного характера из-за несложившихся отно-

шений со сверстниками, для обеспечения условий получения молодым человеком поддержки сверстников необходимо помочь ему овладеть нужными коммуникативными умениями и навыками. Создать все условия для продуктивного социально ориентированного общения и взаимодействия молодых людей и совершенствовать их коммуникативные способности может молодежная общественная организация.

В программе предлагается работа и над овладением «теорией вопроса», т. е. молодым людям дают научно обоснованные знания о механизмах общения, закономерностях взаимодействия с людьми, основах построения оптимальных отношений с ними с тем, чтобы всегда можно было обратиться к ним за поддержкой и помощью.

В специальном модуле программы, посвященном проблеме коммуникации, можно выделить два компонента:

- 1) психологический, направленный на развитие социальной, социально-коммуникативной и коммуникативной компетентности: обучение техникам общения, оптимальному взаимодействию с членами группы при решении совместных задач, стратегиям поведения в конфликте и т. д.;
- 2) сугубо прикладной, направленный на информирование молодых людей о том, в какие государственные структуры необходимо обращаться для решения конкретных вопросов получения помощи и поддержки, входящих в компетенцию власти, и каким образом это можно сделать.

Социальная компетентность — это понимание человеком целевого назначения социальных институтов, социальных норм и отношений и умение осуществлять социальные технологии. Достигается она в процессе социальной активности личности и является ее результатом. Социальная компетентность позволяет личности использовать ресурсы других людей и социальных институтов для решения личных и групповых задач.

Социально компетентная личность без особых затруднений может войти в группу, интегрироваться с ней, на основе диалога строить продуктивное взаимодействие с людьми, сознательно ориентируясь на их позиции и согласуя свои интересы и цели с интересами и целями других.

Молодежная общественная организация в интересах своих членов взаимодействует с государством и может помочь молодым лю-

Тематический план третьего модуля					
№	Тема занятия	Количество часов			
		Информационная часть	Аналитическая часть	Практическая часть	Всего
1	Общение и его значение в жизни человека. Что такое социальная, социально-коммуникативная и коммуникативная компетентность личности	1	1	1	3
2	Общение как обмен информацией. Виды и средства коммуникации. Основы оптимальной коммуникации. Технологии коммуникации	2	1	2	5
3	Общение как взаимодействие людей. Как построить продуктивное взаимодействие	2	1	2	5
4	Что такое конфликт. Причины конфликтов. Стратегии поведения в конфликте. Управление конфликтом. Ролевые поединки	2	1	2	5
5	Как государство помогает человеку, если у него трудная жизненная ситуация	2	1		3
	Прагматические технологии социальных контактов (технологии поиска работы, самопрезентации, обращения за помощью в госучреждение, технологии поиска информации об оказании помощи и др.)	1	1	3	5
	Социально-психологический тренинг или тренинг командообразования			12	12
Всего		10	6	22 (из них 12 – тренинг)	38 (из них 12 – тренинг)

дям в овладении социальными компетенциями. Деятельность молодежной общественной организации предоставляет естественную реальную возможность для этого. В ней совместными усилиями ре-

шаются социально значимые задачи. Социально ориентированная форма общения имеет такое же большое значение в жизни молодежи, как и интимно-личностная.

Социально-коммуникативную компетентность человека определяют как правильную ориентацию его в социальных ситуациях, способность к коллективным действиям, организации взаимодействия, к работе в неоднородной команде, как умение выбрать эффективную стратегию поведения, разрешения конфликтов в группе.

Коммуникативная компетентность личности включает в себя многие составляющие. Среди них — умение устанавливать контакт, получать и передавать информацию, способность правильно воспринимать и оценивать людей, слушать и понимать их, проявлять эмпатию, готовность помочь, убеждать, вести дискуссию, при необходимости — отказывать в чем-то и вступать в конфронтацию.

Коммуникативная компетентность невозможна без развитой речи. В ее основе лежит социальный интеллект личности.

Коммуникативная компетентность способствует удовлетворению потребности личности в социальном признании, без которого затруднена ее самореализация.

### *Критерии сформированности умений получения молодыми людьми социальной поддержки*

Когнитивно-смысловым критерием сформированности умений получения молодыми людьми социальной поддержки (поддержки социальных институтов и организаций, поддержки окружающих и сверстников) является наличие 1) осознания значения общения и всех видов коммуникативной компетентности в жизни человека, 2) мотивации к самопознанию в сфере коммуникации, 3) знаний о средствах и способах эффективной коммуникации, о путях и способах получении поддержки социальных институтов и организаций.

Эмоциональный критерий позволяет зафиксировать заинтересованное отношение молодых людей к проблеме формирования собственной социально-коммуникативной компетентности.

Деятельностный критерий сформированности названных умений предполагает их проявление молодыми людьми в деятельности и поведении. Оценить степень развитости этих умений помогут наблюдение, беседа с молодыми людьми, психодиагностические методики, такие как тест «Диагностика коммуникативной и социаль-

ной компетентности» (Фетискин и др., 2002), «Тест коммуникативных умений» Л. Михельсона (перевод и адаптация Ю. З. Гильбуха) (Гильбух, 1995), тест К. Томаса—Р. Килманна для определения стратегии поведения личности в конфликтной ситуации (Шаньгина, Загорюев, 2015).

Созданы программы развития коммуникативных умений и навыков подростков и взрослых, существует множество программ социально-психологического тренинга, пособия по его проведению (Вачков, 1999; Дерябо, Ясвин, 2004; Искусство вести за собой, 2014; Реньш и др., 2007; Сидоренко, 2008; Суховершина и др., 2006).

Достижение цели и полное решение поставленных задач программы осуществляются путем скоординированного выполнения мероприятий всех ее модулей.

### Литература к программе

- Алексеев А. В.* Психомышечная тренировка — метод психической саморегуляции: Учеб. пособие. М.: ЦОЛИУВ, 1979.
- Анисимова Т. В., Цветкова Л. А.* Психологические, социальные и средовые ресурсы здоровья учащихся разных ступеней образования в современной России // Вестник Российского фонда фундаментальных исследований. 2021. № 4 (112). С. 44—49. doi: 10.22204/2410-4639-2021-112-04-44-49
- Бодров В. А.* Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: Пер Сэ, 2006.
- Братусь Б. С.* К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии. 1997. № 5. С. 3—19.
- Вачков И. В.* Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. М.: ОСВ-89, 1999.
- Воробейчик Я. Н.* Руководство по аутопсихотерапии (история, теория, практика). Одесса: Альянс-Юг, 2004.
- Гильбух Ю. З.* Тест-опросник коммуникативных умений. Киев: НПЦ «Перспектива», 1995.
- Гостев А. Г., Бондарчук Т. В.* Формирование здоровьесберегающих ценностных ориентаций подростков в образовательно-развивающем пространстве лица // Сибирский педагогический журнал. 2012. Вып. 1. С. 43—48.
- Грецов А. Г.* Тренинг уверенного поведения для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер, 2008.

- Дерябо С. Д., Ясвин В. А.* Гроссмейстер общения: иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. 5-е изд. М.: Смысл; СПб.: Питер, 2004.
- Дубровский В. И.* Валеология. Здоровый образ жизни. М.: Риторика, 2001.
- Журавлева И. В., Лакомова Н. В.* Здоровье молодежи как объект социальной политики // Социальные аспекты здоровья населения. 2018. № 4 (62). URL: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/999/30> (дата обращения: 17.12.2023).
- Зеер Э. Ф.* Социально-психологические аспекты развития жизнеспособности и формирования жизнестойкости человека // Педагогическое образование в России. 2015. № 8. С. 69–76.
- Ильин Е. П.* Психология риска. СПб.: Питер, 2012.
- Искусство вести за собой. Тренинги и занятия по формированию у юношества социальной инициативности и лидерских качеств / Под ред. С. В. Тетерского. М.: АРКТИ, 2014.
- Казначеев В. П.* Современные аспекты адаптации. Новосибирск: Наука, 1980.
- Книжникова С. В.* Структурно-функциональное описание жизнестойкости в аспекте суицидальной превенции // Материалы IV Всероссийской НПК «Феноменология и профилактика девиантного поведения». Краснодар, 2010. С. 67–70.
- Кон И. С.* Молодежь // Большая советская энциклопедия / Под ред. А. Н. Прохорова. Т. 16. М., 1974. С. 479.
- Кривобокова В. А.* Методы оценки состояния здоровья человека. Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2018. С. 55–56.
- Крутько И. С.* Психотехнологии в работе с молодежью: Учеб. пособие / Под ред. А. В. Пономарева. Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2017.
- Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В.* Опросник способов совладания // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.
- Куфтяк Е. В.* Адаптация опросника исследования факторов жизнеспособности // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2016. № 4. С. 128–132.
- Левченко В. О.* Психологические стратегии совладающего поведения как детерминанта успешности подростков: Дис. ... канд. психол. наук. Ставрополь, 2010.
- Леонова А. Б., Кузнецова А. С.* Психологические технологии управления состоянием человека. М.: Смысл, 2007.



- Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 1992.
- Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
- Махнач А. В. Жизнеспособность человека и семьи: социально-психологическая парадигма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Морозов М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии: Учеб. пособие. М.: Лань, 2016.
- Моросанова В. И., Бондаренко И. Н. Диагностика саморегуляции человека. М.: Когито-Центр, 2015.
- Мудрик А. В. Общение как фактор воспитания школьников. М.: Педагогика, 1984.
- Нестерова А. А. Социально-психологическая концепция жизнеспособности молодежи в ситуации потери работы: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2011.
- Новик А. А., Ионова Т. И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине / Под ред. Ю. Л. Шевченко. М.: Олма-Пресс, 2007.
- О себе узнаем сами // Здоровье детей. 2009. № 17 (387). URL: <https://zdd.isept.ru/index.php?year=2009&num=17> (дата обращения: 06.02.2024).
- Обозов Н. Н. Возрастная психология: юность и зрелость. СПб.: Академия психологии, предпринимательства и менеджмента, 2002.
- Образование в цифрах: 2023: краткий статистический сборник / Т. А. Варламова, Л. М. Гохберг, О. К. Озерова, О. Н. Портнягина, Е. В. Шкалева, Н. Б. Шугаль. М.: ИСИЭЗ ВШЭ, 2023.
- Онишина В. В. Новейшие технологии нейтрализации стрессов и оздоровления школьников: Практическое пособие. М.: АРКТИ, 2008.
- Организация работы с молодежью: методы, формы, технологии в современных условиях: Коллективная монография / Под общ. ред. К. А. Фомичева. Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2017.
- Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: Методическое пособие / Сост. О. В. Борисенко, Т. А. Матерова, О. А. Ховалкина, М. В. Шамардина. Барнаул, 2014.
- Практикум по психологии состояний: Учебное пособие / Под ред. О. А. Прохорова. СПб: Речь, 2004.
- Практическая психодиагностика: тесты и методики / Сост. Д. Я. Райгородский. Самара: Бахрах-М, 2015.
- Прихожан А. М. Психология неудачника. Тренинг уверенности в себе. СПб.: Питер, 2009.

- Психология современного подростка / Под ред. Д. И. Фельдштейна. М.: Педагогика, 1987.
- Реньш М. А., Садовникова, Е. Г., Лопес Н. О. Социально-психологический тренинг: Практикум. Екатеринбург: Изд-во УРГППУ, 2007.
- Ромек В. Г. Тест уверенности в себе // Практическая диагностика. 2008. № 1. С. 59–83.
- Рыльская Е. А. Психологические критерии, условия и средства развития жизнеспособности человека: теоретический анализ и перспективы исследования // Наука и школа. 2009. № 5. С. 48–50.
- Сараева Н. М., Суханов А. А., Ишмухаметов Р. Р., Мысникова Э. А., Гвоздев В. А. Психологическая адаптация человека в осложненных условиях жизненной среды: Коллективная монография / Под науч. ред. Н. М. Сараевой. Чита: Изд-во ЗабГУ, 2014.
- Семенова Е. М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: Учеб. пособие. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002.
- Семикин Г. И., Мысина Г. А., Миронов А. С. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде: Учеб. пособие. М.: Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2013.
- Сенин И. Г. Опросник терминальных ценностей. Ярославль: Содействие, 1991.
- Серегина И. А. Психологическая структура субъектности как личностного свойства педагога: Дис. ... канд. психол. наук. М., 1999.
- Сидоренко Е. В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. СПб.: Речь, 2008.
- Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Преодоление эмоционального стресса подростками. Модель исследования // Обзорение психиатрии и медицины им. В. М. Бехтерева. 1993. № 1. С. 53–61.
- Смит М. Дж. Тренинг уверенности в себе: Комплекс упражнений для развития уверенности в себе. СПб.: Речь, 2000.
- Соломин В. П., Шатровой О. В. Михайлов Л. А. и др. Психологическая безопасность: Учеб. пособие. М.: Дрофа, 2008.
- Шищенко И. В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей. СПб.: Речь, 2008.
- Столяренко Л. Д. Основы психологии. Практикум. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.
- Суховершина Ю. В., Тихомирова Е. П., Скоромная Ю. Е. Тренинг коммуникативной компетенции. М.: Академический проект–Трикта, 2006.

- Технологии работы с молодежью (опыт работы кафедры социальных технологий и организации работы с молодежью МГГУ им. М. А. Шолохова) / Под ред. С. Ю. Поповой (Смолик). М.—Тверь: СФК-Офис, 2015.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. С. 138–149.
- Фомина А. Н.* Жизнестойкость личности. Монография. М.: Прометей, 2012.
- Шаньгина Н. В., Загорюев А. Л.* Опросник стилей управления конфликтом К. Томаса—Р. Килманна — русскоязычная версия: Методическое руководство. Екатеринбург: УИПП, 2015.
- Шапарь В. Б.* Практическая психология. Инструментарий. Ростов-на-Дону: Феникс, 2005.
- Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В. Г.* Русская версия шкалы общей самооэффективности // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71–77.
- Щербатых Ю. В.* Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006.
- Шукина М. А.* Опросник «Уровень развития субъектности личности (УРСЛ)»: руководство по применению. Методическое пособие. Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2005.
- Юдина И. Г.* Когда не знаешь, как себя вести...: Тренинг устойчивости подростков к коммуникативному стрессу: Практическое пособие. М.: АРКТИ, 2007.
- Ясвин В. А.* Психология отношения к природе. М.: Смысл, 2000.

## СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

**Ирина Алексеевна Горьковая**, доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой психосоматики и психотерапии факультета клинической психологии ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации; *iralgork@mail.ru*.

**Анна Игоревна Лактионова**, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник ФГБУН «Институт психологии РАН»; *apan@inbox.ru*.

**Александр Валентинович Махнач**, доктор психологических наук, заместитель директора по научной работе, главный научный сотрудник ФГБУН «Институт психологии РАН»; *amak@inbox.ru*.

**Анастасия Владимировна Микляева**, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры общей и социальной психологии ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена»; *a.miklyaeva@gmail.com*.

**Юлия Валерьевна Постылякова**, кандидат психологических наук, научный сотрудник ФГБУН «Институт психологии РАН»; *postylyakova@mail.ru*.

**Надежда Михайловна Сараева**, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры теоретической и прикладной психологии ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет»; *saraiewa@mail.ru*.

**Алексей Анатольевич Суханов**, кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет»; *suhanov-71@mail.ru*.

**Научное издание**

*Серия «Фундаментальная психология — практике»*

А. В. Махнач, А. В. Микляева,  
Н. М. Сараева, И. А. Горьковая, А. И. Лактионова,  
Ю. В. Постылякова, А. А. Суханов

**ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ  
РОССИЙСКОЙ МОЛОДЕЖИ:  
социально-экологическая парадигма  
психологического исследования**

doi: 10.38098/fund\_24\_0473

Редактор — *Т. А. Сарыева*

Оригинал-макет, обложка и верстка — *В. П. Ересько*

Издательство «Институт психологии РАН»  
129366, Москва, ул. Ярославская, д. 13, к. 1  
Тел.: +7 (495) 540-57-27  
www.ipran.ru  
E-mail: vbelop@mail.ru

Сдано в набор 15.04.24. Подписано в печать 25.04.24. Формат 60×90/16  
Бумага офсетная. Печать офсетная. Гарнитура NewtonC  
Уч.-изд. л. 14,2. Усл.-печ. л. 17,9. Тираж 500 экз. Заказ 4910.  
Отпечатано в ПАО «Т8 Издательские Технологии»  
109316, г. Москва, Волгоградский проспект, д. 42, корп. 5, ком. 6

